

Tasavvuf Psikolojisine Giriş

Ali Ayten-Sevde Düzgüner, Sûfi Kitap, İstanbul 2017, 237
sayfa.

Mevhibe Altunkaya*



Allah'ı Allah ile tanıdım. Allah'tan başkasını da Allah'ın nuru ile tanıdım.
Hz. Ali

* Doktora Öğrencisi, Ankara Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Tasavvuf Anabilim Dalı,
mevhibealtunkaya@hotmail.com, ORCID: 0000-0003-0528-0964

Eser, tasavvuf ve psikolojinin insan tecrübesinin açıklayıcısı olarak bir paydada buluşması üzerinedir. Bireysel arınma ve sosyal katılımı kapsamı hasebiyle diğer mistik geleneklerden ayrılması, tasavvufun psikoloji ile karşılaştırmalı bir şekilde ele alınmasını kolaylaştırmaktadır. Ancak ön kabul ve arka planları ile birlikte yöntem olarak her iki alanın kavramlarının birbiriyle aynileştirilmeden ve indirgemeciliğe gidilmeden ele alınması gerektiği, eserde özellikle vurgulanmaktadır. Araştırmada kavram ve konular, kendi kaynaklarından yararlanılarak ortaya konulmuş ve her iki alanın insana yaklaşımında benzeşen ve ayrışan noktaları ele alınmıştır. Konunun seçiminde etkili olan husus, meselenin güncelliğinin yanı sıra modern psikolojinin ilgi duyduğu bir alan olmasıdır. Modern psikoloji insanın maneviyat katmanlarına tasavvuf ilmi ile de ulaşabildiğini keşfetmiş bulunmaktadır.

Yazarlara göre sūfî yolu sadece içsel arınma ile sınırlı değildir. İçsel yolculuk, arınma ve kemale erip olgunlaşma ancak bu tekâmülde ulaşılan seviyeyi başkalarına yansıtarak, hayata taşıyarak başkalarının derdiyle dertlenmekle, başkalarına ve topluma güzel örnek olarak, bir anlamda başkalarının da manevi gelişim ve olgunlaşma sürecine katkıda bulunarak tamamlanır.

Yazarlardan Ali Ayten “Prososyal Davranışlarda Dindarlık ve Empatinin Rolü” adlı doktora çalışmasını Din Psikolojisi alanında tamamlamış ve halen Marmara Üniversitesi İlahiyat Fakültesi “Din Psikolojisi” bölümünde öğretim üyesi olarak çalışmaktadır. Maneviyat Algısı ve Diğerkâmlıkla İlişkisi başlıklı teziyle doktor unvanı alan Sevde Düzgüner de aynı fakültede öğretim üyesidir.

Din psikolojisi alanının Müslüman coğrafyadaki yansıması, İslam’ın insan modeli ile psikolojinin insana dair keşiflerini bir arada değerlendirme fırsatı vermiştir. Türkiye özelinde ise bu topraklarda köklü bir geçmişe sahip tasavvufun insana bakışı ile görece yeni kurulmuş psikolojinin insana dair bulgularını bir arada değerlendiren çalışmalar öncü eserler niteliğindedir. Tasavvuf Psikolojisi adını taşıyan ilk makalenin (Ülken, 1946)) Din Psikolojisi ismini taşıyan ilk kitaptan (Egemen, 1952) önce yayınlamış olması, ülkemizde tasavvufî öğretimin psikolojik açıdan incelenmesi yönündeki ilginin temellerine işaret etmesi açısından anlamlıdır. Böylece tasavvufî yaşantının psikolojik yaklaşımla incelenmesi şeklinde tanımlanabilen tasavvuf psikolojisi kendine has araştırma alanı oluşturma yönünde ilerlemiştir. Elimizdeki eserin bir diğer özelliği de bu alana ışık tutma gayretidir.

Kitabın kapağı, içeriğiyle uyumlu bir şekilde kesretteki vahdeti resmetmektedir. Sûfinin manevi tekâmül süreci, sadece kendinde başlayan ve kendinde biten bir içsel farkındalık değildir. Bilakis bu farkındalık kendini aşır ötekine taşan, başkalarının derdiyle hemhâl olan bir bilinçtir. Buna göre tek vücud, birbirine bağlı sayısız kesrette tezahür etmektedir.

Kitap, giriş ve iki bölümden oluşmaktadır. Giriş kısmında mistisizm ve tasavvuf karşılaştırması yapılmaktadır. İnsanın kim olduğu meselesini din, felsefe, ideoloji gibi sistemlerin konuyu nasıl ele aldığı, dinin problemleri çözümlenmekteki etkisi, dinlerin farklı algı ve uygulamaları ele alınmaktadır. Tasavvufun insanın kötülüklerden arınarak ruhen yükselmesi üzerine kurulu oluşu vurgulanmaktadır.

Birinci bölümde bir araştırma alanı olarak tasavvuf psikolojisinin psikoloji içerisindeki yerine değinilmiştir. Tasavvuf ile psikolojinin insana yaklaşımı karşılaştırılmıştır. Sûfinin olgunlaşma süreci olan seyr ü sülûkta yaşadığı içsel süreçler, hâl ve makâm konularına yer verilmiştir. Tasavvuf ve psikoloji ışığında nefis terbiyesi ele alınmakta, tasavvufun ve psikolojinin insana yaklaşımı, psikolojideki mistik unsurların neler olduğu ve tasavvuf psikolojisinin mahiyeti analiz edilmektedir. Buna göre tasavvuf psikolojisi; tasavvufun insan tasavvuru, insanın davranışlarına yön veren kalp, nefis ve ruh gibi unsurlar, insanın kendisi, başkaları ve yaratana olan ilişkilerine dair bakış açılarının psikoloji ilminin bakış açısıyla incelenmesini kapsamaktadır. Buna göre tasavvuf psikolojisi, nefsin arınma ve ahlaki olgunlaşma sürecinin sûfiler üzerindeki tesirlerinin psikolojinin verileriyle anlaşılma çabasından ibarettir. Tasavvuf psikolojisi konusunda ilk elde müracaat edilen Muhasibî (ö. 857) ve onun takipçisi Gazalî'nin eserleri (ö. 1111), sıkça faydalanılan tasavvuf klasikleridir.

Tasavvuf psikolojisinin temel kavramları, tasavvufta arınma süreci olarak seyr ü sülûk eğitimi ve yaşanan tecrübeler, nefsin mertebeleri, şeyh-mürîd ilişkisi, nefsi arındıran halvet, tefekkür, namaz, oruç, riyazet, zikir gibi uygulamalar yine birinci bölümde ele alınan konular arasındadır. Halvet ve tefekkür uygulamasına dair şu analiz dikkat çekicidir:

“Nitekim Şiblî'ye göre Hak ile değil de halk ile ünsiyet kuran kişi iflas etmiş kişidir. Bu nedenle benliğin dönüşümünde Hak ile yakınlık kurduran uygulamalar önemlidir. Sehl b. Abdullah tevbeyi “kötü huyları iyi huylarla değiştirmek” şeklinde tanımlamıştır ki bunun için halvete çekilmek, sükût etmek gereklidir.”(sh. 94.)

İkinci bölümde Allah'ın ahlâkı ile ahlaklanmak, manevi gelişim ve olgunlaşma, erdemli yaşam ve güzel ahlâk konuları işlenmiştir. Erdemli insan olmanın özellikleri sıralanmakta, kendini bilmeye karşı kendine yabancılaşma tuzağına dikkat çekilmekte, kendini kontrol, hatayı kabullenme ve tevbe, tevekkül ve güven, hastalıklar gibi olumsuzluklarla sabır ve başa çıkma, alçakgönüllülük ve tevazu, affetme ve öfke kontrolü, yardımseverlik ve cömertlik, isar, şükür gibi başlıklar irdelenmektedir.

Tasavvuf ve psikolojinin insanın mutluluğu hedef edinmesine rağmen bunun gerçekleştirilme düzlemleri arasındaki farka da eserde dikkat çekilmiştir. Psikoloji bilimi açısından erdemli yaşamın bu dünyada mutluluk, sağlıklı ve uyumlu bir yaşam gibi bu dünyaya yönelik bazı kazanımları vardır. Sûfiler için de erdemli yaşamın mutluluk ve gönül huzuru gibi dünyevi anlamda pek çok faydası olsa da asıl ödül, ahirette kazanılacak saadettir. Nitekim Wilhelm Schmid mutluluğu daimi zevkte aramanın mutsuzluk olduğunu iddia eder. Gazali ise “asıl mutluluk olan ahiret mutluluğuna ulaşmanın yolu Allah bilinciyle korunmak (takva) ve nefsin kötü arzularına engel olmaktır” derken “gerçek mutluluğa dair bir diğer değerlendirmesinde ise Allah'ı bilmenin kendini bilmekle mümkün olacağını gerçek mutluluğa ulaşmak için takvanın çıkar yol olduğunu söylemektedir (sh. 146).

Tasavvuf Psikolojisine Giriş, sûfinin olgunlaşma sürecinde ötekiyle ilişkisi, sergileyeceği olumlu sosyal tutum ve davranışlar konularına ilgi duyanlar için akıcı bir üslupta ele alınmıştır. Günümüz insanının anlam arayışında farkındalık sağlayan çalışmasından ötürü Ali Ayten ile Sevde Düzgüner'i, eseri okurla buluşturan Sufi Kitab'ı tebrik ederiz.