

Başvuru: 10.08.2025

Kabul: 26.09.2025

OnlineFirst: 30.09.2025

DOI: 10.37344/talim.2025.76

© CC BY-NC 4.0 • ÖNDER

<https://dergipark.org.tr/tr/pub/talim>

e-ISSN: 2630-5887

Eylül 2025 • 9(2) • 216-234

**Ebû Zeyd el-Belhî'nin Ruh Sağlığı ile İlgili Görüşlerinin  
Ahlâk Terbiyesi Açısından Değerlendirilmesi\***Umut Kaya<sup>1</sup>**Öz**

Bu makale, Ebû Zeyd el-Belhî'nin ruh sağlığına ilişkin görüşlerini ahlak eğitimi açısından değerlendirmektedir. Çalışmanın amacı, Belhî'nin *Mesâlihu'l-ebdân ve'l-enfûs* adlı eserindeki ruh sağlığı önerilerinin, Osmanlı ahlakçılarının ahlak terbiyesi yöntemleriyle benzerliklerini ortaya koymaktır. Metin, bu iki düşünce geleneği arasında bir köprü kurarak, ruh sağlığı ve ahlak eğitiminin birbiriyle ne kadar iç içe olduğunu göstermeyi hedeflemektedir. Araştırmada doküman incelemesi yöntemi kullanılmıştır. Birincil kaynak olarak *Mesâlihu'l-ebdân ve'l-enfûs*'ün Süleymaniye Kütüphanesi Ayasofya bölümünde bulunan 3741 numaralı nüshası incelenmiş, ikincil kaynaklar olarak ise Osmanlı ahlakçılarının konuya ilişkin eserleri ve güncel akademik çalışmalar değerlendirilmiştir. Bu yöntemle, Belhî'nin koruyucu hekimlik ve ruhi hastalıklara yönelik tedavi yaklaşımları ele alınmıştır. Çalışmanın bulgularına göre, insan sağlığı için beden ve ruhun sağlığını birlikte değerlendiren Belhî, öncelikli olarak ruhun sağlıklı halinin korunmasını tavsiye etmektedir. Ona göre ruh sağlığının korunması için içten ve dıştan ruhun dengesini bozacak unsurlardan uzak durulmalıdır. Belhî, kişinin ruh sağlığını koruması ve kaybettiğinde yeniden kazanması için okuyucularına, içsel telkini, kişinin kendi potansiyelini bilmesini, küçük şeylere tahammül göstererek büyük felaketlere hazırlanmasını, bu dünyanın ve eşyanın tabiatını bilmesini, nasihatlerle dışarıdan yardım almasını, ruh sağlığı bozulduğunda hemen müdahale etmesini, hastalığı zıddı ile tedavi etmesini içeren birtakım yöntemler önermektedir. Sağlığın korunması ve yeniden kazanılmasına yönelik bu yöntemlerin bir kısmı, Osmanlı ahlakçıları tarafından da ahlak terbiyesinde benimsenen yöntemlerle benzerlik teşkil etmektedir. Osmanlı ahlakçıları Belhî'nin düşüncelerine paralellik oluşturacak şekilde eserlerinde öncelikli olarak güzel ahlak sahibi olmayı ve onu korumayı tavsiye etmektedirler. Zira onlara göre güzel ahlakı korumak, kötü ahlakı güzel ahlaka çevirmekten daha kolaydır. Osmanlı ahlakçıları bu konuda Belhî'nin tavsiyelerine benzer şekilde iyilerle dost olmak, kötülerden uzak durmak, küçük talimler yapmak, kötü ahlakı zıddı olan bir fazilet ile değiştirmek gibi önerilerde bulunmaktadır. Bu benzerlikler, Belhî'nin sağlığın korunması ve yeniden kazanılması hakkındaki görüşleri ile Osmanlı dönemi ahlak eğitim geleneği arasında ilişkinin varlığını ortaya koymaktadır.

**Anahtar Kelimeler**

Din Eğitimi, Ebû Zeyd el-Belhî, Mesâlih, Ruh Hastalıkları, Ahlâk Terbiyesi, Osmanlı Ahlâkçıları

\* Bu çalışma Marmara Sosyal Bilimler Enstitüsü'nde hazırlanmış olan "Ebû Zeyd el-Belhî'nin Ahlâk Felsefesi" isimli yüksek lisans tezi ve "1839-1923 Yılları Arasında Osmanlı'da Ahlâk Eğitimi" isimli doktora tezinden üretilmiştir.

<sup>1</sup> Doç. Dr., Marmara Üniversitesi, İlahiyat Fakültesi, Felsefe ve Din Bilimleri Bölümü, Din Eğitimi Anabilim Dalı, E-Posta: [umutkaya58@hotmail.com](mailto:umutkaya58@hotmail.com) ORCID: 0000-0002-3237-8150

**Atıf bilgisi:** Kaya, Umut. “Ebû Zeyd el-Belhî’nin Ruh Sağlığı ile İlgili Görüşlerinin Ahlâk Terbiyesi Açısından Değerlendirilmesi”. *Talim* 9/2 (Eylül 2025), 216-234. <https://doi.org/10.37344/talim.2025.76>

**İntihal:** Bu makalenin benzerlik oranı [intihal.net](https://intihal.net) ile kontrol edilmiş olup incelemesi en az iki hakem tarafından çift taraflı kör hakemlik ilkesi ile gerçekleştirilmiştir.

## **An Evaluation of Abû Zeyd al-Balkhi's Views on Mental Health From the Perspective of Moral Education**

*Umut Kaya*

### **Abstract**

This article evaluates Abû Zeyd al-Balkhi’s views on mental health from the perspective of moral education. The purpose of the study is to reveal the similarities between al-Balkhi’s recommendations on mental health in his work *Masalih al-Abdan wa’l-Anfus* and the moral education methods of Ottoman moralists. The text aims to build a bridge between these two schools of thought and to demonstrate how intertwined mental health and moral education are. The research employed a document analysis method. The primary source was manuscript no. 3741 of *Masalih al-Abdan wa’l-Anfus*, located in the Ayasofya section of the Süleymaniye Library, while secondary sources included works by Ottoman moralists on the subject and current academic studies. With this method, al-Balkhi’s approaches to preventive medicine and the treatment of mental illnesses were examined. According to the study's findings, al-Balkhi, who evaluates the health of the body and soul together for human well-being, primarily recommends the preservation of a healthy soul. According to him, to protect mental health, one should stay away from elements that can disturb the balance of the soul, both internally and externally. Al-Balkhi advises his readers on ways to preserve their mental health and regain it if lost. These include internal suggestion, knowing one's own potential, preparing for great calamities by showing patience in small things, knowing the nature of this world and its objects. He also recommends seeking external help through advice, intervening immediately when mental health deteriorates and treating a disease with its opposite. Some of these methods were also adopted by Ottoman moralists in their moral education. Ottoman moralists also primarily recommended acquiring good morals and preserving them in their works. For they believed that it is easier to preserve good morals than to turn bad morals into good ones. In this regard, Ottoman moralists also offered similar advice to their readers as al-Balkhi. Befriending the good, staying away from the bad, performing small exercises, and replacing a bad moral with an opposite virtue are some of these. These similarities establish a strong parallel between al-Balkhi’s views and the Ottoman moral tradition.

### **Keywords**

Religion Education, Abû Zeyd el-Balkhî, Mesâlih, Mental Illness, Moral Education, Ottoman Moralists

**Citation:** Kaya, Umut. “An Evaluation of Abû Zeyd al-Balkhi's Views on Mental Health From the Perspective of Moral Education”. *Talim* 9/2 (September 2025), 216-234. <https://doi.org/10.37344/talim.2025.76>

**Plagiarism:** This article's similarity rate is checked via [intihal.net](https://intihal.net), and its review is carried out by at least two reviewers using the double-blind review principle.

## تقييم آراء أبو زيد البلخي في الصحة النفسية من منظور التربية الأخلاقية

### ملخص

تتناول هذه الدراسة بالبحث والتحليل آراء أبي زيد البلخي المتعلقة بالصحة النفسية، وذلك في إطار التربية الأخلاقية. وتهدف إلى الكشف عن مواطن التقارب بين توصياته الواردة في مؤلفه «مصالح الأبدان والأنفس» بشأن الصحة النفسية، وبين المناهج التربوية التي انتهجها الأخلاقيون العثمانيون في تهذيب النفوس وإصلاح الأخلاق. ومن خلال الربط بين هذين المسارين الفكريين، تسعى الدراسة إلى إيضاح مدى التداخل الوثيق بين مفهومي الصحة النفسية والتربية الأخلاقية.

اعتمد البحث على منهج تحليل الوثائق، حيث جرى فحص النسخة المخطوطة ذات الرقم (3741) المحفوظة في قسم آيا صوفيا بمكتبة السليمانية باعتبارها مصدرًا أوليًا. أما المصادر الثانوية، فشملت مؤلفات الأخلاقيين العثمانيين ذات الصلة، فضلاً عن الدراسات الأكاديمية المعاصرة. وقد أتاح هذا المنهج الوقوف على تصورات البلخي في مجال الطب الوقائي، وطرائقه في معالجة الاضطرابات النفسية.

وتُظهر نتائج البحث أن البلخي — الذي يربط سلامة الإنسان بسلامة جسده وروحه معاً — يقدّم الأولوية للمحافظة على صفاء النفس وصحتها قبل غيرها. ويرى أن تحقيق ذلك يستلزم تجنب العوامل الداخلية والخارجية التي تخل بتوازنها. كما يسوق البلخي جملةً من التوجيهات لصون الصحة النفسية أو استعادتها إذا فقدت، منها: الإيحاء الذاتي، وإدراك المرء لقدراته، والتدرب على احتمال الأمور الصغيرة تمهيداً لمواجهة النوازل الكبرى، ومعرفة طبيعة الدنيا والأشياء، والوعي بالمؤهلات الذاتية، والاستفادة من النصائح الخارجية، والمبادرة بالتدخل عند بدايات الاضطراب النفسي، ومعالجة المرض بضده.

وتتلاقى هذه المناهج في كثير من جوانبها مع ما سطره الأخلاقيون العثمانيون في مؤلفاتهم، إذ أكدوا بدورهم على ضرورة التحلي بمكارم الأخلاق، والحفاظ عليها، معتبرين أن صيانتها أبسر من تحويل الأخلاق الرديئة إلى فاضلة. وقدموا توصيات شبيهة بتوجيهات البلخي، كصحة الأخبار واجتناب الأشرار، والمداومة على التمرينات التربوية الصغيرة، واستبدال الرذائل بفضائل مضادة لها. إن هذه التشابهات تبرز وجود توافق وثيق بين الرؤية البلخية والتقليد الأخلاقي العثماني.

### الكلمات المفتاحية

أبو زيد البلخي، مصالح، الأمراض النفسية، تربية الأخلاق، الأخلاقيون العثمانيون

### Giriş

İslâm düşüncesinde ahlâk ilmi ve felsefesinin, günümüzde psikoloji, tıp, pedagoji, sosyoloji, hukuk, iktisat, siyaset ve ekoloji gibi birçok farklı bilim dalının ele aldığı konularla örtüşen geniş bir etki alanına sahip olduğunu söylemek mümkündür.<sup>2</sup> Doğası gereği insan davranışlarına odaklanan ahlâk ilminin, psikiyatri, psikoloji ve eğitim bilimlerinden ayrı olarak değerlendirilmesi isabetli olmaz. İnsan dışındaki varlıkların davranışları, akla/iradeye sahip olmaması nedeniyle ahlâk ilmine konu olmaz.

Hayvanlar, kendilerine davranışlar öğretilirken insanlar gibi değerlendirilmemektedir. Hayvanlar iyi hareketleri yapmaya, kötü olan hareketleri yapmamaya şartlandırılmaktadır. “Şartlı öğrenme” insanlar için de geçerli olsa da insanlar kendilerine öğretilenleri ahlâk kaideleri çerçevesinde düşünme, bunları benimseme veya yanlış bulma yeteneğine her zaman sahiptirler.<sup>3</sup> Bununla beraber, ahlâki erdemlerin / faziletlerin bireye öğretilip benimsetilmesinde aynı şekilde kötü ahlâk olarak vasıflandırılabileceğimiz ahlâki reziletlerden bireyin vazgeçmesini sağlamanın da eğitim-öğretimin alanı içine girdiğini söylemek mümkündür. Buna değer eğitimi/öğretimi ya da ahlâk eğitimi/öğretimi denilebilir.

Günümüzde uzmanlık alanları özelleşerek birbirinden ayrılrsa da eski zamanlarda âlimlerin/bilim adamlarının birden fazla alanda uzman oldukları bilinmektedir. Bu aynı zamanda konulara bütüncül bir şekilde yaklaşmayı da mümkün kılmaktadır. Kadim filozofların çoğunun aynı zamanda hekim olarak anılması,

<sup>2</sup> İlhan Kutluer, *İslâm Felsefesi Tarihinde Ahlâk İlminin Teşekkülü* (İstanbul: Marmara Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, 1989), 8-9.

<sup>3</sup> Erol Güngör, *Ahlak Psikolojisi ve Sosyal Ahlak* (İstanbul: Ötüken Neşriyat, 1995), 11.

bu iki alan arasındaki köklü ilişkinin bir kanıtı olarak gösterilebilir. İshak b. Huneyn'in (ö. 910) Arapça'ya çevirdiği Galen'e (ö. 200) ait "*Kitabun Fi Enne't-Tabibe'l-Fâdil Yecibu En Yekûne Feylesûfen*" (*Erdemli Hekimin Filozof Olması Gerekir*) adlı eseri tabip-filozof geleneğini göstermesi bakımından dikkat çekici bir metindir.<sup>4</sup> Tabip-filozoflar geleneğinin İslâm düşüncesinde ilk İslâm filozofu kabul edilen Kindî'den (ö. 866) başladığı söylenebilir. Kindî ile beraber bu çalışmaya konu olan *Mesâlih*'in yazarı olan Ebu Zeyd el-Belhî, Râzî (ö.925), İbn Sinâ (ö. 1037) da bu geleneğin temsilcileri olarak sayılabilir. Bu geleneğin insanı tek taraflı ele almadığını, bunun yerine insanın hem maddi hem de ruhi tarafını göz önüne alarak yaklaştığını söylemek mümkündür.

Bu çalışmada tıp, ahlâk ve eğitim arasındaki ilişkiyi görünür kılan, ana kavramlardan biri ruh sağlığıdır. Bu kavram, tıbbî ve ahlâkî olmak üzere iki temel boyutu birleştirmesi sayesinde tıp ve ahlâk ilimleri arasında bir köprü işlevi görmektedir. Dolayısıyla ruh sağlığı, her iki alanı da kendi içinde birleştiren bir kavram olarak karşımıza çıkmaktadır. Bu manada bu çalışmanın amacı Belhî'nin ruh sağlığının korunması ve kaybedildiğinde tekrar kazanılmasına dair görüşlerinin eğitim alanına etkisini ortaya koymaktır. Osmanlı ahlakçıların eserlerine bakıldığında, ahlak terbiyesi ile ilgili bazı önerilerinin Belhî'nin okuyucusuna tavsiyeleri benzerlik taşıdığı görülmektedir. Bu doğrultuda çalışmanın temel problemi Belhî'nin ruh sağlığı ile ilgili görüşleri ile Osmanlı ahlakçıların eserlerinde ahlâk terbiyesi ile ilgili görüşlerinin benzer yanlarının ortaya konulmasıdır.

İslâm düşüncesinde ahlâkî ruhânî bir tababet olarak gören İslâm filozoflarının ilki olan Kindî tarafından ilk kez ele alınan ruh sağlığı kavramı, tabip kimliği ile de bilinen Ebu Zeyd Belhî'nin elinde sistematik hale getirilmiştir. Belhî'nin çağdaşı olan Razi'nin elinde ise bu konuda daha sonra gelenekselleşecek olan tıbbî-ruhânî ismi ile ele alınmıştır. Ebu Zeyd Belhî, Kindî'nin öğrencisi, Âmirî'nin de hocası olmasına rağmen ancak günümüze sadece iki eserinin ulaşması hasebiyle ilim ve düşünce dünyasında yeterince tanınmamıştır.

Ebû Zeyd el-Belhî ile ilgili alanyazındaki çalışmalara bakıldığında, doktora çalışmasında Ebû Zeyd el-Belhî'nin *Mesâlih* adlı eserini akademik düzeyde inceleyen ilk araştırmacının Zahide Özkan olduğu görülmektedir. Özkan, çalışmasında *Mesâlih*'i tıbbî yönden incelemiş, metnin günümüz psikosomatik kavramıyla olan ilişkisini ortaya koymuştur.<sup>5</sup> Ülkemizde ise *Mesâlih*, ilk kez "Ebu Zeyd el-Belhî'nin Ahlâk Felsefesi" isimli yüksek lisans tezi ile Umut Kaya tarafından incelenmiştir. Kaya ise bu çalışmasında tezinde *Mesâlih*'in Enfüs kısmını inceleyerek Belhî'nin ahlâk felsefesini ortaya koymaya çalışmıştır. 2012 yılında biri Okuyucu-Tiryaki, diğeri Uysal tarafından yapılan iki çeviri sonrası Türkiye'de *Mesâlih* ile ilgili akademik metinlerin arttığı gözlenmektedir.<sup>6</sup>

Bu çalışmalar genel olarak, Belhî'nin ruh sağlığına ilişkin görüşlerinin modern psikoloji açısından değerlendirilmesini, obsesif-kompulsif bozukluklara günümüz tıbbının yaklaşımlarını, Ebû Zeyd El-Belhî'nin tıp dünyasına katkılarını, Belhî'nin koruyucu hekimliğe yönelik tavsiyelerini, Belhî ve *Mesâlih*'e biyo-psiko-sosyolojik açıdan yaklaşımları, ahlâk-tıbbın uzlaşması yönünde Belhî'nin görüşlerini ve Belhî'nin düşüncesinde birey ve riyazet gibi konuları ihtiva etmektedir.<sup>7</sup> Bu çalışma ise, genel olarak Belhî'nin ahlâk

<sup>4</sup> Söz konusu metnin Türkçe çevirileri için bkz. Mübahat Türker Küyel, "Bilimin Felsefeye Dayandığı Görüşünün Bir Timsâli Olarak Galenos", *Atatürk Kültür Merkezi Erdem Dergisi* 5/11 (1988), 515-519; İsmail Yakıt, *Tıp Felsefesi ve Etiği Üzerine* (İstanbul: Ötüken Neşriyat, 2010), 101-121.

<sup>5</sup> Zahide Özkan, *Die psychosomatik bei Abu Zaid al-Balhi*, ed. Fuat Sezgin (Frankfurt: Institut für Geschichte der Arabisch-Islamischen Wissenschaften, 1998).

<sup>6</sup> Ebû Zeyd el-Belhî, *Mesâlihu'l-Ebdân ve'l-Enfûs / Beden ve Ruh Sağlığı*, çev. Nail Okuyucu - Zahit Tiryaki (İstanbul: Türkiye Yazma Eserler Kurumu Başkanlığı, 2012); Ebû Zeyd el-Belhî, *Beden ve Ruh Sağlığı Koruma Yolları ve Tavsiyeler*, çev. Muhammet Uysal (Ankara: Endülüs Kitap, 2012).

<sup>7</sup> Orhan Gürsu, "İslâm Düşünürü Belhî'nin (849-934) Ruh Sağlığına Yönelik Görüşlerinin Modern Psikoloji Doğrultusunda Değerlendirilmesi", *Dokuz Eylül Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi*, (2016), 271-309; Selahattin Akti, "Haben Balhis Vorsclage zur

felsefesi ile ilgili görüşlerinin eğitim alanıyla ilgisini ortaya koyması açısından diğer çalışmalardan farklılaşmaktadır.

Bu çalışmada doküman incelemesi yöntemi kullanılmıştır. Doküman incelemesi, araştırılması hedeflenen olgu ve olgular hakkında bilgi içeren yazılı materyallerin analizini kapsamaktadır. Doküman analizi yönteminde hangi dokümanların önemli olduğu ve veri kaynağı olarak kullanılabileceği araştırma problemi ile yakından ilgilidir.<sup>8</sup> Bu araştırmanın da merkezinde Ebû Zeyd el-Belhî olduğundan, bu doğrultuda çalışmada öncelikle birinci kaynak olarak *Mesâlihü'l-ebdân ve'l-enfûs* isimli kitabın tıpkıbasımına müracaat edilmiş, daha sonra ise konuyla ilgili diğer kaynaklar ele alınmıştır. Doküman incelemesi yöntemi, dokümanlara ulaşma, orijinalliğini kontrol etme, dokümanları anlama, veriyi analiz etme ve veriyi kullanma aşamalarından oluşmaktadır.<sup>9</sup> Tezden üretilen bu çalışmada da öncelikle *Mesâlih*'in iki farklı nüshasına ulaşılmış, sonra bu nüshalar karşılaştırılarak metinler incelenmiştir. Bu çalışmada Süleymaniye Kütüphanesi Ayasofya bölümü 3741 no'da kayıtlı nüsha kullanılmıştır. Ancak tezin yayımlanması ile bu makalenin hazırlanması arasında geçen süre zarfında iki farklı tercüme yayımlanmış, bunlar da *Mesâlih*'in orijinal nüshaları ile kontrol edilerek kullanılmıştır.<sup>10</sup> Aynı şekilde tezin yayınlanmasından sonra konu ile ilgili yapılan güncel çalışmalar da *Mesâlih*, Belh, Belhî anahtar kelimeleri ile Dergipark, İsam Veri Tabanı, YÖK Tez Tarama ve YÖK Akademik üzerinden yapılan aramalar sonucunda tespit edilmiş ve değerlendirilmiştir.

Tespit ve değerlendirmelere geçmeden önce okuyucunun yazar ve eseri hakkında bir fikir sahibi olabilmesi için öncelikle kısa bir bilgilendirme yapmak faydalı olacaktır. Daha sonra ise Belhî'nin ruh sağlığını koruma ve kaybedildiğinde tekrar kazanmak ile ilgili görüşleri ile Osmanlı ahlâkçılarının ahlâk eğitim ve öğretimde tavsiye ettikleri yöntemler arasındaki benzerlikler ele alınacaktır.

### 1. Ebû Zeyd el-Belhî ve *Mesâlihu'l-ebdân ve'l-enfûs* İsimli Eseri

Asıl adı Ebû Zeyd Ahmed b. Sehl el-Belhî olan özellikle coğrafya alanındaki çalışmaları ile öne çıkan filozofumuz, dinî ilimlerin yanı sıra edebiyat, tıp, astroloji, astronomi ve doğa bilimleri ile de ilgilenmiştir. Şehristânî, onu önemli İslam filozofları arasında göstermektedir.<sup>11</sup> Belhî, 236/ 850 yılında (civarında) Horasan'ın Belh şehrine yakınlarındaki Şâmistiyan köyünde dünyaya gelmiş, 80 yılı aşkın bir ömrün ardından Zilkâde 322 / 934'de yine doğduğu yer olan Belh'de vefat etmiştir.<sup>12</sup>

Gençliğinde Belh bölgesinde çocuklara öğretmenlik yapan Belhî, daha sonra hac amacıyla gittiği Irak'ta sekiz yıl kalmıştır. Bu süreçte ve sonrasında gezdiği bölgelerde pek çok bilgiden dersler almıştır. Özellikle ünlü alim Ebû Yûsuf Ya'kûb el-Kindî'den ders alarak onun en önemli öğrencilerinden biri olmuş ve onun yanında birçok farklı ilim dalında kendini geliştirmiştir. Belhî, felsefede derinleşmesinin yanı sıra birçok

---

psychischen Gesundheit eine Entsprechung in der heutigen Psychologie?", *Temaşa Felsefe Dergisi* 13 (2020), 143-157; Ömer Faruk Söylev, "Din Perspektifinden Obsesif-Kompulsif Bozukluklar: Modern Yaklaşımlar ve Ebû Zeyd El-Belhî'nin Katkıları", *Cumhuriyet İlahiyat Dergisi* 24/2 (2020), 891-909; Şeyma Kılıç, "Belhi ve Bilişsel Davranışçı Terapi Özelinde Fobi ve Obsesif-Kompulsif Bozukluk Üzerine Karşılaştırmalı Bir Çalışma", *Theosophia* 2 (2021), 67-88; Malik Bedri, *Ebu Zeyd el-Belhî'nin Ruh Sağlığının Korunması Risalesi - 9. Yüzyıl Hekiminden Bilişsel Davranışçı Terapi*, çev. Ayşe Kaya Göktepe (Mahya Yayınları, 2025); Cevat Siddiki, "Ebu Zeyd Ahmet El Belhî Düşüncesinde Birey ve Riyazet/Eğitim", *Çukurova Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi* 21/1 (2021), 82-97; Osman Mutluel, "Ebû Zeyd el-Belhî'nin (850-934) 'Beden ve Ruh Sağlığı' Eseri Bağlamında Birey ve Toplum Yaşamı Üzerine Ortaya Koyduğu Koruyucu Hekimlik Önerileri", *İslâmi Araştırmalar Dergisi* 33/3 (2022), 819-842; Süleyman Doğanay, "el-Belhî ve Mesâlihu'l-ebdân ve'l-enfûs (Beden ve Ruh Sağlığı) Adlı Eserine Biyo-Psiko-Sosyolojik Bir Yaklaşım", *Hicri Üçüncü Asırda İslami İlimler*, ed. Hidayet Aydar vd. (İKSAD, 2023), 627-641; Ömer Faruk Erdoğan, "Bir Uzlaş Alanı Olarak Ahlâk ve Tıp: Ebû Zeyd el-Belhî'nin Önerisi", *Kocatepe İslami İlimler Dergisi* 8/1 (2025), 96-111.

<sup>8</sup> Ali Yıldırım - Hasan Şimşek, *Sosyal Bilimlerde Nitel Araştırma Yöntemleri* (Ankara: Seçkin Yayıncılık, 2021), 189.

<sup>9</sup> Yıldırım - Şimşek, *Sosyal Bilimlerde Nitel Araştırma Yöntemleri*, 194-201.

<sup>10</sup> el-Belhî, *Mesâlihu'l-Ebdân ve'l-Enfûs / Beden ve Ruh Sağlığı*; el-Belhî, *Beden ve Ruh Sağlığı Koruma Yolları ve Tavsiyeler*.

<sup>11</sup> Ebû'l-Feth Muhammed b. Abdilkerîm Şehristânî, *el-Milel ve'n-nihal*, thk. Muhammed Seyyid Kilani (Beyrut: Dârü'l-Ma'rife, 1975), 2/158.

<sup>12</sup> İlhan Kutluer, "Belhî, Ebû Zeyd", *Diyanet İslam Ansiklopedisi* (İstanbul: Diyanet İşleri Başkanlığı, 1992), 5/412.

alandaki çalışmalar yapmıştır. Hocası Kindî gibi, felsefe ile din bilimlerini bir arada yürütmeyi ve ikisi arasında bir uyum sağlamayı amaçlayan Belhî, bu yaklaşımını eserlerinin felsefi üslubunda da göstermiştir. Kendisi, Kindî ekolünün önemli temsilcilerinden biri olarak kabul edilmektedir.<sup>13</sup>

Belhî, Irak'ta geçirdiği dönemde felsefe, astroloji, astronomi, tıp ve doğa bilimleri alanlarında çalışmalar yürütmüştür. Bu disiplinlerdeki yetkinliğini artırdıktan sonra, Herat (günümüzde Afganistan'ın batısında kalan bir şehir) üzerinden memleketi Belh'e dönerek dersler vermeye başlamıştır.<sup>14</sup>

Belhî, memleketine döndükten sonra Kindî'den okuduğu dersler üzerine çalışmalarına devam etmiştir. Coğrafya, matematik, astronomi, tıp, ahlâk, siyaset, edebiyat ve dinî ilimler gibi farklı disiplinlerdeki çalışmaları, onun Kindî'den büyük oranda etkilendiğini göstermektedir. Bu etkinin en belirgin örneklerinden biri, günümüze ulaşan önemli eserlerinden *Mesâlihu'l-ebdân ve'l-enfûs'tür*. Eserin ikinci bölümü Kindî'nin *el-Hîle li def'il-ahzân* adlı eserinin izlerini taşıırken, birinci bölümdeki müziğin beden sağlığına olan katkısına dair ifadeler de Kindî'nin bazı hastalarını müzikle tedavi etme yöntemini yansıtmaktadır.<sup>15</sup> Eserlerinde din ile felsefeyi uzlaştırma çabası güden Belhî, bunlardan birini diğerine üstün tutmamıştır. Ona göre, filozof olmak isteyen kişinin, dinin gereklerini yerine getirmesi büyük önem taşımaktadır.<sup>16</sup> Belhî bu yaklaşımı ile tıpkı hocası Kindî gibi akıl yoluyla elde edilen bilgilerin dinî esaslarla çelişmemesi gerektiği sonucuna varmıştır. Bu konuda Ebû Hayyân et-Tevhîdî de mübalağalı bir şekilde Belhî'ye övgüler yağdırmış ve Belhî'den başka din ile felsefeyi bu denli uzlaştıracı bir düşünürün görülmediğini belirtmiştir.<sup>17</sup> Belhî'nin kaynaklarda zikredilen yaklaşık altmış eserinden sadece ikisi günümüze kadar gelebilmiştir. Bunlardan birisi *Takvîmü'l-büldân* ve *eskâlü'l-bilâd* isimleri ile de bilinen *Suverü'l-ekâlim*, Barthold tarafından İslâm coğrafyasına dair ilk eser olarak gösterilmiştir. Bu çalışma, İslâm coğrafyasını yirmi bölüme ayırarak her biri hakkında detaylı bilgiler içermektedir.<sup>18</sup>

Belhî'nin günümüze ulaşan diğer eseri ise biri beden sağlığı diğeri ise ruh sağlığı ile ilgili iki ayrı makaleden meydana geldiği için *Makalateyn* olarak da bilinen *Mesâlihu'l-ebdân ve'l-enfûs'tür*. Eserin iki yazma nüshası bugün Süleymaniye Kütüphanesi Ayasofya Koleksiyonu'nda 3740 ve 3741 numaralarıyla kayıtlıdır. Fuad Sezgin bu nüshaların tıpkıbasımlarını 1984 ve 1998 yıllarında neşretmiştir (Frankfurt, 1984 ve 1998). 3740 numaralı nüsha Fatih Sultan Mehmed için "Şeyhu'l-hattâtîn" ismiyle şöhret bulmuş hattat Hamdullah (ö. 1526) tarafından yazılırken; 3741 numaralı nüsha ise yine Fatih Sultan Mehmed döneminde Şemsuddin el-Kudsi tarafından kaleme alınmıştır. Bu çalışmada ise 3741 no'lu nüsha esas alınmıştır. Bu nüshaya tarih olarak Hicrî 10 Şaban 884 (27 Ekim 1479) tarihi not düşülmüştür.

*Mesâlih*, o dönemde Râzî'nin *Tıbbu'r-rûhânî'si* ile birlikte, tedavide ruh-beden ayırımını esas alan bir geleneği başlatmıştır.<sup>19</sup> Belhî, *Mesâlih* hakkında, bu kitaptan önce insanların beden ve ruh sağlığı ile ilgili konuları tek bir kaynakta bulamayacağını, bu eserin hem beden hem de ruh sağlığına dair bilgileri tek bir ciltte toplayarak, okuyucunun birden fazla kaynağa başvurma zorunluluğunu ortadan kaldırdığını ifade etmiştir. Aynı şekilde bu kitapta iki konunun da insanların ihtiyaçlarını karşılayacak şekilde uzun açıklamalara

<sup>13</sup> Ebû Abdillâh Şihâbüddîn Yâkût el-Hamevi, "Ahmed b. Sehl el-Belhî", *Mu'cemü'l-üdeba*, thk. Ömer Fârûk et-Tabbâ' (Beyrut: Müessesetü'l-Maarif, 1999), 3/72-73.

<sup>14</sup> el-Hamevi, "Ahmed b. Sehl el-Belhî", 3/75.

<sup>15</sup> Ahmet Hakkı Turabi, *el-Kindî'nin Mûsikî Risâleleri* (İstanbul: Marmara Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Yüksek Lisans Tezi, 1996), 94-95.

<sup>16</sup> Naci Tekriti, *el-Felsefetü'l-ahlâkiyyeti'l-Eflatuniyye inde müfekkiri'l-İslâmî* (Beyrut: Dârü'l-Endelüs, 1982), 240.

<sup>17</sup> Abdullah es-Safedi, *el-Vafi bi'l-vefeyat* (Wiesbaden: Franz Steiner Verlag, 1982), 6/378.

<sup>18</sup> Vasilij Viladimiroviç Barthold 1349/1930, *İslam Medeniyeti Tarihi*, geniş izah ve düzeltmelerle M. Fuad Köprülü (Ankara: Diyanet İşleri Başkanlığı, 1984), 154-156.

<sup>19</sup> Özge Akgün - Selahattin Akti, "Ruh ve Beden İlişkisinin İnsan Sağlığı Üzerindeki Etkileri: Ebû Zeyd El-Belhî ve Ebû Bekir Er-Râzî Örneği", *Theosophia*, (2023), 51-63.

girmeden, kolaylaştırılmış bir şekilde aktarıldığını belirtmektedir.<sup>20</sup> Bu bakımdan *Mesâlih* ruh ve beden sağlığı konularını iki kapak arasında tek ciltte toplayan kitapların ilki görünümündedir.

*Mesâlih*, beden ve ruhla ilgili olmak üzere iki bölümden oluşmaktadır, el-Ebdân bölümü 14 kısımdan, el-Enfûs bölümü ise 8 kısımdan oluşmaktadır.

*el-Ebdân* bölümünde Belhî, beden sağlığının korumanın gerekliliğini, insanın yapısını ve organlarını, yaşanılan yerin insan üzerindeki etkilerini (gerek fizikî, gerek ruhî), yaşadığımız yerlerin, suyun ve havanın, giydiğimiz elbiselerin, içtiğimiz içeceklerin, yediğimiz yemeklerin, güzel kokunun, uykunun, cinselliğin, banyo yapmanın, spor yapmanın, masaj yaptırmanın ve müzik dinlemenin insan bedenine etkilerini ve sağlık kaybedilince yeniden geri kazanmak için yapılması gerekenleri ele almıştır.

*el-Enfûs* bölümünde ise, ruhun maslahatlarının düzenlenmesine olan ihtiyacı, nefsin kuvvetlerinin itidal ile muhafaza edilerek ruhi rahatsızlıkların ortadan kaldırılmasının yolları, ruh sağlığının korunması, ruh sağlığı bozulduğunda tekrar geri kazanma yolları, ruh hastalıkları ve bunların sayısı, öfkenin kontrol edilmesi, korku ve paniğin teskin edilmesi, üzüntü ve kaygının giderilmesi, vesveseden kurtulmanın yolları konu edilmektedir.

Felsefenin eğitimden sosyolojiye, psikolojiden ekonomiye birçok bilimle yakın ilişkisi vardır. Bireyin sahip olduğu düşünme yapısı (felsefe) onların hayata bakışını ve yaşamını da etkilemektedir. Bu açıdan felsefenin eğitime etki ettiğini söylemek mümkündür. Eğitim, felsefi görüşlerden etkilenir ve şekillenir. Örneğin “Ne için eğitim veriyoruz?”, “Ne öğretilmeli?”, “Hangi erdemlerin öğretilmesi önceliklidir?” gibi soruların cevabı hep felsefe-eğitim ilişkine bağlıdır.

Bu bağlamda bu başlık altında Belhî'nin ruhi rahatsızlıklara yönelik tavsiyelerinden makalenin sınırlı olarak göz önüne alınarak bazılarının yer verilecektir. Daha sonraki başlıkta ise Osmanlı ahlâkçılarının ahlâk terbiyesi hususundaki görüşlerine yer verilecektir. Sonuç kısmında ise, Ebû Zeyd el-Belhî'nin *Mesâlih*'te önermiş olduğu çözüm yollarının, daha sonra eğitim alanında da kullanılması üzerine bir değerlendirme yapılacaktır.

Bir sonraki başlıkta Belhî'nin ruh sağlığını koruma ve kaybedildiğinde geri kazanma konusunda görüşlerine yer verilecektir.

## **2. Ebû Zeyd el-Belhî'nin Ruh Sağlığını Koruma Yolları Hakkında Görüşleri**

İslâm filozoflarına göre ruh sağlığı ve ahlâk, birbiriyle yakından ilişkili iki temel kavramdır. İslâm filozoflarına göre ahlâkın temel vazifesi nefsin mahiyeti hakkında bilgiler vermek ve onu erdemli davranışlar sergileyecek şekilde terbiye etmektir.<sup>21</sup> İlk İslâm filozofu kabul edilen Kindî eserinde, psikolojik bir rahatsızlık olarak kabul ettiği üzüntüden kurtulmak için insanın her türlü ıslah yolları ile bedenî acılardan kurtulmaya çalıştığı gibi, ahlâkî bir tedavi ile bu acılardan kurtulabilmenin mümkün olabileceği fikrini işlemiştir.<sup>22</sup> İslâm ahlâk felsefesinin temel kavramlarından birisi olan itidal, faziletli olmakla eşdeğer tutulmakta ve iki aşırı ucun ortasındaki dengeyi ifade etmektedir. İtidal, aynı zamanda ruh ve beden sağlığını korumak için hayati önem taşıyan bir denge hali olarak da ifade edilebilir. Ahlâk felsefesinde ruhun kuvvetlerinin itidal halde olması fazilet (erdem) olarak kabul edilirken, ruhun güçlerin itidalden çıkması sonucu ortaya çıkan durum

<sup>20</sup> Ebû Zeyd el-Belhî, *Mesâlihü'l-ebdân ve'l-enfûs*, ed. Fuat Sezgin (Frankfurt: Ma'dehu Târîhi'l-Ülûmi'l-Arabiyyetü ve'l-İslamiyye, 1984), 274.

<sup>21</sup> Mehmet Aydın, “Ahlak”, *Diyanet İslam Ansiklopedisi* (İstanbul: Diyanet İşleri Başkanlığı, 1989), 2/10.

<sup>22</sup> Ebû Yusuf es-Sabbah Yakub b. İshak Kindî, *Üzüntüden Kurtulma Yolları (el-Hile li-def'i'l-ahzân)*, çev. Mustafa Çağrırcı (İstanbul: Marmara Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Vakfı (İFAV), 1998), 52-67.

da ahlâkî rezilet olarak kabul edilmektedir. Bu bakımdan İslam filozoflarına göre ahlâk ile ruh sağlığı arasında mutlak bir ilişki vardır.

Ebû Zeyd el-Belhî'nin ruh sağlığı ile ilgili görüşlerinin merkezinde de itidal kavramı yer almaktadır. Belhî'nin ruh sağlığına yaklaşımı genel olarak iki aşamalıdır. Bunlardan ilki ruh sağlığının korunması (koruyucu hekimlik), ikincisi ise kaybedildiğinde ruh sağlığının tekrar geri kazanılmasıdır.<sup>23</sup>

Belhî, ruh sağlığının korunmasını müstakil bir başlık altında ele alarak, bedende olduğu gibi ruhun da bir sıhhat ve hastalık hâli bulunduğunu belirtmektedir. Ona göre ruhun sıhhat ve selameti, nefsin güçlerinin heyecana kapılmadan sakin ve kontrol altında olmasıyla mümkündür. Dolayısıyla, ruh sağlığını korumak isteyen kişinin öncelikli görevi, bu sükûnet halini devam ettirmek ve ruh güçlerinin heyecana kapılarak bozulmasını engellemektir. Bu bağlamda Belhî, beden sağlığının korunmasında olduğu gibi, ruh sağlığının korunmasını da iki farklı şekilde ele almaktadır.<sup>24</sup>

**Ruh Sağlığını Korumak:** Belhî'ye göre bireyin ruh sağlığını korumasının ilk yolu, ruhun duyma ve görme gibi duyu organları aracılığıyla dışarıdan gelip onu zayıflatan, endişelendiren, öfke, üzüntü, elem ve acı veren harici etkenlerden kendini korumasıdır. Bu tür harici faktörler, ruhun güçlerini harekete geçirerek, öfke, korku, keder gibi ruhî rahatsızlıklara neden olabilirler. Bu nedenle ruhun sükunetini bozacak bu tür etkenlerden uzak durmak ruhun sıhhatli durumunu devam ettirmek için birinci yoldur.

Belhî'ye göre ruh sağlığını korumanın ikinci yolu ise, kişiyi keder, korku, gibi ruhî hastalıklara götüren dahili / içsel düşüncelerden korumaktır. Buna göre, oluş ve bozuluş döngüsüne tabi olan bu dünyada, bireyin arzu ettiği şeyleri elde edememesi yaşamını çekilmez kılarak onu derin bir kedere ve acı verici bir hastalığa sürükleyerek kişide eziyet verici bir hastalığın meydana gelmesine sebep olur. Ancak kişi tabiat kanunlarını kavradığında, tabiat kanunlarını çerçevesinde gerçekleşmesi mümkün olmayan isteklerden kendisini vazgeçirebilir. Bu sayede, kişi ruhsal bir rahatsızlığa yol açacak durumlara düşmekten kendisini korumuş olur.<sup>25</sup>

İçsel telkin diyebileceğimiz bu iç düşüncelerden kurtulmanın da yine iki yolu vardır. Bunlardan birincisi kişinin sağlıklı olduğu zamanlarda, kalbine bu dünyanın tabiatı sebebiyle hiç kimsenin istek ve arzularına sıkıntı ve zorluk olmaksızın ulaşamayacağını anlatmasıdır. İnsanın dünya halinin bu şekilde olduğunu kalbine kabul ettirmesi gerekir. Aynı şekilde insan, bu dünyada istemediği şeylerin başına gelmesi durumunda bunları görmezden gelmeli ve başına gelen istenmeyen küçük olaylar karşısında nefsin sıkıntı duymamaya alıştırmalıdır. Eğer kişi, nefsin küçük şeylere tahammül göstermeye alıştırsa, daha sonra başına gelebilecek/gelen daha büyük olaylara tahammül göstermeyi, bu olaylar karşısında sakin kalmayı adet/alışkanlık haline getirebilir. Bu aynı zamanda ruh eğitiminin de yolu/yöntemidir.<sup>26</sup> Kişinin ruhunun ve bedeninin antrenmanı olarak nitelendirebileceğimiz bu metodu, Belhî okuyucularına tavsiye etmiştir. Belhî'nin sabrın küçük olaylar karşısında adet haline getirilmesiyle, daha sonra büyük felaketler karşısında insanın şanını yücelten bir konuma geleceğini belirtmesi, onun ahlâkî erdemlerin alışkanlıkla elde edebileceği görüşünde olduğunun bir kanıtı olduğu söylenebilir.<sup>27</sup> Belhî'nin bu görüşünü desteklemek için verdiği örneklerden iki tanesi şu şekildedir:

- Hükümdarların, oğullarını savaş meydanlarındaki öldürme ve yaralama olayları karşısında korkuya kapılmaması, bu tür olaylara alışkanlık kazanıp korkaklıklarını cesarete

<sup>23</sup> el-Belhî, *Mesâlihü'l-ebdân ve'l-enfûs*, 268.

<sup>24</sup> el-Belhî, *Mesâlihü'l-ebdân ve'l-enfûs*, 275-276.

<sup>25</sup> el-Belhî, *Mesâlihü'l-ebdân ve'l-enfûs*, 277.

<sup>26</sup> el-Belhî, *Mesâlihü'l-ebdân ve'l-enfûs*, 276-277.

<sup>27</sup> el-Belhî, *Mesâlihü'l-ebdân ve'l-enfûs*, 278.



dönüştürebilmeleri için onları sık sık savaş meydanlarına göndererek bu duruma alışkanlık kazanmalarını sağlamaya çalışması.

- Denizcilikle uğraşanların, denizin azgın dalgaları karşısında korkuya kapılmamalarını bu kişilerin sık sık denizle haşır neşir olmaları sonucunda alışkanlık kazanmalarına bağlaması.<sup>28</sup>

Belhî'ye göre istenmeyen olaylar karşısında sabrı alışkanlık haline getiren kimse, karşılaştığı büyük felaketleri kafasında büyütmez, olanları dünya hayatının doğal bir gereği olarak görerek, ruhsal dengesini bozmaz ve böylece mutluluğa bir adım daha atmış olur.<sup>29</sup>

Kişinin iç düşüncelerinden kurtulmasının ikinci yolu, nefsinin/ruhunun yapısını ve başına gelen musibetlere ne kadar dayanabileceğini bilmesidir. Her insan için kalbinin taşıdığı kuvvet ve zayıflık, gönlünün ise genişlik ve darlık açısından bir sınırı vardır. Kimileri başlarına gelen sıkıntılara tahammül edebilir, bulmuş olduğu çözümlerle bu sıkıntının üstesinden gelebilirken, kimileri ise başlarına gelenler karşısında fazla dayanamaz, bu hal onu şaşırır / dehşete düşürür, bu sıkıntılardan kendisini kurtaracak bir çözüm yolu da bulamaz. Hatta bu durum, sonunda bedeninde de hastalıklara sebep olacak bir hale varır.<sup>30</sup> Belhî burada insanların yaratılışlarındaki farklılığın, hastalıklara karşı dayanma güçlerinin de farklı olmasına yol açtığını vurgulamıştır. Ona göre, her birey kendine özgü mizacı sebebiyle hastalıklardan farklı derecede etkilenmektedir. Aynı şekilde karşılaşmış oldukları benzer olaylar karşısında bazıları şiddetli korku ve endişe duyarken, bazıları ise sabırlı hallerini koruyarak soğukkanlı kalabilmektedir. Bazı insanlar, özellikle de zayıf iradeli ve sabırsız olanlar, öfkeye çabuk kapılmaktadır. Öfke ve korku gibi duygular bu tür insanları kolayca etkisi altına alabilmektedir. Ancak sabırlı ve güçlü iradeli kişiler, bu tür duyguların üstesinden gelebilir. Keza zayıf tabiatlı olarak yaratılan kadın ve çocukların bu korkutucu haller karşısındaki tepkileri de kuvvetli bir tabiata sahip erkekler gibi olmayabilir.<sup>31</sup>

Bu bakımdan ruh sağlığını korumak isteyen insanın öncelikle kendisini ve kendi sınırlarını / potansiyelini bilmesi gerekir. İnsan eğer başına gelenlere karşı kendisini ve potansiyelini bilirse ister yönetici olsun ister halktan birisi olsun, hayattaki istek ve arzularını buna göre şekillendirir. Eğer kendisinin büyük işlerin altından kalkabileceğini görürse, bu tür işlere girer. Eğer kendisinin bu konuda narin ve zayıf olduğunu görürse, bu tür durumları yönetmek konusunda kuvvetli ve dayanıklı kimselerin girişebileceği ancak kendisine sıkıntı verebilecek bu tür işlerden uzak durur. Kişinin buradaki tercihi birçok şeyi elden kaçırmak pahasına da olsa, ruhunun huzur, sağlık ve selameti yönünde olması gerekmektedir. Bu durumdaki kişinin, ruhunu/nefsini sıkıntıya sokarak arzu ve isteklerini elde etmesinden ruh sağlığını koruması gerekir. İnsan bu yöntemi benimserse hayatı güzelleşir, rahatı devam eder, sağlığını muhafaza eder ve dünya saadetini kemale erdirir. Çünkü bu dünyadaki mutluluğun sağlanması ancak beden ve ruhunun sağlıklı olması ve bu ikisinin ömür boyunca dünyadaki istenmeyen hallerden uzak durması ile mümkün olur.<sup>32</sup> Kişinin karşılaştığı olaylar karşısında gösterebileceği sabır miktarını, yani kendi gücünü bilmesi de insanı ruhî rahatsızlıklardan koruyan önemli bir etkidir. Belhî, bu konuda her insanın kalbinin kendine özgü bir zayıflık ve kuvveti, göğsünün de bir daralıp genişleme kapasitesi olduğunu belirtmektedir. Otokritik (ya da özeleştiri) olarak adlandırabileceğimiz bu yöntem kişinin kendi gücünü bilmesine, üstesinden gelemeyeceği işlere girerek strese girmesini ve sonucunda üzülmeye sebep olacak fiillerden kaçınmasına, dolayısı ile ruh sağlığını korumasına yardımcı olmaktadır.<sup>33</sup>

<sup>28</sup> el-Belhî, *Mesâlihü'l-ebdân ve'l-enfûs*, 310-311.

<sup>29</sup> el-Belhî, *Mesâlihü'l-ebdân ve'l-enfûs*, 319-320.

<sup>30</sup> el-Belhî, *Mesâlihü'l-ebdân ve'l-enfûs*, 279-281.

<sup>31</sup> el-Belhî, *Mesâlihü'l-ebdân ve'l-enfûs*, 271.

<sup>32</sup> el-Belhî, *Mesâlihü'l-ebdân ve'l-enfûs*, 279-281.

<sup>33</sup> el-Belhî, *Mesâlihü'l-ebdân ve'l-enfûs*, 278-279.

**Ruh Sağlığını Geri Kazanmak:** Belhî'ye göre, insan önce ruh sağlığını korumalı, ruh sağlığı bozulduğunda ise hemen geri kazanmak için çaba göstermelidir. İnsan, bu dünyada istemediği şeylerin başına gelmesinden her zaman emin olamaz. Zira bu dünya derdin, hüznün, sıkıntı ve musibetlerin olduğu bir yerdir. İnsanın istemediği şeylerle karşılaşması kaçınılmazdır.<sup>34</sup> Ruh sağlığı konusunda, insan öncelikle ruhun kuvvetlerini dengede tutacak, kuvvetlerin dengesini bozmayacak şekilde düzenlemelere ihtiyaç duyar. Eğer bu denge bozulursa, tekrar dengeyi sağlamak için onları sakinleştirmeye ve tekrar eski sağlıklı hallerine getirmeye çalışır. Bu tür durumlarda, insan bedeni nasıl cismani besin ve ilaçlarla tedavi ediliyorsa, ruhun/nefsin tedavisinin de ruha/nefse uygun şeylerle yapılması gerekir. Bu da iki şekilde olur. Bunlardan birincisi kişinin kendi düşüncesi ile rahatsızlığını kontrol altına aldığı iç yardım ya da bir başkasının kendisini sakinleştirmeye yardımcı olması için vermiş olduğu dış yardım mahiyetinde olan nasihatlerle olur. Ruh sağlığına tekrar kavuşmak isteyen kimsenin kendisini bu iki yönetime alıştırması gerekir.<sup>35</sup>

Belhî bu konuda bedeni tedavilerde olduğu gibi ruhî hastalıkların tedavisinde de dışarıdan alınan yardımın iç yardıma göre daha faydalı ve etkili olduğunu ifade etmektedir. Belhî bunun iki sebebinin olduğu belirtmektedir. Bunlardan birincisi, kişinin dışarıdan verilen nasihatleri, kendi iç dünyasından gelen düşüncelere göre daha kolay kabul etmesidir. Zira Belhî'ye göre kişinin kendi görüşü çoğu kez arzularına mağlup ve arzularıyla karışmış vaziyettedir. İkinci sebep ise, insanın kendisinde ruhi bir rahatsızlık olduğu zaman, zihni ve düşüncesinin hep bu sıkıntılarla meşgul olmasıdır. Belhî kişinin bu halini, hasta olmasına rağmen bu hastalığının vermiş olduğu sıkıntılarla meşgul olmaktan kendisini tedavi edemeyen ve başka bir doktora ihtiyaç duyan doktorun haline benzetmektedir. Filozofumuz, basiret sahibi sultanların, öfke ve korku gibi ruhani rahatsızlıkların kendilerine ulaştığında, tavsiye ve nasihatleri ile kendisini teskin edecek hakimleri (bilge kişileri) yanlarında bulundurmaya âdet haline getirmelerini buna örnek olarak vermektedir.<sup>36</sup> Belhî'ye göre; rûhânî ilaçlar ya insana verilen öğüt ve hatırlatma kabilinde sözler ya da insanın kendi kendisini yatıştırıcı düşünceleridir. O bu konuda nasihatleri, ruh hastalıklarında kullanılan bir ilaç olarak görmekte; bedenî bir hastalığa yakalanan kişinin tedavisinde kendisine güvendiği doktorlar gibi, ruhî rahatsızlıklarda da vereceği nasihatlerle kendisini sakinleştirecek, tekrar eski sağlığına kavuşturacak bir dost grubu olmasını tavsiye etmektedir.<sup>37</sup>

Belhî, öfke karşısında dışarıdan nasihat yoluyla alınan desteği, fokurdayan suyun üzerine dökülen ve kaynamayı sakinleştiren soğuk suya benzetmektedir.<sup>38</sup> Bununla beraber, Belhî'ye göre dıştan gelen yardımlar her ne kadar daha etkili olsalar da kişinin bu rahatsızlıklar kendisine ulaştığında kendi kendisine sakin olması için yapacağı telkinlerden de geri durmamasını tavsiye etmektedir.<sup>39</sup>

Belhî, kişinin ruh sağlığını kaybetmesi halinde hemen eski sağlığına kavuşmak için kişinin çaba göstermesi gerektiğini ifade etmektedir. Belhî'ye göre öfkeyi ilk anda kontrol altına almak, daha sonra kontrol altına çalışmaktan daha kolaydır. Belhî, bu durumu ateşin ilk anda söndürülmesinin, alevler etrafa yayıldıktan sonra söndürülmesinden daha kolay olmasına benzetererek örneklendirmeye çalışmaktadır. Zira ateş bir kez yayıldığında, onu söndürmesi zorlaşır ve sonra da ardında telafisi mümkün olmayan zararlar bırakır. Bu görüşünü desteklemek için dik başlılık eden at örneğini veren Belhî, kontrolden çıkan at ilk başta kontrol altına alınabilirken, tamamen kontrolden çıktıktan sonra onu zapt etmenin ve yakalamanın çok zor hale geldiğini vurgulamaktadır. Çünkü öfkenin kontrolü ele geçirdiği bu anlarda, tıpkı hayvanlar gibi insanlar da akıl gücünden yoksun hareket ederler. Kişi öfkelendiğinde, olayın hemen başında hemen bir çözüm

<sup>34</sup> el-Belhî, *Mesâlihü'l-ebdân ve'l-enfûs*, 281.

<sup>35</sup> el-Belhî, *Mesâlihü'l-ebdân ve'l-enfûs*, 283-285.

<sup>36</sup> el-Belhî, *Mesâlihü'l-ebdân ve'l-enfûs*, 284-285.

<sup>37</sup> el-Belhî, *Mesâlihü'l-ebdân ve'l-enfûs*, 341.

<sup>38</sup> el-Belhî, *Mesâlihü'l-ebdân ve'l-enfûs*, 293-294.

<sup>39</sup> el-Belhî, *Mesâlihü'l-ebdân ve'l-enfûs*, 286.

üretirse ve içsel telkin adını verebileceğimiz düşüncelerle kendisini yatıştırırsa, bu onun sakin kalmasını sağlar. Ancak aklını kullanmayıp kontrolü kaybeden bir kişinin, öfkesini tekrar kontrol altına alıp aklın buyruğuna sokması oldukça zordur.<sup>40</sup>

Belhî'nin gerek ruh sağlığının korunması gerek kaybedildiğinde hemen geri kazanılabilmesi için okuyucularına önerdiği bazı çözüm yolları, ahlâk terbiyesinde kullanılan yöntemleri de hatırlatmaktadır. Bu konuda Belhî'nin okuyucularına sunmuş olduğu önerilerinden bazıları kişinin ruh sağlığını bozan şeyler hakkında bilgi sahibi olunması, küçük talimler yapılması ve var olan ruhsal rahatsızlığın zıddı ile tedavi edilmesidir.

Belhî'nin ruh sağlığını korumak konusunda tavsiye ettiği şeylerden birisi eşyanın hakikati hakkında bilgi sahibi olmaktır. Belhî, korkunun en önemli iki nedenini eşyanın hakikatini bilmemek ve tecrübe eksikliği olarak açıklamaktadır. Ona göre, denizcilerin denizin azgın dalgalarından korkmadıkları gibi, depreme alışan insanlar da depremden çok etkilenmemeye, depremi hayatın doğal bir parçası olarak saymaya başlarlar.<sup>41</sup> Aynı şekilde güneş ve ay tutulması gibi doğal olaylar da bu olayların sebeplerini bilenlere korku vermezken, bu şeylerin mahiyetlerini bilmeyenlere çok büyük korkular verebilmektedir. Belhî bu konuda, insanların korku ve endişesini azaltmanın en etkili yollarından birisinin korku duyulan şeyler hakkında bilgi edinmek olduğunu söylemektedir. Aynı şekilde bireyin hoş olmayan şeylere görerek veya duyarak alışması halinde de bu korkunun azalacağını ve yok olacağını ifade etmektedir. Belhî'ye göre birey, korkmayınca kadar bunları görmeyi ve duymayı alışkanlık haline getirmelidir. Kişinin bu meşakatlere tahammülü, nefsi için bir eğitimidir.<sup>42</sup>

Belhî'nin ruh hastalıkları konusunda önerdiği çözüm yollarından birisi bir reziletin zıddı olan bir faziletle tedavisidir. Örneğin, öfke konusunda Belhî okuyucularına hilm erdemini tavsiye etmektedir. Belhî'ye göre hükümdarların, mutlu insanların vasıflandığı bir erdem olan hilm sayesinde insanlar öfkelerini kontrol edebilir ve bunun yerine muhatabını affetme yolunu seçebilirler. İntikam duygusunun öfke kuvvetiyle beslenmesi gibi, en yüksek erdemlere ulaşmayı hedefleyen kişinin de hilm erdemini kendisine kazandırması gerekir.<sup>43</sup>

### 3. Osmanlı Ahlâkçlarına Göre Ahlâki Terbiyede Takip Edilmesi Gereken Usul

Terbiyenin temel amacı toplumsal bir olgunlaşma olsa da toplumun yapı taşı olan bireyin terbiyesi bu sürecin ilk basamağını oluşturmaktadır. Bireyin terbiyesinde öncelikle vicdanın huzuru ve ruhun ihtiyaçları düşünülmelidir. Ayrıca bu süreçte, kişinin yaşamış olduğu çevre ile dönemin gereksinim ve ihtiyaçları dikkate alınmalıdır. Burada Osmanlı ahlâkçlarına göre ahlâk terbiyesinde nasıl bir yol izlenmesi gerektiği ile ilgili görüşlere yer verilecektir. Genel olarak Osmanlı ahlâkçılarının eserlerinde ahlâk terbiyesinde üç basamaklı bir yol izlendiği görülmektedir. Bunlardan ilki güzel ahlâk sahibi olmak, ikincisi bu hali korumak, üçüncü basamak ise en zor süreç olarak kabul edilen kötü ahlâkın güzel ahlâka dönüştürülmesidir. Bu süreçlerin birbiri ile iç içe geçmiş süreçler olduğu unutulmamalıdır.

Ahlâk terbiyesi güzel ahlâk sahibi olmayı, güzel ahlâkı korumayı ve kötü ahlâktan uzak durmayı amaçlayan bir süreci ifade eder. Bu sürecin ilk basamağı güzel ahlâk sahibi olmaktır. Bunun için çocukluk dönemi önem taşımaktadır. Çocukluk döneminde eğer çocuk kötü alışkanlıklardan uzak tutulup, iyi huylara

<sup>40</sup> el-Belhî, *Mesâlihü'l-ebdân ve'l-enfûs*, 296.

<sup>41</sup> el-Belhî, *Mesâlihü'l-ebdân ve'l-enfûs*, 311.

<sup>42</sup> el-Belhî, *Mesâlihü'l-ebdân ve'l-enfûs*, 313-314.

<sup>43</sup> el-Belhî, *Mesâlihü'l-ebdân ve'l-enfûs*, 297.

alıştırılırsa bu durum, çocuğun gelecekteki ahlâk terbiyesini de etkileyecektir.<sup>44</sup> Zira çocukluk döneminde oluşan alışkanlıklar, kişinin yetişkinliğindeki ahlâkını da şekillendirdiği için, insanın küçüklüğünden itibaren güzel ahlâk sahibi olmasına dikkat edilmelidir. Mehmet Şükrü bu konudaki görüşünü bir hadis-i şerife istinaden Hz. Ebubekir (ra) atfedilen bir sözle desteklemektedir: “Evladınızı yedi yaşında iken ferâiz-i diniyeyi (dinin emirlerini) icraya ve mekârim-i ahlâkiyyeyi (güzel ahlâkı) talime çalışınız. On yaşına vasil olduklarında onların talim ve terbiyesi ile kâffe-i mehâsin-i ahlâkını deruhte eyleyiniz. Çünkü sabâvet (çocukluk) yaş bir ağaca benzer. Kuruduğu zaman doğrultulamaz.” Bu söz, kişinin ahlâki gelişimde çocukluk dönemi eğitiminin ne kadar etkili ve kalıcı olduğunu ortaya koymaktadır.<sup>45</sup>

Ahlâk terbiyesi sürecinde ikinci basamak güzel ahlâkı korumaktır. Ahlâk terbiyesinde, güzel ahlâk sahibi olmaya çalışmak ve güzel ahlâkı korumak öncelik arz eder. Çünkü güzel ahlâkı korumak, kötü ahlâkı değiştirmekten daha kolaydır. İnsan; ister yaratılıştaki mizacı gereği isterse sonradan kesbî bir şekilde güzel ahlâka sahip olsun, öncelikle bu halini muhafaza etmeye çabalamalıdır. Mehmet Said’e göre güzel ahlâkı korumanın en etkili yolu iyilerle beraber olup, kötü ahlâklı insanlardan uzak durmaktır.<sup>46</sup> Bu noktada ahlâk ilmi “tıbbu’r-ruhânî” olarak değerlendirilebilir. Ahmet Nazif, bu konuda kötü ahlâkı kalpler için ruhsal bir hastalık olarak tanımlar ve bunun tedavisinin ise Gazzâlî’nin belirttiği gibi tıbb-ı manevi sayılan ahlâk ilmini bilmek ve öğrenmekle mümkün olacağını ifade etmektedir.<sup>47</sup> Beden sağlığını korumak için alınan küçük bir tedbirin insanı büyük hastalıklardan koruduğu gibi, ahlâk ilminin telkin ettiği küçük tavsiyelere uymak da bireyi ömür boyu sıkıntıya sokabilecek kötü ahlâktan koruyabilir.<sup>48</sup>

Ahlâk terbiyesi sürecinin ikinci basamağını oluşturan güzel ahlâkı korumak konusunda Osmanlı ahlâkçıların tavsiyelerini iki ana başlık halinde ele almak mümkündür. Bunlardan birincisi kötü ahlâktan uzak durmak ikincisi ise ruh ve beden sağlığını korumaktır.

Osmanlı ahlâkçılarına göre güzel ahlâkı korumanın ilk adımı, kişinin kendisinde kötü olarak nitelendirilen huyların bulunmasına ve yerleşmesine izin vermemesidir. Eğer kişide kötü huylardan birisi mevcutsa; bu kötü huy bütün diğer huyları da etkileyeceğinden öncelikle “*Temizlenen, Rabbinin adını anıp O’na kulluk eden kimse kuşkusuz kurtuluşa ermiştir*”<sup>49</sup> ayeti gereğince arınma (tezkiye) yoluyla bu kötü huylardan temizlenmesi gerekir. Şayet kişide arzu edildiği gibi kötü huylar yoksa, o zaman da kişi bu güzel halini korumaya gayret etmelidir.<sup>50</sup> Yani kişinin faziletlerle kendisini donatması için gerekli olan ilk şey nefsinin arındırmasıdır. Kötü huylardan arınmak için kişinin iç dünyasında vicdanının sesini dinlemesi son derece önemlidir. Çünkü vicdanın sesi bir iki defa dinlenmediğinde, o da susmaya başlar ve insanın kötülükler karşısında sessiz kalmasına yol açar.<sup>51</sup> Bu durum, bir kişinin burnunun kötü kokuya duyarsız hale gelmesi gibi, vicdanının da kötülüklerle karşı duyarlılığını yitirmesine sebep olur. Kişi bu konuda bir an bile gaflete düşmemelidir. Gaflet denilen durum insana şan ve şöhreti iyilik, intikam duygusunu insaf ve adalet, ehliyetizliği liyakat, gevezeliği ise ilim suretinde gösterir.<sup>52</sup>

<sup>44</sup> İslam düşüncesinde çocukluk dönemi ahlak gelişimi ve eğitimi için bkz. Muhammed Muhdi Gündüz, *İslam Düşüncesinde Çocukluk Dönemi Ahlak Eğitimi* (Ankara: Eskiye Yayınları, 2022), 85-120.

<sup>45</sup> Mehmed Şükrü, *Tertib-i Cedid Ahlâk* (İstanbul: (A. Asaduryan) Şirket-i Mürettebiye Matbaası, 1319), 4-20.

<sup>46</sup> Mehmed Said Efendi, *Ahlâk-ı Hâmide* (İstanbul: el-Cevai Matbaası, 1297), 18-20.

<sup>47</sup> Ahmed Nazif, *Ahlak-ı Diniye ve Vezâif-i İslamiye* (İstanbul: Matbaa-i Ahmed Kamil, 1331), 7.

<sup>48</sup> *Zübde-i İlm-i Ahlak* (İstanbul: Mekteb-i Harbiye-i Şahane Matbaası, ts.), 54-56.

<sup>49</sup> A’lâ Suresi, 87 / 14-15.

<sup>50</sup> Takıyyüddin Mehmed b. Pir Ali Birgivi, *Şerh-i Niyazi alâ Şerhi’l-Birgivi li’l-Konevî*, şerh. Ali Sadri-i Konevî, çev. Niyazi İsmail Efendi (İstanbul: Dârü’t-tibâati’l-âmire, 1264), 168.

<sup>51</sup> Hüseyin Kazım Kadri, *Hak ve Hakikat* (İstanbul, 1288), 21.

<sup>52</sup> Segur, *Kişver-i Derun*, çev. Sahak Abru (İstanbul, 1287), 30-33.

Osmanlı ahlâkçlarına göre güzel ahlâkı korumanın bir diğer yolu kişinin ruh sağlığını korumasıdır. Ruh ve beden sağlığı birbirleriyle yakından ilgilidir. Mehmet Reşid, güzel ahlâkı korumakla sağlık arasında bağ kuran yazarlardan birisidir ve bu konuda en faydalı yollardan birisinin haramlardan kaçınmak olduğunu belirtmektedir. O, bedeni zor şartlara karşı güçlendirmek için önceden alıştırmayı yapmak gerektiği gibi, ruhu da zorluklara alıştırmak için küçük alıştırmalar yapmanın önemini vurgulamaktadır.<sup>53</sup>

Osmanlı ahlâkçılarında Abdullah Behcet, Mehmet Said, Hüseyin Hüsnü ve Ahmed Şem'i güzel ahlâkı koruma yollarını şu şekilde özetlemişlerdir: güzel ahlâk sahibi kişilerle sohbet edip kötü kişilerin sohbetlerinden kaçınmak, güvenilir kitaplardan faydalanarak nefsi ilmi vazifelerle hoşnut etmek, bireydeki küçük hataları dürüstçe uyuracak sadık dostlar edinip onların ikazlarını dikkate almak, dünyanın kötü yönlerini araştırarak dünya lezzetlerinden yüz çevirmek ve eğer nefsin azıp şımarması durumunda sabır ve riyazetle nefsi doğru yola iletmek.<sup>54</sup>

Ahlâk terbiyesinin üçüncü ve en zorlu aşaması kötü ahlâkın güzel ahlâka dönüştürülmesidir. Bu süreç hem uzun hem de sabır gerektirmektedir. Çünkü ahlâk bozulduktan sonra düzeltilmesi hem kötü bir alışkanlığı ortadan kaldırmayı hem de yerine güzel davranışları kazandırmayı gerektiren iki zorlu adımdan oluşmaktadır. Örneğin, yalan söylemeye alışmış bir çocuğu önce bu huyundan vazgeçirmek bu sürecin ilk aşamasını; hemen ardından vakit kaybetmeden çocuğa doğru sözlü olmayı aşılama da bu sürecin ikinci aşamasını oluşturmaktadır. Bu süreçte çocuk öncelikle yalandan vazgeçirilmeli, ondan sonra ise vakit geçirmeden bunun yerine doğru sözlü olmasına gayret edilmelidir. Osmanlı ahlâkçılarında Salahaddin, Niyazi İsmail ve Mehmet Reşid, kötülüklerin yerine hemen zıtları olan iyiliklerin konulması gerektiğini belirtmekte ve cimrilüğün yerine cömertliğin, kibrin yerine tevazunun, hasedin yerine ise gıptanın konulması gerektiğini örnek olarak vermektedirler.<sup>55</sup>

Kötü ahlâkın dönüştürülmesi sürecinde, bireyin bu değişime istekli olması başarının anahtarıdır. Mehmet Faik, bu süreci ekin ekmek için tarlayı yabancı ve zararlı otlardan temizlemeye benzetmektedir. Tarlanın temizlenmesinin ardından, tekrar yabancı otların bitmesine fırsat vermeden tohum ekilmesi gerektiği gibi, kişinin de kötü huylardan arınır arınmaz hemen iyi ve güzel işlere yönelmesi gerektiğini söyler. Mehmet Faik'in bu konuda verdiği başka bir örnek ise kirli elbise örneğidir. Ona göre, kişi kirli elbisesini çıkarıp banyo yaptıktan sonra aynı kirli elbiseyi tekrar giyerse temizlenmiş sayılmaz. Bu benzetmede güzel ve temiz kıyafetler güzel ahlâkı temsil etmektedir.<sup>56</sup>

Kötü ahlâkın düzeltilmesi konusunda Mehmet Hazık, yalan örneği üzerinden daha somut bir yol izlemektedir. Ona göre; çocuk ilk defa yalan söylediğinde, yalanının er ya da geç ortaya çıkacağını kendisine hissettirilmeli, ikinci defa tekrarında ise çocuğa yalan söylemenin kötü bir davranış olduğu çeşitli örneklerle anlatılarak ikna edilmelidir.<sup>57</sup>

Ali Seydi, insanın nefsinde kusur gördükçe bu kusurların nefiste yerleşip kökleşmesine meydan verilmemesi gerektiğini, ancak herkesin kendi kusurunu göremeyeceğinden dolayı, insanın kusurlarını fark edebilmesi için ilim ve marifet sahibi olması gerektiğini ifade etmektedir. Bunun yanında Ahmet Rifat,

<sup>53</sup> Mehmed Reşid, *Hıfz-ı Sıhhat-ı Ahlak Yahud Fezleke-i Tıbb-ı Ruhani* (Dersaadet: Mahmud Bey Matbaası, 1311), 49-53.

<sup>54</sup> Abdullah Behcet, *Behcetü'l-ahlâk* (Dersaadet: Mahmud Bey Matbaası, 1314), 164; Hüseyin Hüsnü, *Fihrist-i Ahlâk* (İstanbul: Mihran Matbaası, 1302), 16; Ahmed Şem'i, *Hulasatü'l-ahlâk* (İstanbul: Asır Matbaası, 1323), 57; Mehmed Said Efendi, *Ahlâk-ı Hâmid*, 42-45.

<sup>55</sup> Birgivi, *Şerh-i Niyazi alâ Şerhi'l-Birgivi li'l-Konevî*, 187; Mehmed Reşid, *Hıfz-ı Sıhhat-ı Ahlâk Yahud Fezleke-i Tıbb-ı Ruhani*, 54; Salahaddin, *Mehâsin-i Ahlâk* (İstanbul: Matbaa-i Kütübhane-i Cihan, 1324), 41-42; Ali Salahaddin Yiğitoğlu, *Mehâsin-i Ahlâk*, haz. Maruf Toprak vd. (İstanbul: Ketebe, 2021), 48-60.

<sup>56</sup> Mehmed Faik, *Askerin Ahlâk ve Evsafı* (İstanbul: Kitabane-i İslam ve Askeri, 1324), 44-46.

<sup>57</sup> Mehmed Hazık Zeynizade, *Terbiye: Terbiye-i Bedeniye, Terbiye-i Fikriye, Terbiye-i Ahlâkiye* (Dersaadet: Matbaa-i Cihan, 1323), 161-162.

Abdullah Şevket ve M. Sadık Rifat da güzel ahlâk sahibi olmak ve korumak için iyilerle dost olmaya ve kötülerden uzak durmaya dikkat çekmektedir.<sup>58</sup> Bu konuda; Ali Seydi Bey, gözün bir ayna olmaksızın kendisini görememesi gibi, kişinin de hata ve noksanlarını görebilmesi için dostlarını ve öğretmenlerini bir ayna mesabesinde görmesi gerektiğini söylemektedir.<sup>59</sup> Mehmet Said ise iyilerle görüşmenin güzel huylar edinmeye sebep olduğu gibi, kötülerle görüşmenin de kötü huyları kazanmaya yol açacağını belirtmiştir.<sup>60</sup>

Osmanlı ahlâkçıları, kötü ahlâkı düzeltmenin ve iyi ahlâkı korumanın temelinde Allah korkusunun yattığı görüşündedir. Ahmet Rifat Yağlıkcı, kötü ahlâkı düzeltip, güzel ahlâkı korumanın Allah korkusu sayesinde olacağını ifade etmektedir. Ona göre, Allah'tan korkan insan aklını kullanıp ilahi emir ve yasaklara uyar.<sup>61</sup> Sadık Vıcdani ise, Allah'ın emirlerine riayet etmeye çalışan insanların daima Allah'ın adil ve affedici olması gibi ilahi vasıflarla ahlâklanmaya gayret edeceğini bu sayede toplumun her kademesindeki bireylerin adaletli ve bağışlayıcı bir tutum sergileyeceğini ifade etmektedir.<sup>62</sup> M. Sadık Rifat Paşa, Salahaddin ve Mustafa Zihni, hem güzel ahlâk sahibi olmanın hem de bu hali korumanın kişinin itidal üzere olmasına bağlı olduğunu söylemektedirler. Bu düşünürlere göre kişi, itidalin kendisi için hayırlının orta yol olduğunu ve dengeden sapmanın kötü ahlâkı beraberinde getireceğini unutmaması gerekmektedir.<sup>63</sup>

Osmanlı ahlâkçılarına göre ahlâk terbiyesinde dikkat edilmesi gereken hususlardan bir diğeri de bireysel farklılıklardır. Osmanlı ahlâkçılarına göre, ahlâk terbiyesinde, çocuğun, gencin, ihtiyarın, kadın ve erkeğin arasında farklılıklar olacaktır.<sup>64</sup> Mehmet Tevfik, insanları ahlâkî karakterlerinin değişimi açısından dörde ayırmaktadır. Bunlardan ilki iyi ve kötüyü ayırt edemeyen, bu nedenle de terbiyeleri çabuk ve kolay olanlardır. İkincisi kötünün farkında olmasına rağmen nefsinin arzularına uyanlardan oluşur ki, onların terbiyesi ise ilk sınıfa göre biraz daha zordur. Üçüncüsü, kötüyü iyi sanarak bu yolda ilerleyenlerdir ki bunların terbiyeleri oldukça zordur. Dördüncüsü ise kötü ahlâk üzerine yetişmiş ve yapmış olduğu kötülüklerin kendisini yücelttiğine inananlardır ki bunların terbiyeleri diğer üç grubun terbiyelerinden kat be kat zordur.<sup>65</sup>

### Değerlendirme ve Sonuç

Ebû Zeyd el-Belhî, Kindî'nin öğrencisi, Âmirî'nin hocası, Ebû Bekir er-Râzî'nin çağdaşı olmasına rağmen, yakın zamana kadar üzerinde yeterince çalışılmamış bir İslam filozofudur. Bunun en önemli sebeplerinden birisi elbette kendisine birçok eser nispet edilmesine rağmen, bu eserlerden sadece ikisinin günümüze ulaşmasıdır. Bu eserlerden *Suveru'l-ekâlim*'in Irak'ta Nəcəf'te Mektebetü'l-Hakîm el-Âmme'de 632 numarada kayıtlı olduğu ifade edilse de bu eserle ilgili Türkçe literatürde herhangi bir çalışmaya rastlanmamıştır. Bizim de asıl kaynağımızı oluşturan *Mesâlihü'l-ebdân ve'l-enfus* ile ilgili çalışmaların asıl yoğunlaşması Türkçe çevirisinin 2012 yılında yayımlanmasından sonraya rastlamaktadır. Çevirilerden birisi Zahid Tiryaki ve Nail Okuyucu'ya, diğeri ise Muhammet Uysal'a aittir.

Bu çalışmada, Belhî'nin ruh sağlığı ile ilgili okuyucularına tavsiye olarak vermiş olduğu bazı önerilerin, Osmanlı ahlâkçılarının eserlerinde ahlâk terbiyesi ile ilgili görüşleri ile benzerlikler taşıdığı

<sup>58</sup> Abdullah Şevket, *Necâtü'l-mükellefin* (İstanbul: Şirket-i Mürettebiye Matbaası, 1317), 290; Ahmed Rifat Efendi, *Bergüzar* (Hanya: Girid Vilayeti Matbaası, 1291), 17; M. Sâdık Rifat Paşa, *Zeyl-i Risâle-i Ahlâk* (İstanbul, 1275), 21, 28.

<sup>59</sup> Ali Seydi Bey, *Musâhabât-ı Ahlâkiyye (Mekâtib-i İbtidâiye İkinci Sınıflar İçin)* (İstanbul, 1332), 110-112.

<sup>60</sup> Mehmed Said Efendi, *Vezaifü'l-inas* (İstanbul: Nişan Berberyan Matbaası, 1311), 91-92.

<sup>61</sup> Yağlıkcı Ahmed Rifat 1312/1894, *Tasvir-i Ahlâk: Ahlâk Sözlüğü*, haz. Hüseyin Algül (İstanbul: Tercüman Gazetesi, ts.), 132.

<sup>62</sup> Sadık Vıcdani, *Hitabiyat* (Bursa: Hüdâvendigâr Vilâyet Matbaası, 1336), 12-14.

<sup>63</sup> M. Sâdık Rifat Paşa, *Zeyl-i Risâle-i Ahlâk*, 16; Salahaddin, *Mehâsin-i Ahlâk*, 37-40; Şehabeddin Ahmed b. Muhammed İbn Ebû'r-Rebi, *Mikyasü'l-ahlâk*, çev. Mustafa Zihni Paşa (İstanbul: Alem Matbaası, 1315), 50.

<sup>64</sup> Abidin Paşa, *Saadet-i Dünya* (Rodos: Cezair-i Bahr-i Sefid Vilâyet Matbaası, 1312), 60-61.

<sup>65</sup> Mehmed Tevfik Efendi, *Meziyyet-i İslamiyye* (Dersaadet: Mahmud Bey Matbaası, 1306), 42-43; Bu tasnif Gazzâlî'de de yer almaktadır, Gazzâlî, *Kimya-i Saadet*, çev. Ali Arslan (İstanbul: Yeni Şafak, 2004), 468-469.

görülmüştür. Bununla beraber, bu durumun Belhî'nin bir eğitimci olduğu, aynı şekilde Belhî'nin ahlâk terbiyesi ile ilgilendiği anlamına gelmediğini belirtmek yerinde olacaktır. Söz konusu benzerlikler, ruh sağlığı için önerilen bazı hususların, esasen ahlâk terbiyesi için de geçerli olabileceğini ortaya koymaktadır. Bu aynı zamanda eğitimin psikolojik, sosyolojik yönleri olduğunu göstermesi bakımından da önemlidir. Bu bakımdan ahlak terbiyesi ile ilgili tavsiye edilen hususların, aynı zamanda bir insanın psikolojik olarak iyi oluş haline de etkisi olduğunu söylemek mümkündür.

Belhî'nin bu konuda önceliği ruh sağlığının korunmasına vermesi, sonrasında ise ruh sağlığı kaybedildiğinde vakit kaybetmeden ruh sağlığının yeniden kazanılmasına ilişkin görüşlerinin, Osmanlı ahlâkçıları da ahlâk terbiyesi konusunda önceliklerine benzemektedir. Bu konuda Osmanlı ahlâkçıları da ahlâk terbiyesinde yapılması gereken ilk işin, güzel ahlâkı korumak olduğunu ifade etmektedirler. Eğer kişi cimrilik, yalancılık gibi kötü ahlâk olarak nitelendirilebilecek davranışlara sahipse Osmanlı ahlâkçıları bu durumu bir ruhânî hastalık nitelendirmekte ve hemen tedavi edilmesi gerektiğini belirtmektedirler. Bu durumun Belhî özelinde İslam ahlâkçılarının özellikle ahlâki faziletin kazandırılması ve ahlâki reziletlerden uzak durulması ile ilgili tavsiyelerinin eğitim alanına da etki ettiğini söylemek mümkündür.

Ruh sağlığını ve aynı şekilde güzel ahlâkı koruma noktasında benzerlik taşıyan kavramlardan birisi de itidaldır. İfrat ve tefritin orta noktası olan itidal, her şeyde dengeyi muhafaza etmek demektir. İslam filozofları ruh sağlığı ve ahlâk arasında bir ilişki ortaya koyarken itidal kavramını öne çıkarmaktadırlar. Buna göre ruhun kuvvetlerinin itidal halde olması fazilet (erdem) olarak kabul edilirken, ruhun güçlerin itidalden çıkması ise ahlâki rezilet olarak kabul edilmektedir. Ebû Zeyd el-Belhî'nin ruh sağlığı ile ilgili önerilerinin de merkezinde itidal kavramı yer almakta; Belhî gerek ruh sağlığının korunmasını gerekse ruhi rahatsızlıkların tedavi edilmesini nefsin kuvvetlerinin itidal haline bağlamaktadır. Osmanlı ahlâkçıları da ruhla ilgili vazife ve faziletlerin merkezine itidal kavramını koymaktadır. Eserlerinde itidalin, hem kişinin güzel ahlâk sahibi olmasına hem de bu hali muhafaza etmesine yardımcı olacağını belirtmektedirler. Osmanlı ahlâkçılarına göre kişi kendisi için hayırlı olanın orta yol olduğunu ve itidalden sapmanın ise kötü ahlâki davet ettiğini unutmamalıdır.

Ebû Zeyd el-Belhî sağlığı hem bedensel hem ruhsal yönleriyle birlikte değerlendirerek bütüncül bir yaklaşım sergilemektedir. Ona göre, ruhi ve bedeni rahatsızlıklar birbirlerine etki edebileceğinden sağlığı korumak için sadece beden değil ruh sağlığına da dikkat etmek gereklidir. Bu bütüncül yaklaşımı Osmanlı ahlâkçılarının eserlerinde de görmek mümkündür. Osmanlı ahlâkçılarının eserlerinde ahlâk eğitiminin bütüncül bir karakter taşımasının üzerinde durdukları görülmektedir. Buna göre, kişi güzel ahlâk sahibi olabilmek için bütün yönleri ile itidalli olmaya özen göstermelidir.

Ebû Zeyd el-Belhî ile Osmanlı ahlâkçıların okuyucularına tavsiye ettiği benzer önerilerden bir tanesi da riyazet olarak nitelendirebileceğimiz küçük talimlerdir. Belhî bu konuda, sabrın küçük olaylar karşısında adet haline getirilip, bu adetin insanın nefsinde yerleştirilmesi durumunda karşılaşılan büyük felaketler karşısında insanın şanını yücelten bir konum kazandıracağını belirtmekte ve örnek olarak da denizcilerin denizin dehşet verici hallerine, savaşçıların savaş meydanında insanı korkutan hallere alışması için sık sık buralara gidip buraların hallerini görmelerini örnek olarak vermektedir. Böylece kişi kendi başına gelen küçük, önemsiz şeylere sabretmekle ruhunu ileride karşılaşılabileceği daha büyük olaylara karşı eğitmiş, alıştırmış olur. Osmanlı ahlâkçıları da benzer bir tavsiyeye rastlanmaktadır. Bu konuda Osmanlı ahlâkçıları da bedeni zor şartlara karşı güçlendirmek için önceden alıştırmayı yapmak gerektiği gibi, ruhu da aynı şekilde zorluklara alıştırmak için küçük alıştırmalar yapmak gerektiğini ifade etmektedir.

Belhî'nin ruh hastalıklarının tedavisinde dikkat çektiği unsurlardan birisi bireysel farklılıklardır. Belhî, her insanın yaratılışının farklı olması hasebiyle, hastalıklara karşı tahammül güçlerinin de farklı olacağına dikkat çekmektedir. İnsanların her birisi sahip oldukları mizaç sebebiyle bu hastalıklardan farklı boyutlarda

etkilenmektedirler. Ahlâk terbiyesinde de bireysel farklılıklara dikkat edilmesi gerektiği Osmanlı ahlâkçıları tarafından da dile getirilmektedir. Bu konuda Osmanlı ahlâkçıları, çocuğun, kadının, erkeğin, yaşlı ve gencin terbiye süreçlerinde farklılıklar olabileceğini ifade etmektedirler. Bu konuda Osmanlı ahlâkçılarından Mehmet Tefik de insanları ahlâk terbiyesinden etkilenme durumlarına göre dörde ayırarak bireysel farklılıklara dikkat çektiği görülmektedir.

Belhî'nin bu konudaki bir başka tavsiyesi, hastalıkların zıddı ile tedavi edilmesidir. Belhî bu konuda okuyucularına, öfke konusunda hilm erdemini tavsiye etmektedir. Zıddı ile eğitim metodu Osmanlı ahlâkçılarının da eserlerinde görülen bir metottur. Osmanlı ahlâkçılarına göre, eğer kişide bulunuyorsa, yalanın yerine doğru sözlülüğün, cimriliğin yerine cömertliğin, kibrin yerine tevazunun getirilmesi gerekmektedir. Osmanlı ahlâkçılardan Mehmet Faik, bunu zararlı otlardan temizlendikten sonra, hemen yeniden zararlı otlar bitmeden tarlaya tohum ekmek gerektiği gibi, insanın kötü huylardan arınır arınmaz hemen bunun zıddı olan güzel işleri yapması gerektiğini şeklinde örneklendirmektedir.

Belhî ve Osmanlı ahlâkçılarının ruh sağlığı ve ahlâk terbiyesinde kitaplarında yapmış oldukları benzer tavsiyelerden birisi de iyilerle dost olmak ve çevresindeki güvenilir kişilerin nasihatlerine kulak vermekle ilgilidir. Belhî bu konuyu dıştan gelen yardım olarak nitelendirmekte, hastalık durumlarından kişinin sağlıklı düşünemediği için kişinin güvendiği çevresinden almış olduğu nasihatlerin bedeni hastalıkların tedavisinde kullanılan ilaç gibi görmektedir. Osmanlı ahlâkçıları da kişinin çevresinde güvenebileceği kişiler olmasını önermekte, bu kişilerin nasihat yolu ile uyarılarını dikkate almanın önemli olduğunu belirtmektedirler. Onlara göre, bu dostlar kişinin hatalarını kendisine gösteren ayna gibidir.



## Kaynakça

- Abdullah Behcet. *Behcetü'l-ahlak*. Dersaâdet: Mahmud Bey Matbaası, 1314.
- Abdullah Şevket. *Necâtü'l-mükellefin*. İstanbul: Şirket-i Mürettibiye Matbaası, 1317.
- Abidin Paşa. *Saadet-i Dünya*. Rodos: Cezair-i Bahr-i Sefid Vilâyet Matbaası, 1312.
- Ahmed Nazif. *Ahlak-ı Diniye ve Vezâif-i İslamiye*. İstanbul: Matbaa-i Ahmed Kamil, 1331.
- Ahmed Rifat Efendi. *Bergüzar*. Hanya: Girid Vilayeti Matbaası, 1291.
- Ahmed Rifat, Yağlıkzade, 1312/1894. *Tasvir-i Ahlak: Ahlak Sözlüğü*. ed. Hüseyin Algül. İstanbul: Tercüman Gazetesi, ts.
- Ahmed Şem'i. *Hulasatü'l-ahlâk*. İstanbul: Asır Matbaası, 1323.
- Akgün, Özge - Akti, Selahattin. "Ruh ve Beden İlişkinin İnsan Sağlığı Üzerindeki Etkileri: Ebû Zeyd El-Belhî ve Ebû Bekir Er-Râzî Örneği". *Theosophia*, 49-66. <https://doi.org/10.5281/ZENODO.8032081>
- Akti, Selahattin. "Haben Balhis Vorslage zur psychischen Gesundheit eine Entsprechung in der heutigen Psychologie?" *Temaşa Felsefe Dergisi* 13 (2020), 143-157.
- Ali Seydi Bey. *Musâhabât-ı Ahlâkiyye (Mekâtib-i İbtidâiye İkinci Sınıflar İçin)*. İstanbul, 1332.
- Aydın, Mehmet. "Ahlak". *Diyanet İslam Ansiklopedisi*. 2/9-14. İstanbul: Diyanet İşleri Başkanlığı, 1989.
- Barthold, Vasiliy Viladimiroviç, 1349/1930. *İslam Medeniyeti Tarihi*. ed. M. Fuad Köprülü. Ankara: Diyanet İşleri Başkanlığı, 1984.
- Bedri, Malik. *Ebu Zeyd el-Belhî'nin Ruh Sağlığının Korunması Risalesi - 9. Yüzyıl Hekiminden Bilişsel Davranışçı Terapi*. çev. Ayşe Kaya Göktepe. Mahya Yayınları, 2025.
- Belhî, Ebû Zeyd el-. *Beden ve Ruh Sağlığı Koruma Yolları ve Tavsiyeler*. çev. Muhammet Uysal. Ankara: Endülüs Kitap, 2012.
- Belhî, Ebû Zeyd el-. *Mesâlihü'l-ebdân ve'l-Enfûs / Beden ve Ruh Sağlığı*. çev. Nail Okuyucu - Zahit Tiryaki. İstanbul: Türkiye Yazma Eserler Kurumu Başkanlığı, 2012.
- Belhî, Ebû Zeyd el-. *Mesâlihü'l-ebdân ve'l-enfûs*. ed. Fuat Sezgin. Frankfurt: Ma'dehu Târîhi'l-Ulûmî'l-Arabiyyetü ve'l-İslamiyye, 1984.
- Birgivi, Takıyyüddin Mehmed b. Pir Ali. *Şerh-i Niyazi alâ Şerhi'l-Birgivî li'l-Konevî*. çev. Niyazi İsmail Efendi. İstanbul: Dârü't-tibâati'l-âmire, 1264.
- Doğanay, Süleyman. "el-Belhî ve Mesâlihu'l-ebdân ve'l-enfûs (Beden ve Ruh Sağlığı) Adlı Eserine Biyo-Psiko-Sosyolojik Bir Yaklaşım". *Hicri Üçüncü Asırda İslami İlimler*. ed. Hidayet Aydar vd. 627-641. İKSAD, 2023.
- Erdoğan, Ömer Faruk. "Bir Uzlaş Alanı Olarak Ahlâk ve Tıp: Ebû Zeyd el-Belhî'nin Önerisi". *Kocatepe İslami İlimler Dergisi* 8/1 (2025), 96-111. <https://doi.org/10.52637/kiid.1611270>
- Gazzâlî. *Kimya-i Saadet*. çev. Ali Arslan. İstanbul: Yeni Şafak, 2004.
- Gündüz, Muhammed Muhdi. *İslam Düşüncesinde Çocukluk Dönemi Ahlak Eğitimi*. Ankara: Eskiye Yayınları, 2022.
- Güngör, Erol. *Ahlak Psikolojisi ve Sosyal Ahlak*. İstanbul: Ötüken Neşriyat, 1995.
- Gürsu, Orhan. "İslam Düşünürü Belhî'nin (849-934) Ruh Sağlığına Yönelik Görüşlerinin Modern Psikoloji Doğrultusunda Değerlendirilmesi". *Dokuz Eylül Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi*, 271-309. <https://doi.org/10.21054/deuifd.284620>

- Hamevi, Ebû Abdillâh Şihâbüddîn Yâkût el-. "Ahmed b. Sehl el-Belhî". *Mu'cemü'l-üdeba*. ed. Ömer Fârûk et-Tabbâ'. 3/64-85. Beyrut: Müessesetü'l-Maarif, 1999.
- Hüseyin Hüsnü. *Fihrist-i Ahlak*. İstanbul: Mihran Matbaası, 1302.
- Hüseyin Kazım Kadri. *Hak ve Hakikat*. İstanbul, 1288.
- İbn Ebû'r-Rebi, Şehabeddin Ahmed b. Muhammed. *Mikyasü'l-ahlak*. çev. Mustafa Zihni Paşa. İstanbul: Alem Matbaası, 1315.
- Kılıç, Şeyma. "Belhi ve Bilişsel Davranışçı Terapi Özelinde Fobi ve Obsesif-Kompulsif Bozukluk Üzerine Karşılaştırmalı Bir Çalışma". *Theosophia* 2 (2021), 67-88. <https://doi.org/10.5281/ZENODO.5021218>
- Kindi, Ebû Yusuf es-Sabbah Yakub b. İshak. *Üzüntüden Kurtulma Yolları (el-Hîle li-def'i'l-ahzân)*. çev. Mustafa Çağrı. İstanbul: Marmara Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Vakfı (İFAV), 1998.
- Kutluer, İlhan. "Belhî, Ebû Zeyd". *Diyanet İslam Ansiklopedisi*. 5/412-414. İstanbul: Diyanet İşleri Başkanlığı, 1992.
- Kutluer, İlhan. *İslâm Felsefesi Tarihinde Ahlâk İlminin Teşekkülü*. İstanbul: Marmara Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, 1989.
- Küyel, Mübahat Türker. "Bilimin Felsefeye Dayandığı Görüşünün Bir Timsâli Olarak Galenos". *Atatürk Kültür Merkezi Erdem Dergisi* 5/11 (1988), 501-524.
- M. Sâdık Rifat Paşa. *Zeyl-i Risâle-i Ahlâk*. İstanbul, 1275.
- Mehmed Faik. *Askerin Ahlak ve Evsafı*. İstanbul: Kitabhane-i İslam ve Askeri, 1324.
- Mehmed Hazık Zeynizade. *Terbiye: Terbiye-i Bedeniye, Terbiye-i Fikriye, Terbiye-i Ahlakiye*. Dersaadet: Matbaa-i Cihan, 1323.
- Mehmed Reşid. *Hıfz-ı Sıhhat-ı Ahlak Yahud Fezleke-i Tıbb-ı Ruhani*. Dersaadet: Mahmud Bey Matbaası, 1311.
- Mehmed Said Efendi. *Ahlâk-ı Hâmide*. İstanbul: el-Cevaib Matbaası, 1297.
- Mehmed Said Efendi. *Vezaifü'l-inas*. İstanbul: Nişan Berberyan Matbaası, 1311.
- Mehmed Şükrü. *Tertib-i Cedid Ahlâk*. İstanbul: (A. Asaduryan) Şirket-i Mürettibiye Matbaası, 1319.
- Mehmed Tefvik Efendi. *Meziyyet-i İslamiyye*. Dersaadet: Mahmud Bey Matbaası, 1306.
- Mutluel, Osman. "Ebû Zeyd el-Belhî'nin (850-934) 'Beden ve Ruh Sağlığı' Eseri Bağlamında Birey ve Toplum Yaşamı Üzerine Ortaya Koyduğu Koruyucu Hekimlik Önerileri". *İslâmi Araştırmalar Dergisi* 33/3 (2022), 819-842. <https://doi.org/10.62862/isar.2022-92354>
- Özkan, Zahide. *Die psychosomatik bei Abu Zaid al-Balhi*. ed. Fuat Sezgin. Frankfurt: Institut für Geschichte der Arabisch-Islamischen Wissenschaften, 1998.
- Sadık Vicdani. *Hitabiyat*. Bursa: Hüdâvendigâr Vilâyet Matbaası, 1336.
- Safedi, Abdullah es-. *el-Vafi bi'l-vefeyat*. Wiesbaden: Franz Steiner Verlag, 1982.
- Salahaddin. *Mehâsin-i Ahlâk*. İstanbul: Matbaa-i Kütübhan-e Cihan, 1324.
- Segur. *Kişver-i Derun*. çev. Sahak Abru. İstanbul, 1287.
- Sıddıki, Cevat. "Ebu Zeyd Ahmet El Belhî Düşüncesinde Birey ve Riyazet/Eğitim". *Çukurova Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi* 21/1 (2021), 82-97. <https://doi.org/10.30627/cuilah.809388>

Söylev, Ömer Faruk. "Din Perspektifinden Obsesif-Kompulsif Bozukluklar: Modern Yaklaşımlar ve Ebû Zeyd El-Belhî'nin Katkıları". *Cumhuriyet İlahiyat Dergisi* 24/2 (2020), 891-909.  
<https://doi.org/10.18505/cuid.777716>

Şehristânî, Ebû'l-Feth Muhammed b. Abdilkerîm. *el-Milel ve'n-nihal*. ed. Muhammed Seyyid Kilani. Beyrut: Dârü'l-Ma'rife, 1975.

Tekriti, Naci. *el-Felsefetü'l-ahlâkiyyeti'l-Eflatuniyye inde müfekkiri'l-İslâmî*. Beyrut: Dârü'l-Endelüs, 1982.

Turabi, Ahmet Hakkı. *el-Kindî'nin Mûsikî Risâleleri*. İstanbul: Marmara Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Yüksek Lisans Tezi, 1996.

Yakıt, İsmail. *Tıp Felsefesi ve Etiği Üzerine*. İstanbul: Ötüken Neşriyat, 2010.

Yıldırım, Ali - Şimşek, Hasan. *Sosyal Bilimlerde Nitel Araştırma Yöntemleri*. Ankara: Seçkin Yayıncılık, 12. Baskı., 2021.

Yiğitoğlu, Ali Salahaddin. *Mehâsin-i Ahlâk*. çev. Maruf Toprak vd. İstanbul: Ketebe, 2021.

*Zübde-i İlm-i Ahlak*. İstanbul: Mekteb-i Harbiye-i Şahane Matbaası, ts.