

دİNLERDE VE İSLAM كÜLTÜRÜNDE SABİR

Mebrure Doğan

Dr., Din Psikolojisi, Mesleki ve Teknik Anadolu Lisesi (Erzincan) Din Kültürü ve
Ahlak Bilgisi Öğretmeni

Öz: Bu çalışmada dinlerde ve İslam kültüründe sabır olgusu ele alınmıştır. Tüm dinlerde olduğu gibi İslam kültüründe sabır, dinî ve ahlakî bir değer olarak kabul edilmektedir. Dinlerin bazısında sabır yalnızca öfke kontrolü veya “acı çekme” fenomeni ile karşılaşıldığında geliştirilen bir tutum olarak anlaşılmaktadır. Oysa İslam kültüründe sabra derin anlamlar yüklenmektedir. Sabır her türlü zorluk, tehdit ve kayıp karşısında gönüllü bir şekilde dayanma, direnme, göğüs germe ve sonucu sakince bekleme eğilimidir. Ayrıca sabır dinî hayatın sorumluluklarını yerine getirmek için bireylere yardımcı, manevî gelişimde motivasyon kaynağı, tasavvuf geleneğinde müridde bulunması gereken bir özellik, “İnsan-ı Kâmil”in ise temel tavırlarından biridir.

Anahtar Kelimeler: Sabır, Din, İslam Kültürü.

Patience In The Religions And Islamic Culture

Abstract: In this research, patience phenomenon in religions and Islamic culture was investigated. Patience is accepted as a religious and moral value in all religions and also Islamic culture. Patience is understood exclusively as anger management or an attitude that is developed when faced with “suffering” in some religions. However the profound meaning is installed to patience in Islamic culture. Patience is to endure voluntarily, to resist and tendency of waiting calmly when faced with all sorts of difficulties, threats or loses. Additionally patience is helpful to individuals in while accomplish their responsibilities related religious life and a source of motivation in spritual development and a feature must be present in disciple, one of the basic attitudes of the perfect human (Al-Insan al-Kamil) in Sufi tradition.

Keywords: Patience, Religion, Islamic Culture.

الصبر في الأديان والثقافة الإسلامية

ملخص: في هذه الدراسة تم فحص ظاهرة الصبر في الأديان عامة والثقافة الإسلامية بصفة خاصة. يعد الصبر قيمة دينية في الإسلام كما كان في جميع الأديان السماوية. من المعروف أن الصبر في بعض الأديان هو السيطرة على الغضب أو موقف يُستشَف عند مواجهة تحمل الألم. ومع ذلك حملت على الصبر المعاني العميقة في الثقافة الإسلامية. فالصبر هو التحمل والمقاومة طوعاً ونزعة الانتظار بهدوء ضد كل أنواع التحديات والتهديدات والخسائر. بالإضافة إلى ذلك الصبر محفز للأفراد على إنجاز مسؤولياتهم المتعلقة بالحياة الدينية ومصدر للتحفيز في التنمية الروحية وميزة يجب أن تكون للمرید وأحد المواقف الأساسية للإنسان المثالي (الإنسان الكامل) في التقاليد الصوفية.

الكلمات المفتاحية: الصبر، الدين، الثقافة الإسلامية

Giriş

Sabır kelimesi Türkçeye Arapçadan geçmiş olup, “*sabera*” kökünden gelmektedir. “Sabır” Arapçada gerekli durumlarda nefsi hapsedmek, kendini tutmak, iradesine hâkim olmak demektir. Ayrıca “*intizar etme, bekleme ve gözleme*” eylemleri “*sabr*” sözcüğüyle ifade edilmektedir.¹ Türkçede kelime karşılığı acı, yoksulluk, haksızlık gibi üzücü durumlar karşısında ses çıkarmadan onların geçmesini bekleme erdemi ve dayanç olan sabır, ayrıca olacak veya gelecek bir şeyi telaş göstermeden bekleme olarak tanımlanmaktadır.²

Sabır, her türlü zorluk, tehdit ve kayıp karşısında gönüllü bir şekilde dayanma, direnme, göğüs germe ve sonucu bekleme eğilimi olmakla birlikte duygusal, bilişsel, davranışsal boyutlarıyla yaşanan çözümleyici psikolojik süreçtir. Bireyin hayatı anlamlandırmasından başlayarak ömrünün sonuna kadar sürecek yaşamsal mücadelesinde ona güç veren, denge ve uyum arayışında destek sağlayan sabır, onu başarıya götüren ve ardından mutluluk hedefine ulaşmasına aracılık eden psikolojik zemini olan varoluşsal bir olgudur.

Din olgusu, insanların dünyaya ve olaylara bakışına yön vermekte, tutumlarında belirleyici rol oynamaktadır. Ayrıca hayatın etkin bir unsuru olarak dinler, doğru eylemler için gerekli motivasyonun potansiyel kaynağı durumundadırlar. Dinler işlevlerini eksiksiz yerine getirdikleri zaman, hayatın zorluklarıyla başa çıkmayla birlikte daha uyumlu, manevi doyuma ulaşmış ve olgunlaşmış insan olmanın yollarını öğretmeye çalışmaktadırlar. İnsanları hakikati ve kalıcı memnuniyet verecek şeyleri aramaya teşvik eden dinler, hayattan beklenenler konusunda olumlu

¹ İbn Manzur Ebu'l-Fadl Cemalüddin Muhammed b. Mükerrerem, *Lisanü'l Arab*, Daru'l Maarif, Kahire, Tsz, s. 2391; Ragıb el-İsfahanî, *Müfredat Elfazi'l Kur'an- Kur'an Kavramları Sözlüğü*, (3. Baskı), (Çev.: Yusuf Türker), Pınar Yayınları, İstanbul Mayıs 2012, s. 839-841; Ali Ünal, *Kur'an'da Temel Kavramlar*, Nil Yayınları, İstanbul 2003, s. 434; Hüseyin Ece, *İslam'ın Temel Kavramları*, (3. Baskı), Beyan Yayınları, İstanbul 2010, s. 570.

² Türk Dil Kurumu, *Türkçe Sözlük*, (Yeni Baskı), Türk Tarih Kurumu Basım Evi, Ankara 1988, C: II, s. 1236.

düşünmeye yönlendirmekle birlikte, yıkıcı dürtülerin üstesinden gelecek, insanı daha çok bilgiğe, zihinsel sakinliğe ve mutluluğa götürecektir değer yargılarını sunmaktadırlar. Sabır, bu değer yargılarından biridir.

Tüm dinler aynı zamanda etik kuralları bünyesine alıp bunları sahiplenen kurumlardır.³ Dinlerin metafizik doğruları ile etik kurallar, adeta iç içe geçmiş bir vaziyette bulunmaktadır. Bilhassa geçmişte ahlaki yönden çökmüş toplumlarda ortaya çıkan dinler, toplumda egemen olan değerler sisteminde radikal reformlar gerçekleştirerek etik değerlerin yeniden canlanmasına vesile olmuşlardır.⁴ Öğretisel ve diğer farklılıklara bakılmaksızın dünyadaki tüm büyük dinlerin bireylere iyi insan olmayı öğretme kaygısı taşıdıkları bilinmektedir. Dinler sevgiyi, paylaşımı, sabrı, hoşgörüyü, bağışlayıcılığı, alçakgönüllülüğü ve benzeri eylemleri vurgulamakta ve bireylerin bu özelliklerini geliştirmelerine yardımcı olmaktadır.⁵ Bununla birlikte bağlılarına hayatın anlamı, insanın değeri ve varlığın hikmetine dair telakkiler aşıl原因an dinlerin getirdiği bu öğretiler zamanla insanlığın ortak vicdanını ve faziletler havuzunu oluşturmuştur.⁶ Genel olarak bazı dinlerin dünyayı anlamlandırırken kullandıkları “acı çekme” fenomenine karşı panzehir olarak sunulan sabır aynı zamanda insanlığın evrensel değerler sistemi içerisinde yer alan etik bir değerdir. Zira hemen tüm dinlerde sabrın bir erdem olduğu konusunda ortak bir görüş vardır.

Dinler, sadece insanların sıkıntılı zamanlarında teselli kaynağı olmakla kalmamakta, onlardan başlarına gelen olumsuzlukları manevî gelişimleri için birer fırsata dönüştürmelerini

³ İbrahim Ağâh Çubukçu, “İslam’da Ahlak Meselesi”, *Ankara Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi*, C: 20, S: 1, 1972, s. 14.

⁴ Yasin Ceylan, “Etik Değerlerin İnsan Yaşamındaki Yeri”, *İslamiyat*, 2001, S : 3, s. 155-159.

⁵ Nasuh Günay, “Dinlerin Küresel Barışa Katkıları”, *Uluslararası Davraz Kongresi*, Isparta, 24-27 Eylül 2009, s. 3164-3180.

⁶ Recep Kaymakcan, Hasan Meydan, “Din Kültürü ve Ahlak Bilgisi Programları ve Öğretmenlerine Göre Değerler Eğitimi” *Değerler Eğitimi Dergisi*, C: 9, No: 2, Haziran 2011, s. 28.

istemektedirler. Dinlerle birlikte özellikle dinlerdeki mistik anlayışlar, bireyin başına gelenleri sabırla göğüsleyebilmesini ve sorunların çözümü için elinden gelenin en iyisini yaparak kaygı ve umutsuzluktan uzak kalacak şekilde tevekkül etmesini öğütlemektedir. Problemleri çözme veya daha huzurlu bir hayat için her an bir öncesinden daha fazla gayret edilmesi konusunda sunduğu motivasyonla birlikte dinler, kendini geliştirme ve olgunlaşma sürecini desteklemektedir.⁷

Dinlerde Sabır

Dinler açısından bakıldığında “sabır” kavramı daha çok ahlaki boyut içerisinde yer almakla birlikte dinî bir olgu olarak da algılanmaktadır. Neredeyse tüm dinler sabrı, olumlu karakterin gelişmesini teşvik eden temel değerlerden biri olarak benimsemektedir. Ruhsal gelişim ve sabırla bağlantılı böyle kapsamlı ve yüzyıllardır süren bir gelenek göz önünde bulundurulduğunda her ikisi arasındaki ilişkiyi keşfetmek, sabrın manevî motivasyon kaynağı olarak değerini ortaya koymaktadır. Bu bağlamda inanan bireyler de hayatın getirdiği sıkıntı ve dertler karşısında sabırlı olabilmeyi manevî gelişim için bir imkân, Allah’a yakınlaşma vesilesi olarak değerlendirmektedirler.⁸ Konuyla ilgili Schnitker ve Emmons’un yapmış olduğu bir çalışmada dindarlık, ruhsallığın çeşitleri ve sabır arasındaki ilişki araştırılmış ve ruhsal aşkınlık, bireyin inançları, dindarlık ve maneviyatla sabır arasında pozitif yönlü, anlamlı, güçlü bir ilişkinin var olduğu sonucuna ulaşılmıştır.⁹ Buna göre sabır tutumunun kazanılmasının, manevî gelişmişliğin ifadesi olan ruhsal aşkınlığın gelişmesine yardımcı olduğu söylenebilir. Zira sabır olmadan bireyin zorluklar, acılar,

⁷ Ali Ayten, *Tanrı’ya Sığınmak- Dinî Başa Çıkma Üzerine Psiko-Sosyal Bir Araştırma*, İz Yayıncılık, İstanbul 2012, s. 49, 50, 66.

⁸ Ayten, *Tanrı’ya Sığınmak*, s.19.

⁹ Sarah Schnitker, and Robert Emmons “Patience as Virtue: Religious and Psychological Perspectives”, *Research in the Social Scientific Study of Religion*, Volume: 18, Leiden 2007, s.177-178; Sarah Ann Schnitker, *An Examination of Patience and Well-being*, (Dissertation Doctor of Philosophy in Psychology), California 2010, s.16.

sıkıntılarla etkili bir biçimde başa çıkması, acı ve sıkıntıları gelişme ve olgunlaşma fırsatlarına dönüştürmesi zor görünmektedir.

Fonksiyonalist bir yaklaşımla dinlerin var olmasının tek bir nedeni olduğuna inanan bazı insanlara göre dinler, insanların acı çekmeye anlam bulmalarına yardım etmektedir. Budizm ve Hristiyanlıkta bunun örnekleri mevcuttur. Buda'ya göre dört büyük gerçekten ilki: "Hayat acı çekmedir." Böylece Buda kendisini izleyenlere acı çekmenin erdemini öğretmek istemektedir. Hristiyanlıkta ise acının nedeninin insanın Tanrı'dan uzaklaşması olduğuna inanılmaktadır. Acı ancak İsa'nın çarmıhtaki acısıyla özdeşleştirildiğinde katlanılır olmaktadır. Dinî gelenekler, sadece acıyı insan doğasının merkezi olarak görmemekte aynı zamanda hayatın acılarla dolu olduğu gerçeğine nasıl cevap verilmesi gerektiği konusunda da yönlendirmeler yapmaktadır. Bu yönlendirmelerden biri de "sabırlı olma" konusundadır. Zira acılar karşısında en fazla ihtiyaç duyulan güç sabırdır ve hayatın gerçeği olan acılardan kaçmak nasıl mümkün değilse sabırdan kaçmak da mümkün değildir. Bu doğrultuda sabır gerektiren bir trajedi yaşantısı sadece bireysel gelişim için bir fırsat değil, aynı zamanda maksimum psikolojik gelişim için gerekli olmaktadır.¹⁰

Yaşamlarının anlamlı bir parçası olarak acılarına karşı geliştirdikleri tutumlar, insanlara gerçek bir varoluşun kapılarını açabilmektedir. Bu bağlamda dinî gelenekler, bireysel gelişimi destekleyerek kayıplar ve krizler karşısında bireyleri edilgen kalmak ve katlanmak dışında daha fazla şey yapmaya itmekte, insanın bakış açısını değiştirmesini tavsiye etmekte ve acı çekmenin değişim için şansa dönüştürülebileceğine işaret etmektedir.¹¹ Hayatın acı, zorluk ve sıkıntılarını olgunlaşma fırsatları olarak değerlendiren dinî yaklaşımlar, bireylerin başa çıkma sürecinde başlarına gelenleri anlamlandırmaları aşamasında zihinsel boyutta etkili olmaktadır. Böyle zamanlarda bireyler yaşananlar karşısında dinsel öğütlerin etkisiyle sabırlı davranmanın gerekliliğini

¹⁰ Emmons, *Teşekkür Ederim*, s. 137.

¹¹ Robert A Emmons., *Teşekkür Ederim (Mutluluğun Anahtarı Şükretmek)*, Doğan Kitap, İstanbul 2009, s. 137.

hatırlamakta ve sabırlı davranışa hazır hale gelmektedirler. Sabır, edilgenlik ve katlanma gibi negatif tutumlara benzemediğinden, bir yandan başa çıkma aracı olarak kullanılan, diğer yandan değişim ve dönüşüme imkân veren bir tutum olarak ortaya çıkmakta, kişisel ve manevî gelişimi destekleyen yapısıyla hem dinî-manevî hayatın hem de seküler hayatın önemli bir unsuru olarak işlev görmektedir. Dolayısıyla dinlerin sabır yaklaşımlarını bilmek, farklı dinlerin bireylerin hayatın zorlukları karşısında tavırlarını belirlemelerinde ve bireysel-manevî gelişimlerinde nasıl bir etkiye sahip olduğunu, problemleriyle başa çıkarken zihinsel süreçlerde meydana getirdiği etkiyi ve sabırlı davranma konusunda sağladığı motivasyonu anlamak açısından önem kazanmaktadır. İslam kültüründe sabrın incelenmesinin ise içinde bulunan toplumun sabır yaklaşımının anlaşılması yanında diğer dinlerin sabır yaklaşımlarıyla da mukayeseye imkân sağlayabileceği düşünölmektedir.

Yahudilikte Sabır

Yahudi perspektifinden sabır, Yahudi inancının temel bileşenlerinden biridir. İbranice kutsal kitap boyunca Tanrı sabırlı olarak tanımlanmaktadır.¹² Tanrı'nın sabır ve sevgisi Yahudi insanına Tevrat'ın tamamında hatırlatılırken Eski Ahit'ten çok sayıda anlatı, İsrail ulusuna karşı Tanrı'nın sabrından söz etmektedir.¹³ Bununla birlikte Yahudi tarihi boyunca Tanrı, kendisine dönen ve tövbe eden seçilmiş kulları için “sabırla bekleyen” olarak isimlendirilmiştir. Sabırlı Tanrı karakterine ek olarak, Yahudiler kendilerini teşvik etmek amacıyla sabrı bir erdem olarak kavramlaştırmaktadırlar. Yahudi insanlar bilgece bir yaşama sahip olmak için sabrı geliştirmeyi Tanah boyunca niyaz etmektedirler. Atasözleri kitaplarında ise sabır pratiği ile ilgili olarak “sabırlı bir adam büyük bir anlayış gösterir; fakat çabuk öfkelenen bir adam çılgınlık gösterir.” gibi sözler¹⁴ yer almakta ve bir anlamda

¹² Exodus 34:6-7.

¹³ Nehemiah 9:29-31.

¹⁴ Schnitker and Emmons, “Patience as Virtue:Religious and Psychological Perspectives” s.178.

öfküyle başa çıkmak için Yahudilere sabırlı olmak tavsiye edilmektedir.¹⁵

Yahudiliğin kutsal kitabı Tevrat'ta sabırla ilgili çok sayıda ayet bulunmaktadır. Örneğin "Sabırlı kişi yığıttan üstündür, kendini denetleyen de kentler fethedenden üstündür."¹⁶ kutsal sözü, sabırlı olmayı yüceltmekte hatta sabırlı bireyi kahramanlaştırmaktadır. Ayrıca Tevrat'ta ve Kitab-ı Mukaddes'in Eski Ahit kısmında ilahî dinlerde sabrın sembol ismi Eyüp peygamberin hikâyesinin geçtiği ve yoğun bir şekilde sabır konusunun işlendiği "Eyüp" bölümü yer almaktadır. Bu bölümde büyük felakete uğrayan doğru bir adamın çektiği acılar anlatılmaktadır. "Eyüp bütün çocuklarını, malını mülkünü yitirmiş ve korkunç bir hastalığa yakalanmıştır. Tanrı'nın bizzat kendisi sonunda Eyüp'e görünmüştür. Arkadaşları Eyüp'ün çektiği acıyı geleneksel dinî kavramlarla açıklamaktadırlar. Onlar Tanrı'nın her zaman iyiliği ödüllendirip kötülüğü cezalandırdığını bu nedenle Eyüp'ün günah işlediği için bu acıları çektiğini düşünmektedirler. Ama bu düşünce Eyüp'ün durumunu açıklamak için çok yetersiz kalmaktadır. Eyüp bu acımasız cezayı hak etmemiştir. Çünkü o, alışılmışın ötesinde iyi ve doğru bir insandır. Eyüp kendisi gibi birinin başına bu denli kötülük gelmesine Tanrı'nın nasıl izin verdiğini anlayamamakta, Tanrı'ya cesurca meydan okumaktadır. O, imanını yitirmemiştir fakat Tanrı'nın önünde aklanıp yeniden iyi insan olarak onuruna kavuşmak istemektedir. Tanrı Eyüp'ün sorularına yanıt vermemiş, ama ilahî güç ve bilgeliğinin şiirselliğiyle imanına karşılık vermiştir. O zaman Eyüp Tanrı'nın yücelik ve bilgeliğini kabul etmiş, öfkeli ve kaba sözlerden ötürü tövbe etmiştir." Kitap, sonuç olarak Eyüp'ün eski gönencine nasıl kavuştuğunu, hatta daha da zengin olduğunu anlatmaktadır. Tanrı Eyüp'ün çektiği acıların nedenini anlamayan

¹⁵ Arthur Segal, Frank Dunne Jr *The Handbook to Jewish Spiritual Renewal: A Path of Transformation for the Modern Jew*, Rabbi Arthur Segal, New York 2009, s.248.

¹⁶ Kitab-ı Mukaddes- Eski ve Yeni Ahit, "Eyub", Ohan Matbaacılık, İstanbul 2001, s.506-542; Süleyman'ın Özdeyişleri, 16/32.

arkadaşlarını azarlamıştır ve yalnız Eyüp Tanrı'nın üstünlüğünü sezebilmiştir.”¹⁷

Kur'an'daki Eyüp peygamber kıssası ile Tevrat'taki kıssanın sembol ismi aynı olmasına rağmen içerik olarak birbirini tutmadığı anlaşılmaktadır. Sabırlılığı nedeniyle tüm Müslümanlara örnek gösterilen Hz. Eyüp'ün “Başıma musibet geldi, sen merhametlilerin en merhametlisisin.”¹⁸ sözü, onun halka şikâyetlenip sızlanmadığını, hatta durumuna sabır göstererek halini yalnızca Rabbine arz ettiğini ve takdire teslimiyetini ifade etmektedir. Yani Eyüp peygamber Hak'tan ne gelse razıdır. Oysa Tevrat'ta Eyüp peygamberin tövbe etmesini gerektirecek derecede isyankâr bir tavır sergilediği, içinde bulunduğu durumu hak etmediğini ifade ederek Tanrı'ya serzenişte bulunduğu belirtilmektedir. Bu durum Kur'an'ın Hz. Eyüp'ün sabırına dair bildirdikleriyle Eski Ahit'in Eyüp kıssasındaki sabır öyküsünün anlatımında ve sabır anlayışı açısından bazı farklılıklar içerdiğini ortaya koymaktadır. Zira Kur'an'da Eyüp peygamberin sabrı övülerek örnek tavrına dikkat çekilirken, Tevrat'ta acılarla denenmesi ön plandadır.

Yahudi kutsal metinlerinden anlaşılmaktadır ki Yahudi perspektifinden sabır, kızgınlıkla hareket etmeme, öfkeye hâkim olma, başa gelene katlanma ve tahammül olarak algılanmaktadır. Oysa gerçekte sabır, öfke kontrolünde yararlı olmakla beraber salt öfke hâkimiyeti değildir. Tevrat'taki Eyüp kıssasında sabır, sıkıntılara şikâyet edip sızlanmadan zorluklara göğüs germe değil, zorunlu bir katlanış ve içinde bulunduğu duruma kahrederek şikâyet etme; yaşanan zorlukları manevî gelişim fırsatları olarak değerlendirip sabır davranışıyla üstesinden gelme değil, Tanrı'nın cezalandırması olarak değerlendirilmekte ve negatif perspektiften yorumlanmaktadır. Hâlbuki sabır olumlu bir süreçtir.

¹⁷ Kitab-ı Mukaddes- Eski ve Yeni Ahit, “Eyub”, s.506-542.

¹⁸ Enbiya, 21/83.

Hristiyanlıkta Sabır

Hristiyanlıkta sabır, bir erdem olarak nitelendirilmektedir. Yahudi kutsal kitaplarındaki gibi Yeni Ahit'te de sabır Tanrı'nın karakterinin temel bir bileşeni olarak tasvir edilmektedir. Havari Pavlus "I Timoty" kitabında Hristiyan sabrını tarif etmektedir. Mesih İsa'nın sınırsız sabrı, ona inanan ve ebedî hayatını kabul edenlere örnek gösterilmektedir. Dahası Tanrı'nın sabrı insanlığın kurtuluşuna imkân sağlamaktadır.¹⁹ İncil'de: "O size karşı sabırlıdır, birinin mahvolmasını istemez fakat herkesin tövbe etmesini ister. Unutmayın ki Rabbimizin sabrı, kurtuluş anlamına gelir."²⁰ ve "Tamamen alçakgönüllü ve nazik olun, birbirinize sevgi taşıyın, sabırlı olun."²¹ kutsal sözleriyle Hristiyanların diğer insanlara karşı sabır göstermesi tavsiye edilmektedir. Ayrıca "Sen oldukça sabırlı ol ve bekle çünkü Rabbin yakında geliyor."²² ayetinin ifade ettiği Mesih'in ikinci gelişini sabırla bekleyen inananlar gibi sabır sergilenebileceği belirtilmektedir. Sabır, Hristiyan perspektifinden pasif bir teslimiyet göstermek değil, bunun yerine bekleyen, cefakâr, umutlu, sevinçli olmak şeklinde anlaşılmaktadır. Bu Hristiyan kavramlaştırma, hayattan ihtirassız bir şekilde kopmayı sembolize eden stoacı sabır kavramından ayrılmaktadır.²³

Hristiyan geleneğinde büyük teologlar sabrın önemini anlatmışlardır. Tertullian bütün günahların temeli olarak sabırsızlığı ve erdemlerin en yükseği olarak sabrı görmüştür. Augustine sabrı bir lütuf olarak değerlendirmiş, sabrın tevazu ve şükranla karşılıklı ilişkisini vurgulamış ve sabır erdeminde azmin nuansı üzerinde durmuştur. Aquinas sabırsızlık ve miskinlik uçları arasında bir orta nokta olarak sabrı kavramlaştırmıştır. Yine o sabır (zorluklara dayanma) ve azmi (hedefe doğru devam eden eylem)

¹⁹ Schnitker and Emmons, "Patience as Virtue: Religious and Psychological Perspectives", s.178.

²⁰ II. Peter, 3/ 9, 15

²¹ Efesliler 4:2

²² James, 5/8

²³ Schnitker and Emmons, "Patience as Virtue: Religious and Psychological Perspectives", s.179.

birbirinden ayırmıştır. Hristiyan dininin enstitülerinde John Calvin öncelikle Tanrı'nın egemenliği ve takdirine güvenin ifadesi olarak sabrı tasvir etmiştir. Son olarak Soren Kierkegaard sabrı bireysel özgürlük duygusuyla kaynaşmış, kaçınılmaz acı çekme karşısında gösterilen tavır olarak vurgulamıştır. Kierkegaard'ın sabır anlayışı için şu yorum yapılmaktadır: "Sabır çekilme, teslim olma, pasiflik veya eylemsizlik değil; bunun yerine kuralların gerektirdiği alan içerisinde özgürlüğün ortaya çıkmasıdır."²⁴

Hristiyanlığın kutsal kitabı İncil'de içinde "sabır" kelimesi geçen pek çok ifade bulunmaktadır. "Yaşlı erkeklere ölçülü, ağırbaşlı, sağduyulu olmalarını buyur. İmanda, sevgide ve sabırda sağlam olsunlar."²⁵ "Rab'bin önünde sakin dur, sabırla bekle; kızıp üzülme işi yolunda olanlara, kötü amaçlarına kavuşanlara."²⁶ "Böylece İbrahim sabırla dayanarak vaade erişti."²⁷ gibi ayetlerde sabır vurgusu yapılmaktadır.

Hristiyanlık öğretisine göre bir Hristiyan ancak denenme ve sıkıntı anlarında sabırlı olmayı öğrenmektedir. Onların yaşantılarına bütünlük ve tam bir doluluk gelmeden önce sabır gelmektedir. Hatta inançlı bir Hristiyanın sıkıntı ve denenmelerle karşılaştığında sevinmesi gerektiği "Kardeşlerim, çeşitli denemelerle yüz yüze geldiğiniz zaman, bunu büyük sevinçle karşılayın."²⁸ ayetinde belirtilmektedir. Zira "Çünkü bilirsiniz ki, imanınızın sınanması dayanma gücünü yaratır."²⁹ ayetinde ifade edildiği gibi bir Hristiyanın denenmelerden geçtiği zaman dayanma gücü artmakta ve bu durum sabrını ortaya çıkarmaktadır. Ayrıca Hristiyanlık öğretisine göre Tanrı, sabrı geliştirmek için insanlara uygun ortamlar hazırlamaktadır.

²⁴ Soren Kierkegaard, , *Purity of Heart* (D. V. Steere, Trans.),Harper and Brothers. (Original work published 1847) New York 1956 'dan aktaran Schnitker and Emmons, "Patience as Virtue:Religious and Psychological Perspectives", s.179.

²⁵ Titus, 2/2.

²⁶ Mezmurlar, 37/7.

²⁷ İbraniler, 6/15.

²⁸ Yakup, 1/2.

²⁹ Yakup, 1/3.

Uzak Doğu Dinlerinde Sabır

Sabır uzak doğu dinlerinin çoğunda temel bir değer olarak desteklenmektedir. Uzak doğu dinlerinde “acı” teması önemli bir yere sahiptir ve sabır bu bağlamda ele alınmaktadır. Genel çerçevede bu dinlerde acıya tahammül etmek, zorluklara katlanmak insan olgunlaşmasının temel şartıdır. Bu dinlerdeki yaygın anlayışa göre yoğun ve acılı duyguların yararlarından biri insanda cesaret ve kabullenme duygusu uyandırmasıdır. Böyle durumlarda umut ya da korkuyla hareket etmek doğru değildir. Acıyı bastırmaya, ondan kaçınmak için şimdiden kopmaya çalışmak ya da korkulan şeyin başa gelmesinden kurtaracak başka bir şeyler olmasını umut etmek de yararsızdır. Tersine korkulan şeyle karşılaşıldığında, ne kadar sıkıntı çekileceği düşüncesi karşısındaki korkunun, gerçek deneyim sırasında hissedilen korkudan daha büyük olduğu fark edilecektir. Bu kesin ve zorlayıcı bilinçlilik, özgüven ve sabrı üretmektedir. Dolayısıyla acıdan kaçınmak yerine onunla yüzleşmek en doğru çözüm olacaktır.³⁰

Sabır, Budizmin merkezi bir bileşenidir ve “*Mükemmel Bodhi*” yi gerçekleştirmek için bir “*bodhisavattva*” pratiği olarak altı mükemmellikten biridir. 14. Dalai Lama yorumlarında, "saf ahlâka sahip olabilmek için sabrı geliştirmek" gerektiğini ifade etmektedir. Rahula ise Budist yaşamda sabırsızlığın ortadan kaldırılması ve sabrın teşvikinin gerekliliğini açıklamaktadır.³¹

Hayatta acı çekme olsa da bir Budistin karamsar/umutsuz, sabırsız ve öfkeli olmaması gerekmektedir. Hayatta başlıca kötülüklerden biri tutarsızlık ve nefrettir. Bu yüzden acı çekmeye karşı sabırsız olmak yanlıştır. Acı çekmeye sabırsız ve öfkeli olmak onu ortadan kaldırmamaktadır. Tam aksine bireyin sorununa biraz

³⁰ Tara Bennett- Goleman, *Duyguların Simyası: Kalbinize Giden Yolu Aklınızla Açın*, (Çev. Ebru Kılıç), Alfa Yayınları, İstanbul Mayıs 2003, s.52.

³¹ Schnitker and Emmons, “Patience as Virtue:Religious and Psychological Perspectives”, s.180.

daha eklemekte ve artırmakta, ardından zaten nahoş olan bir durumu şiddetlendirmektedir.³²

Sabır Budizmde öfkeye karşı bir panzehir olarak görülmektedir. Dalai Lama'nın "Öfke kontrolü, Budist perspektiften sabrın gücü" kitabında sabır, öfke ile merhamet arasında bir arabulucu olarak tanımlanmaktadır. Zira sabır, merhamete yol açmaktadır ve sabır pratiği, bireyin kendisi ve diğerleri arasındaki ilişkinin dengelenmesi ve değişiminin eğitimi için ana kaledir.³³

Dünyaca ünlü Zen hocası Dalai Lama acıya karşılık vermenin iki temel yolu olduğunu söylemektedir: "Biri görmezden gelmektir, diğeri doğrudan acıya bakıp içine nüfuz etmektir." O, ruhanî yolu benimseyenlere "acıdan kaçmayın, içine girin" demektedir. Acı çekmek O'nun yararlı olan iç güçler anlamında kullandığı becerilerle birleşince büyük bir cesaretin kapısını açabilecektir. Lama'ya göre bu beyinsel becerilerden biri de sabır ve güvendir.³⁴

Budizm'in iki büyük mezhebinden "Mahayana"da bireyin kendisini kurtuluşa hazırlayabilmek için uyması gereken uygulama esaslarından biri olan meditasyonu yaparken, karşılaştığı olumsuzluklara sabır göstermesi ve hiç usanmadan sürekli gayret içinde olması gerekmektedir.³⁵

Hindu dininde erdemli bir yaşamın parçası olarak sabır gelişimi teşvik edilmektedir. Hinduların ikinci kutsal kitapları Vedalar'da sabır erdemi ile ilgili ifadeler ve öğretimi temel alınmaktadır. Örneğin "*Mahabharata*"da kraliyet prensi, sabrı için övülmektedir. O, "alçak gönüllülük ve sabır erdemiyle süslenmiş olarak asil zihnini, onun kibar eylemlerinde alçak gönüllülüğü, doğru arkadaşlığı ve her türlüşünü kontrol eden" olarak tarif edilmektedir.

³² Schnitker and Emmons, "Patience as Virtue: Religious and Psychological Perspectives", s.180.

³³ "Bodhisattva Path" Encyclopedia of Religion, Second Edition, s.997, 998; Bukkyo Dendo Kyokai (Budist İntişar Cemiyeti), *Buda Talimatı*, (3.baskı), Kosaido Printing Co. Ltd, Tokyo Japon 2001, s. 168-169; Schnitker and Emmons, s.180.

³⁴ Goleman, *Duyguların Simyası*, s.437,438.

³⁵Bkz.<http://www.budist.net/budizmde-mezhepler-budist-mezhepleri.html>, Erişim Tarihi: 3 Şubat 2013.

Ayrıca Manu kanununda yer alan "... zorluklara sabırlı ol, arkadaşça, zihninde toplanan her hangi bir özgürlükçü ve bir hediye alıcıya ve tüm yaşayan canlılara karşı merhametli ol" sözü, bireyleri sabırlı bir hayat yaşamaya çağırmaktadır.³⁶ Sabır pratiği diğer ruhsal disiplinlere ek olarak mukaddes mutluluğa yol açan ve suçluluktan arındıran olarak değerlendirilmektedir. Kanun şöyle demektedir: "Vedanın günlük çalışması bireyin yeteneğine göre büyük kurbanların performansı ve acı içinde sabır, ölümlü günahlara neden olanda bile tüm günahları hızlıca tahrip eder"³⁷ ve "...azimli, nazik, sabırlı... eğer o sürekli bu şekilde yaşarsa kesin cenneti kazanır..."³⁸

Uzak doğu dinlerinden Taoizm'de diğer uzak doğu dinleriyle benzer bir şekilde sabır merkezî bir karakter özelliğidir. Taoizmin kurucusu Lao-tzu: "Size öğretmek için üç şeye sahibim. Sadelik, sabır ve merhamet/şefkat. Bu üçü sizin en büyük hazinenizdir." (Lao-tzu, *Tao Te Ching*) demektedir. O, sabrın değerini "sabır, hem dost hem de düşmanla bu yollarla uyum sağlarsın." sözüyle daha fazla açıklamaktadır. Lao-tzu özellikle sabrı, karşılaşılan durumları izah etmek ve bir şekilde duruma karşı mücadele etmek için gerekli ve dürtüden kaçınmaya izin veren bir değer olarak kavramlaştırmaktadır.³⁹

İslam Kültüründe Sabır

Sabır tüm dünya dinleri tarafından önemi vurgulan ve övülen etik bir değer olmakla birlikte dinlerin oluşturmayı hedeflediği ideal insan modelinin de ayrılmaz bir parçasıdır. Ancak çoğunlukla benzerlikler taşımalarına rağmen dinlerin sabra yüklediği anlamlarda farklılıklar da mevcuttur. İslam dininde bazı dinlerden farklı olarak sabır sadece kişilerarası ilişkilerde yarar sağlayan, öfke ile başa çıkmak için gerekli yahut bireye beklemenin faziletini öğreten bir değer değildir. Bilakis gerek İslam dininin temel kaynaklarında

³⁶ Code of Manu 6:8

³⁷ Code of Manu 11:246

³⁸ Code of Manu 4:246

³⁹ Schnitker and Emmons, "Patience as Virtue: Religious and Psychological Perspectives", s.181.

gerekse İslam kültürü içinde önemli bir yere sahip olan tasavvufta, sabra çok derin anlamlar yüklenmiştir. Ayrıca tüm ilahî dinlerde olduğu gibi İslam dininde de Allah çok sabırlıdır ve O'nun güzel isimlerinden biri çok sabırlı anlamında "Sabûr" dur. Sabırlı olmak aynı zamanda İslam'a göre tüm peygamberlerin ortak özelliğidir.⁴⁰ İslam'da dünya hayatını anlamlandırmak için sunulan anlam çerçevesi dâhil inanç, ibadet, ahlak alanlarının tümünde sabrın gerekli görüldüğünden bahsetmek mümkündür. Tasavvuf geleneğinde ise sabır, bunlara ilaveten kâmil insan yolculuğundaki duraklardan yani nefis mertebelerinden biridir.⁴¹

İslam ahlakında nefse karşı verilmesi öngörülen mücadelede Müslüman'ın başarılı olabilmesi için sabır gücüne sahip olması gerekmektedir. Hiçbir zaman bitmeyecek olan nefisle mücadele daha fazla sabır istemekte, mücadelenin azim ve sebatla sürdürülmesi de önemli olmaktadır.⁴² Bu mücadele manevi gelişimin sürekliliğini de beraberinde getirmektedir.

İslam dininde sabır, sıkıntı ve zorluklar karşısında pasifçe tahammül etmek değil, hoşlanılan, hayır bilinende şer; hoşlanılmayan, şer bilinen şeyin de arkasında hayır olabileceği, bunun ancak olayların arkasındaki hikmeti yaratan tarafından bilinebileceği inancıyla, pozitif bir yaklaşımla ve umutlu bir şekilde aktif çaba göstermektir. Yani sabır kavramı İslam'da aktif, proaktif bir eylem olarak görülmektedir. Pasif ve reaktif bir sabır yaklaşımı İslam'ın sabır anlayışına uygun düşmemektedir.⁴³

Diğer dinlerde olduğu gibi İslam'da da kutsal metinler, dindar bireyin anlam dünyasına nüfuz ederek bilişsel algısını

⁴⁰ Hayati Hökelekli, *Psikoloji, Din ve Eğitim Yönüyle İnsani Değerler*, Dem Yayinevi, İstanbul 2013, s. 128-129.

⁴¹ Faruk Karaca, *Dini Gelişim Teorileri*, Dem Yayınları, İstanbul 2007, s.266; Hasan Kayıklık, *Tasavvuf Psikolojisi*, Akçağ Yayınları, Ankara 2009, s.150; Faruk Karaca, *Din Psikolojisi*, Eser Ofset Matbaacılık, Trabzon 2011, s. 211.

⁴² Robert Frager, , "Tasavvuf Geleneğinde İrşad", (Çev.: Ömer Çolakoğlu), *Manevi Rehberlik ve Ben Ötesi Psikolojisi Üzerine Paylaşımlar*, (ss. 23-39), (Ed. Robert Frager), Kaknüs Yayınları, İstanbul 2009, s. 29.

⁴³ Tallal Alie Turfe, *Patience in İslam: Sabr*, (1st used), Tahrike Tarsile Qur'an Inc., Elmhurst, New York 1996, s.25.

şekillendirmektedir. Ayet ve hadislerde merhamet, diğerkamlık, affedicilik, sabır gibi özelliklere değer atfedilmekte, yapılan teşvikler ahlakî değerlerin tutum haline gelmesinde önemli bir rol oynamaktadır. Dolayısıyla İslam'da sabra hangi anlamların yüklendiğini en kapsamlı biçimde anlamamanın yolu, temel kaynak Kur'an ve sünnetin sabır yaklaşımının anlaşılmasından geçmektedir. Ayrıca İslam kültüründe "sabır" kavramına yüklenen anlamları kavrayabilmek için temel dinî kaynakların yanı sıra kültürümüzde etkili olan ve bir geleneği temsil eden tasavvuf kültürünün penceresinden olaya bakıp durumu değerlendirmek yerinde olacaktır.

Kur'an-ı Kerim'de Sabır

Kur'an'da sabır kavramı, sıkıntı ve zorluklarla karşılaşılması durumunda paniğe ve telaşa kapılmadan, acelecilik göstermeden, sağlam ve emin adımlarla ilerleyip Allah'ın takdirini ve vereceği hükmü bekleme anlamında kullanılmıştır. Ayrıca Kur'an'ın anlam dünyasında sabır, sıkıntılı ve acılı durumlarda itidali korumanın yanı sıra dava yolunda karşılaşılan her türlü güçlüğü üstesinden gelmek için gerekli ruh direncine sahip olmak demektir. Sabrın Kur'an'daki anlamlarından biri de "savaşçının savaş alanında gösterdiği tipik bir erdem"dir. Sabır olmadan savaş meydanında son derece lüzumlu olan cesarete sahip olmanın imkânı yoktur.⁴⁴ Kur'an'da sabırla ilgili Allah'a beslenen hakiki inanın ve imanın esaslı bir yönü olarak, düşmanın bitmek tükenmek bilmez taarruzlarına karşı gerçek inançta sebat etme yolunda bükülmez sarsılmaz bir kararlılığa atıfta bulunmaktadır.⁴⁵ İslam, bu eski göçebe erdemini, ona belirli bir dinî yön vermek suretiyle, kendisinin en belli başlı erdemlerinden birine, yani "Allah yolunda sabır"a dönüştürmek istemiştir.⁴⁶

Genel olarak Kur'an incelendiğinde, bazen ahlakla ilgili doğrudan bazen dolaylı, bazen de ibadetler yoluyla bir takım olumlu

⁴⁴ Bakara, 2/249-250; Al-i İmran, 3/146.

⁴⁵ Kaf, 50 /39-40.

⁴⁶ Toshihiko Izutsu, *Kur'an'da Dinî ve Ahlakî Kavramlar*, Pınar Yayınları, İstanbul 2010, s. 177.

davranışların Müslümanlara kazandırılmaya çalışıldığı görülmektedir. Daha çok bireysel nitelikli olmak üzere her şeyden önce insanın hoşgörülü ve şükredici olmasını, güçlülere karşı sabretmesini, azimli olmasını, herhangi bir şey hakkında hüküm verirken kuruntu ve iddialardan uzak bir şekilde gerçek bilgiye dayanmasını, ahde vefalı olmasını, dürüst olmasını, sözünde durmasını, emanetlerini ve ahitlerini gözetmesini, ölçü ve tartıda adaletli olmasını, tutum ve davranışlarında dengeli ve tutarlı olmasını, iyimser ve umutlu olmasını, kötülüğü güzellikle savmasını, hatta kötülüğe karşı iyilik etmesini, harcamalarında dengeli olmasını, nezaketli olmasını ve itidalli davranmasını emretmektedir.⁴⁷ Sabır Kur'an'da sayılan bu insanî nitelikler arasında yer almaktadır. Sayılan diğer niteliklere sahip olmak için ise sabırla birlikte güçlü bir inanç, kuvvetli bir irade, gelişmiş bir sorumluluk duygusuna ihtiyaç duyulmaktadır.

Kutsal kitapta sabra ihtiyaç duyulan sınanma konularına yer verilmektedir. Bu konular aynı zamanda seküler ve dinî başa çıkma araçlarının birlikte kullanıldığı dünyevî sıkıntılar veya nimetlerdir. Kur'an'da insanların diğer insanlardan gelebilecek sözlü ya da fiili eziyetlerle, insanların bazısına verilen güç, bilgi, servet ve sosyal statü gibi üstünlüklerle, sınırsız nimetlerle, mallar, evlatlar, hayır ve şer, korku ve açlık, can kaybı, hayat ve ölüm, alın teri ile kazanılmış malların eksiltilmesiyle, geçim vasıtalarının daraltılmasıyla, dünya hayatının cazibesıyla ve Allah'ın emir ve yasaklarıyla sınanacağı bildirilmektedir.⁴⁸ Dolayısıyla dinî yükümlülükler, emir ve yasaklar da müminin itaatinin ve sabrının ölçülmesi açısından önemlidir. İnsan her türlü sınanma neticesinde, bu dünyada başına gelenlere göstermiş olduğu tavrın

⁴⁷ Mustafa Köylü, "Kur'an'ın İnsanlığa Getirdiği Değerler ve Hedefler", *On Dokuz Mayıs Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi*, 2007, S: 24-25, s. 76,77.

⁴⁸ Âli İmrân 3/186.; En'am 6/53. ; Furkân 25/20. ; Muhammed 47/4.; En'am 6/165.; Cinn 72/16-17. ; Enfâl 8/28. ; Bakara 2/155. ; Âli İmrân 3/186. ; Teğâbün 64/15.; Teğâbün 64/15. ; Enfâl 8/28; Enbiyâ 21/35. ; A'raf 7/168.; Bakara 2/155; Âli İmrân 3/186.; Mülk 67/2; Mâide 5/48. ; Bakara 2/124; Fecr 89/16.; Tâhâ 20/131.

yanı sıra zerre miktar dahi olsa yaptığı iyilik ve kötülüklerin karşılığını ahirette mükâfat veya ceza olarak görecektir.⁴⁹

Sabır kelimesi Kur'an-ı Kerim'de türevleriyle beraber toplam yüz üç ayette geçmektedir. Sabır ve diğer formlarının zikredildiği surelerin sayısı ise kırk beştir.⁵⁰ Müminlerin çeşitli sınama araçları karşısında gösterdiği sabrın ahirette hesapsız mükâfatlarla karşılık bulacağı, sabırlı bireylerin sabırları sebebiyle iki defa ödüllendirilecekleri Kur'an'da müjdelenmekte ve Allah'ın sabredenlerle beraber olduğu özellikle vurgulanmaktadır.⁵¹ Cennet ödülünü hak edecek müminlerin nitelikleri sıralanırken sabırlı olduklarından söz edilmektedir.⁵² Aynı zamanda Allah, kendi yolunda üstün çaba gösterip zorluklara sabır gösterdiği anlaşılmeden kimsenin cennete girmesine müsaade etmeyeceğini Kur'an'da belirtmektedir.⁵³ Bu ayet, dinî hayatın getirdiği zorluklara karşı sabrın, adeta cennete girmenin ön koşulu olduğunu düşündürmektedir. Buna karşılık Kur'an'da Allah'ı inkâr edenlerin ahirette cezayla karşılaştıkları zaman gösterdikleri sabrın, onları ateşten kurtarmaya yetmeyeceği belirtilerek sabrın sadece dünyada gösterildiğinde karşılığında hem dünyevî hem de uhrevî kazanımlar olacağı, ahirette cezaya sabrın yetersiz olduğu hatırlatılmaktadır.⁵⁴ Ayrıca Kutsal Kitap'ta yerine göre sabrın karşılığının dünya hayatında beklenen sonuca ulaşmak şeklinde alındığının bir örneği sunularak⁵⁵ dünya işlerinde de sabrın olumlu sonuçlar getireceğine, meyvelerin yalnızca ahirete bırakılmadığına dikkat çekilmektedir. Dolayısıyla bu ayetlerden sabrın müminlerin ayrılmaz bir vasfı olduğu, dünya hayatındaki mücadelede takınılması gereken ve

⁴⁹ Zelzele Suresi, 99/8.

⁵⁰Abdülbaki Muhammed Fuad, *el-Mu'cemu'l-Mufehres li Elfazil-Kur'ani'l-Kerim*, Çağrı Yayınları, İstanbul 1990,s.399-401; Recep Önal, "Kur'an'da İmanî ve Ahlakî Bir Tavrı Olarak Sabır", *Cumhuriyet Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi*, C: XII, Sayı: 2, 2008, s.445.

⁵¹ Bakara, 2/153, Enfal, 8/46; Kasas, 28/54; H. Kamil Yılmaz, *Anahatlarıyla Tasavvuf ve Tarikatler*, (12. Baskı), Ensar Neşriyat, İstanbul 2009, s.192.

⁵² Ali İmran, 2/17.

⁵³ Ali İmran, 2/142.

⁵⁴ Fussilet, 41/24.

⁵⁵ A'raf, 7/137.;

maddî-manevî anlamda olumlu sonuçları beraberinde getiren bir tavır olduğu anlaşılmaktadır.

Kur'an'da Hz Muhammet'e, kendisinden önceki peygamberlerin gösterdiği sabır örnek gösterilmekte, zorluklar karşısında ve hakkı inkâr edenlere karşı sabırlı olması, sabırla Rabbine yönelmesi hususunda uyarılmaktadır.⁵⁶ Ayrıca Eyüp, İsmail, İdris peygamberlerin örnek sabırlarından Kutsal Kitap'ta söz edilmektedir.⁵⁷

Sabır genellikle insanların sahip olmak isteği bir özelliktir ve ihtiyaç durumunda sabır için dua etme davranışına sıklıkla rastlanmaktadır. Zira sabrın gücü, umudun desteğiyle orantılı olarak artmaktadır. Duanın buradaki fonksiyonu yardım talebinin yanı sıra umut için destek sağlamaktır. Kur'an'da yer alan "üzerimize sabır yağdır"⁵⁸ duasında bulunan mü'minler örnek gösterilerek sabır dua ilişkisine dikkat çekilmektedir. Bunun yanında Kutsal Kitap'ta "sabrın ancak Allah'tandır (Allah'ın inayeti ve yardımı ile dir.)"⁵⁹ ayetiyle sabrın Allah'ın lutfu ve ihsanı olduğu yahut Allah'ın sabır veren olması nedeniyle yalnızca ondan sabır konusunda yardım dileğinde bulunulması gerektiği hatırlatılmaktadır. Dua ile Allah'tan yardım isteyen mü'minler umutlarını artırmak suretiyle sabırlı olmaya pozitif destek sağlamaktadır. Müslümanların sabırlı bireyler oldukları gibi birbirlerine hakkı, merhameti ve sabrı tavsiye eden kimseler oldukları bildirilmektedir.⁶⁰ Kur'an'da sabırdan namazla birlikte de söz edilmekte ve müminler her ikisiyle Allah'tan yardım istemeye teşvik edilmektedir.⁶¹ Elmalılı Hamdi Yazır'a göre; "kul namazla birlikte sabırdaki acılıkları unutmakta veya bu acıları hafifletmektedir. Bütün bunlar ilahi yardımı da beraberinde

⁵⁶ En'am, 6/34.; Nahl, 16/127.; Sad, 38/17.; Müddessir, 74/7.

⁵⁷ Enbiya, 21/85.

⁵⁸ Bakara, 2/249-250.; A'raf, 7/126.

⁵⁹ Nahl, 16/127.

⁶⁰ Asr, 103/3; Beled, 90/17.

⁶¹ Bakara, 2/45, 153.

getirmekte, bununla birlikte kul, sıkıntı zamanlarının kolaylıkla geçmesine imkân bulmaktadır.”⁶²

Kur’an’da Rab’lerinden kendilerine indirilene iman etmiş olanların O’nun teveccühünü umarak sebatkâr davranmalarının karşılığında Rab’lerinin daima sabredenlerin yanında olacağı,⁶³ bu dünyada kendilerine vaat edilenlere kavuşacakları, sonrasında da atalarından, eşlerinden ve çocuklarından doğru yolda olanlarla birlikte ebedi mutluluğu yaşayacakları,⁶⁴ sabretme gücünü Allah’ın vereceği hatırlatılarak sabrın imanla sıkı ilişkisi öğretilmektedir.⁶⁵

Kur’an, karşılaşılan problem ve zorluklara, sıkıntı ve musibetlere karşı aktiviteyi yenileyen bir sabır öğütlemektedir. Zira aktif bir sabır, insana dayanma gücü verip problemlerin üstesinden gelmek için gayret sarf etmeyi öğretmektedir. Ayrıca insan her türlü zorluğa dayanıp aktif bir sabır tutumunu tercih ettiğinde; olgun, strese karşı mukavemet edebilen, psikolojik bunalımdan emin bir kişiliğe sahip olabilecektir.⁶⁶

Sonuç olarak Kur’an’a göre sabır, başa gelenlere tahammül edip öylece beklemeyi değil, dayanmayı, direnmeyi, göğüs germeyi ve hedefe ulaşmak gayesiyle üstün çaba göstermeyi gerektiren neticede olumlu sonuçlara ulaştırın bir tutum ve davranıştır.

Sünnette Sabır

İslam’ın öngördüğü insan modelinin önemli erdemlerinden biri olan sabır, İslam peygamberi Hz. Muhammed (s.a.v.)’in gerek sözlerinde gerekse kişisel yaşantısında yer bulmuştur. Zira O, sabrın önemini vurgulayan sözleriyle müminleri sabırlı olmaya teşvik ederken bir taraftan da Kur’an’ın ifadesiyle “yüce bir ahlak”a sahip olmakla güzel ahlakın zirvesine çıkarak sabır konusundaki

⁶² Elmalılı Muhammet Hamdi Yazır, *Hak Dinî Kur’an Dili*, Eser Kitabevi, İstanbul 1971, C: 1, s. 545.

⁶³ Nahl, 16/110.

⁶⁴ Ra’d,13/23-24.

⁶⁵Nahl, 16/127-128.

⁶⁶ Osman Necati, *Kur’an ve Psikoloji*, Fecr Yayınları, (Çev. Hayati Aydın), 2.Baskı, Ankara, 2004, s.280-282.

örnekliğini ortaya koymuştur. Çünkü güzel ahlak ancak sabırla elde edilebilmektedir. Ayrıca O, sabır ve kararlılığıyla peygamberlik mücadelesini başarıyla sonuçlandırarak sabrın pratik hayattaki yararlarını göstermiştir.

İslam peygamberi sabırlı davranan mümine Allah'ın sabır vereceğini belirterek hiç kimseye sabırdan daha hayırlı ve engin bir lütufta bulunulmadığını ifade etmiştir. Buna göre sabır insana dünyada verilen en hayırlı ve bol sermayedir. Zira hadiste hem yokluğun hem varlığın, hem acının hem neşenin, hem belanın hem nimetin tehlikesine karşı müminin en güvenli kalkanı ve potansiyel gücünün sabır olduğu⁶⁷ ima edilmekte, sabırlı davrandıkça sabır gücünün artacağı belirtilmektedir. Aslında sabır maddî manevî tüm kazanımların ortak kaynağı sayılabileceği gibi sabırlı birey tükenmek bilmeyen değerli bir hazinenin sahibi gibidir.

Sünnete göre dua ile Allah'tan sabır konusunda yardım istenecekse zorlukla karşılaşıldığında istenmelidir. Zira herhangi bir zorluk ve bela yokken Allah'tan sabır dilemek adeta belayı çağırarak, şükredilmesi gereken durumda nankörlük etmek gibi algılanmakta bunun yerine Allah'tan sabır yerine afiyet dilemek gerektiği belirtilmektedir.⁶⁸

“Namaz nurdur, sadaka burhandır, sabır ziyadır...” hadisinde namaz için nur ifadesi kullanılırken, sabır için ziya denmektedir. Kur'an ayetinde geçen “Güneşi ziyalı, ayı nurlu kılan Allah'tır”⁶⁹ ifadesi esas alınarak, ziya kaynaktan çıkan birinci ışık, nur da birinci ışığın yanmasıyla hâsıl olan ikinci ışık olarak değerlendirilmektedir. Dolayısıyla ziya, ışığı ve ısısı kendisinden olan cisimler için; nur ise ışığını bir başkasından alan cisimler için

⁶⁷ Buhari, Zekat 50, Rikak 20; Müslim, Zekat 124, (1053); Muvatta, Sadaka 7, (2, 997); Ebu Davud, Zekat 28, (1644); Tirmizi, Birr 77, (2025); Nesai, Zekat 85, (5, 95), İbrahim Canan, *Kütüb-ü Sitte Muhtasarı Tercüme ve Şerhi*, Akçağ Yayınları, Ankara 1993, Cilt:14, s.46-47, M.Yaşar Kandemir, İsmail Lütfi Çakan, Raşit Küçük, *Riyazü's Salihin Tercüme ve Şerhi- Peygamberimizden Hayat Ölçüleri*, Erkam Yay. İstanbul 2001, C:1, s.206.

⁶⁸ Tirmizi, Deavat, 94; İsmail Karagöz, “Kur'an ve Hadislerin Işığında Sabır ve İnsan”, *Diyanet İlmî Dergi*, 2002, C: 38, S: 1, s.20.

⁶⁹ Yunus, 10/5.

kullanılmaktadır. Her nur ziyadır, ama her ziya nur değildir. Sabrın “ziya” namazın “nur” olarak tasvir edilmesi, sabrın insan hayatındaki her şeyi kuşattığını göstermektedir. Zorluklar karşısında azim ve sebatla birlikte sabır davranışı ile halledilmesi çok zor gibi görünen meselelerin bile çözümlenebildiği tecrübelerle bilinmektedir. Sabrın namazdan önce gelmesinin bir nedeni de namaz ibadetine devam edebilmek için iradeli bir sabra ihtiyaç olmasıdır.⁷⁰

Hadislerde ayrıca kişilerarası sabra dikkat çekilmekte ve sosyal sabır teşvik edilmektedir. İnsanların arasında yaşayıp onların eziyetlerine karşı sabır gösteren müminin ödülünün, insanlarla iletişim kurmayıp onların vereceği eziyetlere sabredemeyen müminden çok daha fazla olduğunu bildiren Hz. Peygamber, müminlerin kendilerini sabra mecbur bırakan ve zorlayan durumlardan kaçınmak maksadıyla insanlardan uzaklaşmalarının arzulan bir durum olmadığına işaret etmekte, eziyetlerle mücadele etmek ve sosyal sabır göstermek suretiyle kazanılacak büyük mükâfatı müjdelemektedir.⁷¹

Müminin şükür-sabır birlikteliğiyle her halükarda hayır üzere ve mutlu olacağı diğer bir hadiste şöyle vurgulanmıştır: “Müminin durumu gıpta ve hayranlığa değer. Çünkü her hali kendisi için bir hayır sebebidir. Böylesi bir özellik sadece müminde vardır. Sevinecek olsa, şükreder bu onun için hayır olur. Başına bela gelecek olsa, sabreder bu da onun için hayır olur.” Bilindiği gibi hayır içinde olmak, mutlu yaşamak, yarınlara umutla bakmak her insanın arzusudur. Dünyada çeşitli meşakkatler, sıkıntılar, külfetler ve tezatlar kadar sabredilecek ve şükredilecek durumların birlikte var olduğu da bir gerçektir.⁷² Dolayısıyla hadiste şükür ve

⁷⁰ Müslim, Taharet 1, (223); Tirmizi, Da'avat 91 , (3512); Nesai, Zekat 1, (5, 5-6), Canan, *Kütüb-ü Sitte Muhtasan Tercüme ve Şerhi*, Cilt:13, s.269; Kandemir, Çakan, Küçük, *Riyazüssalihin Tercüme ve Şerhi-Peygamberimizden Hayat Ölçüleri*, Cilt:1, s.205.

⁷¹ İbn Mâce, Fiten 23; Kandemir, Çakan, Küçük, *Riyazüssalihin Tercüme ve Şerhi-Peygamberimizden Hayat Ölçüleri*, Cilt: 1, s. 211-213.

⁷² Müslim, Zühd 64, Kandemir, Çakan, Küçük, *Riyazüssalihin Tercüme ve Şerhi-Peygamberimizden Hayat Ölçüleri*, Cilt:1, s.211.

sabır d6ngüsünün bireye sağladığı denge ve uyum fonksiyonuna işaret edilerek, beraberinde mutluluk getiren bu şekildeki olgunlaşmış mümin tavrının hayranlık uyandırıcı olduğuna dikkat çekilmektedir.

Hız. Peygamber sabrın felaketle karşılaşılın ilk anda gösterilmesi gereken dayanma davranışı olduğunu haber vermekte⁷³ ve zorunlu değil, iradeli bir sabrı önermektedir. Ebu Ubeyde bu hadisle ilgili olarak “Bu hadis-i şerifin manası, her musibet sahibini keder ve üzüntüden temizleyecek şeyin sabır olduğudur. Fakat musibetin ilk hiddetli ve hararetili olduğü andaki sabır esastır.” demektedir.⁷⁴ İnsanı üzüntü ve kedere boğan musibet ansızın geldiğinde kalbi sarsmakta ve rahatsız etmektedir. Aslında felaketin geldiği an sabırlı davranmak olayın travmatik etkisini zayıflatabilmekte ve sabrı devam ettirmeyi kolaylaştırabilmektedir. Sabır göstermemek ise “Neden bu benim başıma geldi, günahım neydi? ” tarzında Allah’a kızgınlık içeren duyguların ortaya çıkmasına fırsat verebilmektedir ki bu tür başa çıkma olumsuz dinî başa çıkma olup etkisiz bir yöntem olabilir. Sonradan gösterilen sabır ise çaresizliğin neticesi olduğundan bireyin o anki sıkıntısını hafifleten hakikî sabırdan ziyade teslimiyetin verdiği huzur duygusunun ortaya çıkmasını engelleyen bir davranış biçimi veya ruh hali olabilmektedir.

Görüldüğü üzere hadislerde Kur’an’ın sabır anlayışına paralel bir yaklaşım sergilenmektedir. Hadislerde sabrın değerli bir hazine, Allah’tan bir lütuf, insanı birçok olumsuzluktan koruyan bir kalkan, manevî enerji kaynağı, sosyal hayatta yararlı insanî ilişkiler kurmada yardımcı, olgunlaşmış müminin gıptaya değer tavrı, karşılaşılın felaketlerde psikolojik travmalardan mümini ve imanını koruyup dengede kalmasını sağlayan bir güç olduğü belirtilmekte, tüm olumlu davranışların karşılığında asıl hayatı kazandıran ödülleri olduğü gibi, sabrın zorluğu ölçüsünce kazanılacak

⁷³ Buhari, Cenaiz 32,43; Ahkam 11; Müslim, Cenaiz 14-15.

⁷⁴ İbni Kayyım El- Cezviyye, *Sabredenler Şükredenler*, (12.Baskı), İnsan Yayınları, İstanbul 2010, s. 86-87.

mükâfatın da bol olduğu hatırlatılarak sabra özendirme yapılmaktadır.

Tasavvuf'ta Sabır

Tasavvufun İslam kültürüne önemli bir yere sahip olduğu bilinmektedir. Hâl ilmi olarak da tanımlanan tasavvuf, İslam'ın içselleştirilmesi ve özüm senerek yaşanmasına dayanmaktadır.⁷⁵ Tasavvufi anlayışta sabır, başa gelen musibetlere karşı Allah'tan başka kimseye şikâyetçi olmamak, yakınmamak, sızlanmamak, nefse ağır gelen hoşla gitmeyen şeyler karşısında dünya ve âhîret yararını düşünerek hareket etmek, psikolojik dengeyi korumak için insanın kalbinde bulunmakta olan sükûnet ve dayanma gücünü kullanmaktır.⁷⁶ Sabır tasavvufi açıdan nefsi telaştan, dili şikâyetten, organları çirkin davranışlardan koruma, nimet haliyle mihnet hali arasında fark gözetmeyip her iki durumda sükûnetini muhafaza etme, şikâyeti yalnızca Allah'a yapıp halini ona arz etme şeklinde de tarif edilmiştir. Gazâlî sabrı “ din duygusunun nefsânî arzu ve tutkuların baskısına karşı direnç göstermesi “ diye tanımlamaktadır.⁷⁷ Ona göre sabır, zıt görüşlü iki kuvvetin karşılaşması anında bir kuvvetin metanet gösterip dayanması demektir.⁷⁸ Sabrı bela geldiğinde edep ve ciddiyeti muhafaza etmek şeklinde tanımlayan mutasavvıflar da olmuştur.⁷⁹

Sufilerin bazısının tasavvuf tanımlamalarında sabra yer verilmektedir ki bu, sabrın tasavvufta ne derece önemli olduğunun göstergesidir. Örneğin Cüneyd-i Bağdadî tasavvufun kazandırmaya çalıştığı güzel hasletleri sıralarken sekiz özellikten bahsetmektedir

⁷⁵ Mustafa Kara, *Tasavvuf ve Tarikatler Tarihi*, (3. Baskı), Dergâh Yayınları, İstanbul 1995, s. 31-36; Selçuk Eraydın, *Tasavvuf ve Tarikatler*, (4. Baskı), Marmara Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Yayınları, İstanbul 1994, s. 39; Kayıklık, *Tasavvuf Psikolojisi*, s. 51;

⁷⁶ Dinî Kavramlar Sözlüğü, “Sabır” maddesi, (5.Baskı), Diyanet İşleri Başkanlığı Yayınları, Ankara 2010, s.567.

⁷⁷ Gazali, *İhyau'ulumi'd-din*, (Çev.: Ahmet Serdaroğlu), Bedir Yayınevi, İstanbul trs., C:IV, s.143; Mustafa Çağrıncı, “Sabır “, *Türkiye Diyanet Vakfı İslam Ansiklopedisi*, Türkiye Diyanet Vakfı Yayın Matbaacılık ve Ticaret İşletmesi, İstanbul 2008, C: 3, s.337.

⁷⁸ Gazali, *İhyau'ulumi'd-din*, C:IV, s.119.

⁷⁹ El- Cezviyye, *Sabredenler Şükredenler*, s.19.

ki bunlardan biri sabırdır. İbn-i Nüceyd ise tasavvuf için “emir ve yasaklar altında sabretmek” tanımlamasını yapmaktadır. Sufiler başa gelen sıkıntı ve musibetin başkalarına anlatılmasının sabra uygun olup olmadığı üzerinde durmuşlardır. Şikâyet yollu olmaksızın başa gelen musibetleri açıklamanın sabra aykırı olmayacağı Kur’an’dan Hz. Eyüp örneği ile açıklanmıştır. Hz. Eyüp’ün “Başıma musibet geldi, sen merhametlilerin en merhametlisisin.”⁸⁰ sözü ile hem duasını arz etmek hem de bana merhamet et sözünü açıkça söylememek suretiyle edebe riayet ettiği, sabr-ı cemil örneği gösterdiği yorumları yapılmıştır. Zira tasavvufî anlayışta sabreden derdini yalnızca Allah’a açmalı, şikâyetini başkalarına değil O’na bildirmelidir.⁸¹

Tasavvuf literatüründe sabır, bir hal ve makam kabul edilmektedir. Sabır insanın saadet sırrı, nefis mücadelesinin en önemli şartıdır. Sufi nefisini olgunlaştırıp kemale erdirebilmenin uğraşını, savaşını mücâhede ile vermektedir. Mücâhede, nefsin arzulara, kötü eğilimlere karşı savaşması, iradenin ihtiras ve arzularla muhârebesidir. Ömür boyu sürecek olan bu mücadele geniş bir sabır, sağlam bir irade ve büyük bir çabayı gerektirmektedir. Ayrıca sufinin nefsin istek ve arzularını terk etmesi, her zaman onun arzusunun aksine hareket etmesi, onu zorluğa sürmesi (riyâzet) gerektiğinden⁸² riyâzet ve mücâhede için sabır, düstur olarak benimsenmelidir. Özellikle seyr-i sülûkte yol, sabırla kat edilmektedir. Bundan dolayı tevekkül, rıza, kanaat gibi tasavvuf kültüründe sūfilere kazandırılması amaçlanan hasletlerin temel güdüleyicisi sabırdır.

Sabr kökünden gelen musâbara, sabır üstüne sabırdır. Hatta bu durumda sabır, sabra gark olmakta da sabır sabırdan aciz

⁸⁰ Enbiya, 21/83.

⁸¹ Hucviri, *Keşfu’l-mahcub- Hakikat Bilgisi*, (Haz. Süleyman Uludağ), Dergah Yayınları, İstanbul 1982, s.120; Abdülkerim Kuşeyri, *Kuşeyri Risalesi*, (Haz. Süleyman Uludağ), Dergâh Yayınları, İstanbul 1978, s.284; Çağrı, *TDVİA*, C.35, s.337; İbn Arabi, *İlahî Aşk*, (Çev. Mahmut Kanık), (2. Baskı) İnsan Yayınları, İstanbul 1992, s.124.

⁸² Hüseyin Peker, “Tasavvuf Psikolojisi”, *On Dokuz Mayıs Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi*, 1993, S:7, s.45.

kalmaktadır. Bazı sûfilerin “sabır, sabırda sabretmektir.” ifadesi, sabrın hakikatinin sabırda sabretmek olduğunu yani sabrın bir hâl olduğunu, rahatlamayı beklemenin sabra uygun düşmediğini anlatmaktadır. Bu manada Şibli’den şu beyit nakledilmektedir: “*Âşıkın sabrı sabra galip geldi ve sabır onun ayağına kapandı. Âşık sabra haykırdı: Ey sabır, sabırlı ol!*”⁸³ Ayrıca sufilere göre kul Mevlâsına hizmet için olanca gücünü harcayarak sabrederken bir yandan da sabrını Rabbine layık görmemektedir.⁸⁴

Sabır konusu tasavvufî kaynaklarda ayetler, hadisler, bazı sahabe ve mutasavvıfların sözleri ile açıklanmaktadır. Örneğin Cüneyd Bağdadî “Sabır hiç yüzü ekşitmeden acıyı yudum yudum içine sindirmendir.” tanımlamasıyla sabrın kolay olmadığını ve bir sabır işi olduğunu, insanın onu yavaş yavaş öğrendiğini, sabrın kazanılabilir, alışılabilir bir durum olduğunu dile getirmekte ve zorluk, güçlük, acı gibi sıkıntılı durumlarda anlam kazandığına dikkat çekmektedir. “Sabır şikâyeti ve sızlanmayı terk etmektir.” tanımıyla ise Rûveym, konuyu can damarından yakalamakta, şartlar ne olursa olsun şikâyet ve sızlanma yerine sabrı tavsiye etmektedir. Zira şikâyetlenme, sabır enerjisini zayıflatabilmektedir. Diğer taraftan “Sabır ismi gibidir.” diyerek ilaç olarak kullanılan tadı acı, adı sabır olan bir ağaca atıfta bulunan Ebu Ali Dekkak sabrın insanın ruhsal hastalıkları için adeta bir ilaç, şifa olduğunu dile getirmektedir.⁸⁵

Hz. Ali sabır ile iman arasında güçlü bağa “İmanda sabır, cesetteki baş hükmündedir.” sözünüyle işaret etmektedir. O, sabrın imanda temel duygulardan biri olduğu, içerisinde insan vücudunun yönetim merkezi olan beyni taşıyan baş olmadan vücudun nasıl bir önemi yoksa sabır olmadan da imanın bir değeri olamayacağını belirterek imanda sabrın önemine dikkat çekmektedir. İbrahim Havvas: “Sabır, kitap ve sünnetin hükümleri karşısında gösterilen sebatır.” derken, benzer bir ifade ile Amr b. Osman: “Allah Teala ile sebat etmek, O’nun emirlerini yerine getirirken sebat etmek, ondan

⁸³ Kaşânî, *Tasavvufun Ana Esasları*, s.376.

⁸⁴ Kuşeyri, *Kuşeyri Risalesi*, s.279-283.

⁸⁵ Kayıklık, *Tasavvuf Psikolojisi*, s.150-151, Kuşeyri, *Kuşeyri Risalesi*, s.280.

gelen musibetleri sükunet içinde ve gönül hoşluğu ile karşılamaktır.” tanımlamasını yapmaktadır. Zira tasavvufi anlayışa göre sabır makamına ulaşmış bir birey, karşılaştığı belalardan müteessir olmamakla birlikte sabretmekle kazaya rıza göstermiş olmaktadır. İslam’ın esasının rıza, imanın ise sabır olduğu ifade eden mutasavvıflara göre sabır belayı rıza ile karşılamaktır.⁸⁶

Tasavvufi literatürde sabır çeşitlerine de yer verilmektedir. Gazâlî sabrı bireyin iradesine bağlı olup olmamasına göre üç kısma ayırmaktadır. Birinci kısım kulun kendi iradesi ve seçiminin söz konusu olduğu sabırdır ki ikiye ayrılır: Taat, Allah’a kulluk konusundaki sabır ve ma’siyete yani nefsin arzularına uymama, isyan etmeme konusundaki sabırdır. Taat, ibadetlerin meşakkatine sabretmektir ki adeta tedavi için acı ilaçlar içmeye benzetilmektedir. Ma’siyete sabır ise günah işlemekten, haramlara el uzatmaktan kaçınma, bunlara mukavemet göstermedir. Bu durum görünüşü güzel olan zehirli tatlılardan uzak durmaya benzetilmektedir.⁸⁷ İkinci kısım bireyin kendi iradesi dışında olan ve sabredilmesi gereken durumun ortadan kaldırılmasının bireyin kendi irade ve seçimiyle mümkün olduğu durumlardır. Mesela herhangi bir şekilde kendisine hakaret edilen, mal ve canına kastedilen birey kendi iradesi ile bu durumu engelleyebilir veya zararını telafi edebilir. Üçüncü kısım hiçbir şekilde kendi iradesi dâhilinde olmayan ve meydana gelmesi veya engellenmesi bireyin seçimine bırakılmamış konulara sabırdır. Musibetler, felaketler, hastalıklar, ölüm v.s. karşısında sabır, bu tür sabra örnektir. Sabrın bu çeşidi en zordur ve çetin bir sınavdır. İkiye ayrılmaktadır: İnsanlardan gelen ve giderilmesi elde olmayan musibetlere (haksızlığa uğramak, iftiraya maruz kalmak, zulüm görmek gibi) hâllere sabretmektir ki peygamberlerin inkârcılara karşı sabrı bu türdendir. Diğeri de, kurtulmanın insanın elinde olmadığı, sevdiklerinin ölümü, hastalık, malının telef olması,

⁸⁶ Eraydın , *Tasavvuf ve Tarikatler*, s.165; Kuşeyri, *Kuşeyrî Risalesi*, s.279; Kara, *Tasavvuf ve Tarikatler Tarihi*, s.108.

⁸⁷ Emine Yeniterzi, *Mevlana’nın Eserlerinde Sabrın Hikmetleri*, Gözyaşı, 2003, s. 21-26.

tabii afetler gibi musibetlere, doğrudan Allah'tan gelen dertlere sabırdır. ⁸⁸

Sabrın hükmü konusunda yapılan sınıflandırmada sabır farz, nafil, mekruh, haram ve mubah olmak üzere beş gruba ayrılmıştır. Haramlardan uzak durma ve dinî görevlerin yerine getirilmesine dayanma şeklindeki sabır farzdır. Dinen mekruh olandan uzak durma şeklindeki sabır nafil, can mal ve namusun saldırıya uğraması karşısında, ayrıca gereksiz yere açlığa, susuzluğa katlanma anlamındaki sabır haram, bedenine zarar verecek derecedeki acılara katlanma şeklindeki sabır mekruh, dinen yapılmasında bir sakınca görülme konularında sabır göstermek ise mubahtır.⁸⁹ İbn Kayyım el-Cezviyye ise farz yerine vacip hükmünü kullanmış ve vacip sabrı üç kısma ayırmıştır: Birincisi haram ve yasaklara karşı yapılan sabırdır. İkincisi farz ve vaciplerin edaları üzerine sabırdır. Üçüncüsü ise hastalık ve fakirlik gibi kulun elinde olmayan musibetlere karşı yapılan sabırdır.⁹⁰

Ragıb el-İsfahani sabrın biri cismanî, diğeri ruhanî olmak üzere iki çeşidinden söz etmektedir. Cismanî sabır bedeninin maruz kaldığı zahmetli işlere ve acılara katlanmaktır ki bu tam olarak fazilet sayılmamaktadır. Asıl fazilet ruhanî sabır olup iki şekilde tezahür etmektedir. İffet adı verilen birincisi, insana zevk veren şeylerden yararlanmada aşırılıktan sakınmak suretiyle gösterilen sabırdır. İkincisi, istenmeyen durumların başa gelmesi veya hoş giden nimetlerden mahrum kalınması halinde sabırlı davranmaktır.⁹¹

Türk-İslam kültürünün unsurlarından biri olan Alevî-Bektâşilik yolunda sabır, Bektâşi ahlakının öğelerindedir. Tarikatın adap ve erkânının temelini oluşturan “Dört Kapı Kırk Makam” içerisinde

⁸⁸ Gazali, *İhyau'ulumi'd-din*, C:IV, s.136, Emine Yeniterzi, "Mevlana'nın Eserlerinde Sabrın Hikmetleri", s. 21-26.

⁸⁹ Gazali, *İhyau'ulumi'd-din*, C:IV, s.129; Çağrı, *TDVİA*, C:35, s.338.

⁹⁰ El- Cezviyye, *Sabredenler Şükredenler*, s.36.

⁹¹ Çağrı, *TDVİA*, C:35, s.336.

sabır, Marifet kapısının makamlarından biri olarak yer almaktadır.⁹²

Ebu Talib-i Mekki'ye göre, nefse en ağır gelen şey sabırdır. Çünkü nefis sabırda acı çekmektedir. Hırs anında gazabı tutmak, insanın nefsini terbiye edip yumuşaklık elde etmesi sabırla olmaktadır. Tevazu ve kendini gizlemek de sabır istemektedir. Edep ve güzel ahlak sabırla elde edilmekte, halkın zahmetlerine dayanmak sabır gerektirmektedir. Gerçekten kul niyetini tahsis için bile amelin evvelinde sabra ihtiyaç duymaktadır.⁹³

Türk-İslam kültürünün oluşumuna katkıda bulunmuş önemli şahsiyetlerden Yunus Emre ve Mevlânâ da insanlara sık sık sabırlı ve erdemli olmayı tavsiye etmiş, eserlerinde dünya hayatının zorluklarını sabırla karşılayıp, karşılığının ahirette kat kat alınacağını telkin etmişlerdir. Mevlânâ'ya göre nefsin beli sabırla bükülmelidir. Sabır, kişi için bir ibadet, Allah'ı düşünme ve anmadır. Allah'a ancak sabırla ulaşılabilir. Mevlânâ için sabır aynı zamanda insan için bir ilaç ve huzura kavuşma yoludur.⁹⁴

Tasavvufi anlayışta sabır, kulun iradî fiillerinde ve iradesi dışında kalan belâ, musibet anlarında olmak üzere iki yerde gereklidir. Kulun iradesi dâhilinde olan fiillerde, emredilenlere uymada sabır, nehy edilenlerden sakınmada sabır olmak üzere iki türdür. Kul emredilen ibadetleri yerine getirmek için sabra muhtaçtır. Nefis kulluktan hoşlanmadığından, günahlardan sakınma konusunda da sabra ihtiyaç vardır.⁹⁵ Kulun iradesi

⁹² Hüseyin Özcan, "Hacı Bektaş Veli'nin Eserlerinde ve Bektaşî Erkannâmelerinde Dervişin Nitelikleri", *Turkish Studies*, International Periodical For The Languages Literature and History of Turkish or Turkic, Volume 7/1, Winter 2012, s. 1697.

⁹³ Ebû Talib Muhammed bin Ali bin Atiyye el-Mekki el-Acemî, *Kûtu'l-Kulûb fî Muâmaleti'l- Mahbûb ve Vasfî Tarîki'l Mürîd ilâ Makâmı't-Tevhîd*, Daru's-Sadr, Beyrut 2003, C:1, s.394, 395, 401.

⁹⁴ Musa Kaval, "Yunus Emre ve Mevlâna'nın Eserlerinde İnsan ve Tekamülü", *Uşak Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 2013, 6/2, s.101, 104, 112; İbrahim Aslanoğlu, *Mevlana'nın Aşk ve İnsan Felsefesi*, <http://w3.gazi.edu.tr/~iarslan/mevlanaaskinsan.pdf>, Erişim Tarihi: 07.11.2014.

⁹⁵ Yılmaz, *Anahatlarıyla Tasavvuf ve Tarikatler*, s.191.

dâhilinde olmayan şeylere sabır göstermesi ise kendisiyle ilgili Allah'ın meşakkatli (hastalık, zarar v.s.) hükümlerine ve bunlardan doğan sıkıntılara göğüs gererek sabretmesidir.⁹⁶

İnsan zahiri ve batini her türlü menfi, mekruh ve kötülüklerden sakınmak için sabra muhtaçtır. Mutasavvıflara göre kötülüklerden sakınmada ilim yol gösterirken sabır da bu yolu kabul etmektedir. Zahirde ve batında yöneticisi ilim olan kişinin bu durumu, ancak sabrı kendisine mesken ve makam bilmesi ile tamamlanmaktadır. İlim ve sabır, ruh ve ceset gibi birini diğerinden ayırmak mümkün olmayan iki ana unsurdur. Her ikisinin de aslı ve dayanağı akıldır. Akıl sabırla nefse hâkim olurken ilimle de ruha doğru yükselmektedir.⁹⁷ Sabır aklın cevheridir. Akıl ne kadar kâmil olursa sabır da o derece artmaktadır. İlmin olmaması durumunda ise “sabr-ı cemil”in gerçekleşmesi beklenmemektedir. İlmin kemali sabırla, sabrın cemali ilimle ve aklın kemal ve cemali ilim ve sabırla elde edilmektedir.⁹⁸ Herkesin mükâfatı sınırlı olacağı halde, sabredenlerin ecri sonsuz ve hesapsız olacaktır.⁹⁹

Sehl'in “Sabır bir temizleyicidir, eşya onunla temizlenir.” ifadesinde ise bela ve musibete sabreden insanın günah kirlerinden, manevî hastalıklardan temizleneceği ima edilmekte,¹⁰⁰ sabrın manevî arınmaya vesile olduğuna dikkat çekilmektedir. Sufiler dert ve musibetlere sabretmenin manevî gelişim açısından değerini bildiklerinden ondan kaçınmamakta, hatta olumsuz şartlara meydan okumaktadırlar. Örneğin Ebu Kasım Semnun sufi yaklaşımıyla yazmış olduğu sabırla ilgili şiirinde “Öyle zor işler vardır ki, bana meşakkat kadehinden yudum yudum dert içerir. Ben de denize benzeyen sabır kadehimden ona yudum yudum ıstırap

⁹⁶ Kuşeyri, *Kuşeyri Risalesi*, s.278.

⁹⁷ Suhreverdi, *Avarif'ul Maarif- Tasavvufun Esasları*, (Haz. H. Kamil Yılmaz, İrfan Gündüz), Vefa Yayıncılık, İstanbul 1990, s. 611.

⁹⁸ İzzettin Kaşânî, Natanzî, Mahmud bin Ali, *Tasavvufun Ana Esasları (Misbâh'ul-Hidaye ve Miftâhu'l Kifâye)*, (Çev.: Hakkı Uygur), Kurtuba Yayınları, İstanbul 2010, s.376-377.

⁹⁹ Suhreverdi, *Avarif'ul Maarif*, s. 611.

¹⁰⁰ Kayıklık, *Tasavvuf Psikolojisi*, s.151, Kelabâzî, *Doğuş Devrinde Tasavvuf Ta'arruf*, (Haz. Süleyman Uludağ), Dergâh Yayınları, İstanbul 1979, s.144.

içirdim. Musibet canımı yaktı ama ben de sabır silahı ile onun canını yaktım.”demektedir. Buna benzer bir şekilde sufiler derler ki; “Sabır zehrini yudum yudum iç ve hazmet. Eğer sabır seni öldürürse şehit olarak vefat edersin, eğer ihya ederse aziz olarak yaşarsın.”¹⁰¹

Sabır, arayış halinde zafer işareti, sıkıntı zamanında kurtuluş alametidir. Sabır zaferden emin olanların tavrıdır. Şems-i Tebrizi “Sabrın manası işin sonunu gözlemek; sabırsızlığın manası da işin sonunu göremeyecek kadar kısa görüşlü olmaktır.” sözüyle ilk safın daima işin sonunu iyi görenlere kalacağını, sabrın başarıyı getireceğini ifade etmektedir. Tasavvufi anlayışta sabır, aceleci tabiata sahip olan insanın bu eksikliğini gideren ruhsal bir yardımdır.¹⁰²

Tasavvufi dinî gelişimin tövbe, vera, zühd, fakr sabır, tevekkül, rızadan oluşan yedi evresi arasında beşinci sırada yer alan sabır evresine ulaşan bireyler şiddetli olumsuzlukları kendilerini olayların arkasındaki gerçek faktöre teslim ederek sabırla aşmaktadırlar.¹⁰³ Ardından gelen tevekkül ve rıza evreleri sabrın içselleştirildiği evrelerdir.

Bireyin dinî ve manevî anlamda gelişimini hedefleyen İslam’ın Tasavvufî yorumunda insanın iradesini özgürleştirilmesi, ahlakî yönden olgunluğa ulaşması, Allah’a yakınlaşmasına engel olan bedenî ve dünyevî tutkuların tutsaklığından kurtulabilmesi ve ardından manevî mertebelere kavuşması için nefsi mücadeleye sabırla devam etmesi gerekmektedir. Tasavvufi yaklaşımda sabır, son derece olumsuz şartları şikâyet etmeksizin metanetle karşılamak ve nefse haz veren şeylerden uzaklaşmak anlamlarına gelmektedir. Olumsuzluklara dayanmanın yanı sıra dinî emir ve yasaklara uyma, pozitif davranışlarda istikrarı gerektiren sabır hali, manevî gelişimde çok önemli fonksiyonlar icra etmektedir. Hâlbuki

¹⁰¹ Kelabazi, *Doğuş Devrinde Tasavvuf*, s.144, Kuşeyri, *Kuşeyri Risalesi*, s.281.

¹⁰² Yaşar Nuri Öztürk, *Kur’an ve Sünnete Göre Tasavvuf*, (6.Baskı), Yeni Boyut, İstanbul 1995, s.163, Kayıklık, *Tasavvuf Psikolojisi*, s.151.

¹⁰³ Karaca, *Din Psikolojisi*, s.211.

sabrı öğrenemeyen insanlar kolayca umutsuzluğa düşerek isyan eğilimlerinin etkisi altına girebilmekte, bu durum onların inançlarını zayıflatarak manevî gelişimine ket vurabilmektedir.¹⁰⁴ Çünkü ancak sabırdır meyveyi tatlandıran, sabırdır tohumu uzun kış mevsimi boyunca canlı tutan ve buğday durumuna getiren, buğdayın önce una sonra ekmeğe dönüştürülmesini sabırla bekleyen insanlara dayanma gücü veren yine sabırdır. Salikin önünde uzanan uçsuz bucaksız çölleri geçmek ve kendisiyle ilahi maşuku arasında taş yürekli sineler gibi yükselen dağları aşmak için sabır gereklidir.¹⁰⁵ Sabır nefsi olgunlaştırmaktadır. Bu olgunlukla nefis yumuşamakta ve sabır, sabreden kişide alıp verilen nefes gibi dolaşmaya başlamaktadır.¹⁰⁶ Böylece birey sabırla zorlukların üstesinden gelmekte ve sabırla Allah'a ulaşmaktadır.¹⁰⁷

Sonuç olarak tüm dinlerde ve özellikle İslam'ın tasavvufi yorumunda sabrın erdem olarak değerlendirildiği ve dinî yaklaşımlarda sabra yer verildiği anlaşılmaktadır. Genellikle dinler sabrı, olumlu karakterin gelişmesini teşvik eden temel değerlerden biri olarak benimsemekte, inanan bireyler hayatın getirdiği sıkıntı ve dertler karşısında sabırlı olabilmeyi manevî gelişim için bir imkân, Allah'a yakınlaşma vesilesi olarak değerlendirmektedir. Bazı dinler "acı çekme" teması üzerinde daha fazla durarak hayatın bu kaçınılmaz gerçeği karşısında takınılması gereken tavır konusunda görüş belirtmekte ve insanların acı çekmeye bakışını şekillendirmektedir. Zorluk ve sıkıntıları olgunlaşma fırsatları olarak değerlendiren dinî gelenekler, sabrın değerini ve önemini hatırlatarak bireyleri sabırlı davranışa hazırlamaktadırlar.

Dinlerin sabır anlayışlarında benzerliklerin yanında farklılıklar da bulunmaktadır. Uzak doğu dinlerinin çoğunda sabır acı çekmeye karşı temel bir değer olarak desteklenmektedir. Hayat acı çekme

¹⁰⁴ Karaca, *Dini Gelişim Teorileri*, s.259-260.

¹⁰⁵ Kayıklık, *Tasavvuf Psikolojisi*, s.151; Annemarie Schimmel, *İslam'ın Mistik Boyutları*, (Çev. Ergün Kocabıyık), 2. Baskı, Kabcacı Yayınevi, İstanbul 2004, s.140.

¹⁰⁶ Suhreverdi, *Avarif'ul Maarif*, s.611.

¹⁰⁷ Kayıklık, *Tasavvuf Psikolojisi*, s.151.

olsa da bir Budistin sabırsız olmaması gerekmektedir. Hinduizmde sabır erdemli bir yaşamın parçası iken Taoizmde Lao Tzu'nun öğütlerinde yer almaktadır. Yahudiler sabrı bir erdem olarak kavramlaştırmaktadırlar. Ancak Tevrat'ta sabrın öfkeyle başa çıkmak için gerekliliği daha fazla vurgulanmaktadır. Semavî dinlerde sabrın sembolü olan "Eyüp Peygamber" in Kur'an'da şikâyet etmeksizin başına gelenlere sabretmesi örnek gösterilirken Tevrat'ta acılarıyla denenmesi ön plandadır. Hristiyanlıkta da sabır bir erdem kabul edilmekte, Mesih İsa'nın sabrı ona inananlara örnek gösterilmektedir. Hristiyan perspektifinden sabır pasif bir teslimiyet göstermek değil, umutlu ve cefakâr olmak demektir ve bir Hristiyan ancak denenme ve sıkıntı anlarında sabırlı olmayı öğrenmektedir.

Tevrat, İncil ve Kur'an'da sabırla ilgili sabrı ve sabırlı bireyi öven çok sayıda ayet bulunmaktadır. Ayrıca Tevrat'ta ve Yeni Ahit'te sabır Tanrı'nın karakterinin temel bileşeni olarak tasvir edilmektedir. Aynı şekilde İslam'da da Allah çok sabırlıdır ve O'nun güzel isimlerinden biri çok sabırlı anlamında "Sabûr"dur. Fakat İslam dininde bazı dinlerden farklı olarak sabır sadece kişilerarası ilişkilerde yarar sağlayan, öfke ile başa çıkmak için gerekli yahut bireye beklemenin faziletini öğreten bir değer değildir. Gerek İslam dininin temel kaynaklarında gerekse İslam kültürü içinde önemli bir yere sahip olan tasavvufta, sabra çok derin anlamlar yüklenmektedir. İslam dininde sabır, sıkıntı ve zorluklar karşısında pasifçe tahammül etmek değil bilakis hoşlanılan, hayır bilinende şer; hoşlanılmayan, şer bilinen şeyin de arkasında hayır olabileceği, bunun ancak olayların arkasındaki hikmeti yaratan tarafından bilinebileceği inancıyla, pozitif bir yaklaşımla ve umutlu bir şekilde aktif çaba göstermektir. Yani sabır kavramı İslam'da aktif, proaktif bir eylem olarak görülmektedir. Ayrıca İslam'da dünya hayatını anlamlandırmak için sunulan anlam çerçevesi dâhil inanç, ibadet, ahlak alanlarının tümünde sabrın gerekli görüldüğünden bahsetmek mümkündür. Tasavvuf geleneğinde ise sabır, bunlara ilaveten kâmil insan yolculuğundaki duraklardan yani nefis mertebelerinden biridir.

Dinlerde ve İslam kültüründe sabır olgusu hakkındaki öğretilerin farklılıklarına rağmen dinlerin dünyada ve toplumumuzda bireylerin sabır algılarının oluşumuna etki ettiklerinden söz etmek mümkündür. Zira dinler müntesiplerine yaşamlarının amacını keşfetme konusunda yardımcı olarak hayatın zorlukları ve acı veren durumlarla karşılaştıklarında dinî perspektiften yaşadıklarını farklı bakış açısıyla değerlendirmelerine ve yeniden yorumlamalarına imkân sağlamaktadır. Böylece bireyler dayanılmaz zannedilen durumları dayanılabilir ve sabredilebilir olaylar olarak değerlendirebilmektedirler. Acılardan kaçmak yerine, onları dinin sunduğu anlam ve amaç çerçevesinde kendisine sunulan manevî gelişim fırsatları olarak yorumlayan bireyler, manevî kazanım beklentisiyle daha sabırlı olabilmektedirler. Dinî başa çıkma aracı olarak kullandıklarında ise sabır, dindar bireylerin başa çıkma süreçlerine yarar sağladığı gibi, bireysel ve dinî gelişimlerine de önemli oranda destek olmaktadır. Diğer taraftan sabır özelliğini kazanmış bir dindar, dininin kendisine sunduğu insan modeline uygun bir insan olmaya çalışmak suretiyle dindarlığın zirve noktası sayılabilecek manevî olgunlaşmaya da adım adım yaklaşabilmektedir.

Kaynakça

- Abdulgaki Muhammed Fuad, *el-Mu'cemu'l-Mufehres li Elfazi'l Kur'ani'l-Kerim*, Çağrı Yayınları, İstanbul 1990.
- Ayten, Ali, *Tanrı'ya Sığınmak- Dinî Başa Çıkma Üzerine Psiko-Sosyal Bir Araştırma*, İz Yayıncılık, İstanbul 2012.
- Bukkyo Dendo Kyokal (Budist İntişar Cemiyeti), *Buda Talimatı*, (3.baskı), Kosaido Printing Co. Ltd, Tokyo Japon 2001.
- Canan, İbrahim, *Kütüb-ü Sitte Muhtasarı Tercüme ve Şerhi*, Akçağ Yayınları, Ankara 1993.
- Ceylan, Yasin ,”Etik Değerlerin İnsan Yaşamındaki Yeri”, *İslâmiyât*, 2001, S: 3, ss. 155-159.
- Çağrı, Mustafa, “Sabır”, *Türkiye Diyanet Vakfı İslam Ansiklopedisi*, Türkiye Diyanet Vakfı Yayın Matbaacılık ve Ticaret İşletmesi, İstanbul 2008, C: 35.
- Çubukçu, İbrahim Agâh, “İslam’da Ahlak Meselesi”, *Ankara Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi*, C: 20, S: 1, 1972, ss. 13-20.
- Dinî Kavramlar Sözlüğü, “Sabır” maddesi, (5.Baskı), Diyanet İşleri Başkanlığı Yayınları, Ankara 2010.
- Ebû Tâlib Muhammed bin Ali bin Atiyye el-Mekki el-Acemî, *Kütu'l-Kulüb fi Muâmaleti'l- Mahbûb ve Vasfi Tariki'l Mürîd ilâ Makâmı't-Tevhîd*, Daru's-Sadr, C:1, Beyrut 2003.
- Ece Hüseyin, *İslam'ın Temel Kavramları*, (3. Baskı), Beyan Yayınları, İstanbul 2010.
- El- Cezviyye, İbni Kayyım, *Sabredenler Şükredenler*, (12.Baskı), İnsan Yayınları, İstanbul 2010.
- El-İsfahani, Ragıb, *Müfredat Elfazi'l Kur'an- Kur'an Kavramları Sözlüğü*, (3. Baskı), (Çev.: Yusuf Türker), Pınar Yayınları, İstanbul Mayıs 2012.
- Emmons Robert A., *Teşekkür Ederim (Mutluluğun Anahtarı Şükretmek)*, Doğan Kitap, İstanbul 2009.

- Encyclopedia of Religion, "Bodhisattva Path" , Second Edition (Ed. Lindsay Jones), 13. Cilt, Thomson Gale, USA 2005.
- Eraydın, Selçuk, *Tasavvuf ve Tarikatler*, (4. Baskı), Marmara Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Yayınları, İstanbul 1994.
- Frager, Robert, "Tasavvuf Geleneğinde İrşad", (Çev.: Ömer Çolakoğlu), *Manevî Rehberlik ve Ben Ötesi Psikolojisi Üzerine Paylaşımlar*, (ss. 23-39), (Ed. Robert Frager), Kaknüs Yayınları, İstanbul 2009.
- Günay, Nasuh, "Dinlerin Küresel Barışa Katkıları", *Uluslararası Davraz Kongresi*, Isparta, 24-27 Eylül 2009, ss. 3164-3180.
- Goleman, Tara Bennett, *Duyguların Simyası: Kalbinize Giden Yolu Aklınızla Açın*, (Çev.: Ebru Kılıç), Alfa Yayınları, İstanbul Mayıs 2003.
- Hökelekli Hayati, *Psikoloji, Din ve Eğitim Yönüyle İnsanı Değerler*, Dem Yayınevi, İstanbul 2013.
- Hucviri, *Keşfu'l-mahcub- Hakikat Bilgisi*, (Haz. Süleyman Uludağ), Dergah Yayınları, İstanbul 1982.
- Izutsu, Toshihiko, *Kur'an'da Dini ve Ahlaki Kavramlar*, Pınar Yayınları, İstanbul 2010.
- İbn Arabi, *İlahî Aşk*, (Çev. Mahmut Kanık), (2. Baskı) İnsan Yayınları, İstanbul 1992.
- İbn Manzur Ebu'l-Fadl Cemalüddin Muhammed b. Mükerrrem, *Lisanü'l Arab*, Daru'l Maarif, Kahire, tsz.
- İmam Gazali, *İhyau'ulumi'd-din*, (Çev. Ahmet Serdaroğlu), Bedir Yayınevi, İstanbul trs.
- Kandemir M.Yaşar, Çakan İsmail Lütüfi, Küçük Raşit, *Riyazü's Salihin Tercüme ve Şerhi- Peygamberimizden Hayat Ölçüleri*, Erkam Yayınları, İstanbul 2001.
- Kara, Mustafa, *Tasavvuf ve Tarikatler Tarihi*, (3. Baskı), Dergâh Yayınları, İstanbul 1995.
- Karaca, Faruk, *Dini Gelişim Teorileri*, Dem Yayınları, İstanbul 2007.

- Karaca, Faruk, *Din Psikolojisi*, Eser Ofset Matbaacılık, Trabzon 2011.
- Karagöz, İsmail, “Kur’an ve Hadislerin Işığında Sabır ve İnsan”, *Diyanet İlmî Dergi*, 2002, C: 38, S: 1, s. 5-22.
- Karaman, Hayrettin, Çağrıçı, Mustafa, Dönmez, İbrahim Kafi, Gümüş, Sadrettin, *Kur’an Yolu- Türkçe Meal ve Tefsir*, Diyanet İşleri Başkanlığı Yayınları, Ankara 2006.
- Kaşânî Natanzî, İzzettin Mahmud bin Ali, *Tasavvufun Ana Esasları (Misbâh’ul-Hidaye ve Miftâhu’l Kifâye)*, (Çev.: Hakkı Uygur), Kurtuba Yayınları, İstanbul 2010.
- Kaval, Musa, “Yunus Emre ve Mevlâna’nın Eserlerinde İnsan ve Tekamülü”, *Uşak Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 2013, 6/2, s.101-122.
- Kayıklık, Hasan, *Tasavvuf Psikolojisi*, Akçağ Yayınları, Ankara 2009.
- Kaymakcan, Recep, Meydan, Hasan, “Din Kültürü ve Ahlak Bilgisi Programları ve Öğretmenlerine Göre Değerler Eğitimi” *Değerler Eğitimi Dergisi*, Cilt:9, No: 2, Haziran 2011, ss. 27-55.
- Kelabâzî, *Doğuş Devrinde Tasavvuf Ta’arruf*, (Haz. Süleyman Uludağ), Dergâh Yayınları, İstanbul 1979.
- Kierkegaard Soren, , *Purity of Heart* (D. V. Steere, Trans.), Harper and Brothers. (Original work published 1847) New York 1956.
- Kitab-ı Mukaddes- Eski ve Yeni Ahit, “Eyub”, Ohan Matbaacılık, İstanbul 2001.
- Köylü, Mustafa, “Kur’an’ın İnsanlığa Getirdiği Değerler ve Hedefler”, *On Dokuz Mayıs Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi*, 2007, S: 24-25, ss. 65-88.
- Kuşeyri, Abdulkerim, *Kuşeyrî Risalesi*, (Haz. Süleyman Uludağ), Dergâh Yayınları, İstanbul 1978.
- Necati Osman, *Kur’an ve Psikoloji*, Fecr Yayınları, (Çev. Hayati Aydın), 2.Baskı, Ankara, 2004.

- Önal, Recep, “Kur’an’da İmanî ve Ahlakî Bir Tavır Olarak Sabır” *Cumhuriyet Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi*, C: XII, Sayı: 2, 2008, ss. 439-466.
- Özcan, Hüseyin, “Hacı Bektaş Veli’nin Eserlerinde ve Bektaşî Erkannâmelerinde Dervişin Nitelikleri”, *Turkish Studies, International Periodical For The Languages Literature and History of Turkish or Turkic*, Volume 7/1 Winter 2012, ss. 1695-1705.
- Öztürk, Yaşar Nuri, *Kur’an ve Sünnete Göre Tasavvuf*, (6.Baskı), Yeni Boyut, İstanbul 1995.
- Peker, Hüseyin, “Tasavvuf Psikolojisi”, *On Dokuz Mayıs Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi*, 1993, S:7, ss. 35-52.
- Segal, Arthur, Dunne Frank Jr *The Handbook to Jewish Spiritual Renewal: A Path of Transformation for the Modern Jew*, Rabbi Arthur Segal, New York 2009.
- Schimmel, Annemarie, *İslam’ın Mistik Boyutları*, (Çev. Ergün Kocabıyık), 2. Baskı, Kabcacı Yayınevi, İstanbul 2004.
- Schnitker, Sarah and Emmons Robert, “Patience as Virtue: Religious and Psychological Perspectives”, *Research in the Social Scientific Study of Religion*, Volume: 18, Leiden 2007, ss.176-207.
- Schnitker, Sarah Ann, *An Examination of Patience and Well-being*, (Dissertation Doctor of Philosophy in Psychology), California 2010.
- Suhreverdi, *Avarif’ul Maarif- Tasavvufun Esasları*, (Haz. H. Kamil Yılmaz, İrfan Gündüz), Vefa Yayıncılık, İstanbul 1990.
- Turfe, Tallal Alie, *Patience in İslam: Sabr*, (1st used), Tahrike Tarsile Qur’an Inc., Elmhurst, New York 1996.
- Türk Dil Kurumu, *Türkçe Sözlük*, (Yeni Baskı), Türk Tarih Kurumu Basım Evi, Ankara 1988, C: II
- Ünal Ali, *Kur’an’da Temel Kavramlar*, Nil Yayınları, İstanbul 2003.
- Yazır, Elmalı Muhammed Hamdi, *Hak Dini Kur’an Dili*, Eser Kitapevi, İstanbul 1971.

Yeniterzi, Emine, *Mevlana'nın Eserlerinde Sabrın Hikmetleri*, Gözyaşı, 2003, ss. 21-26.

Yılmaz, H.Kamil, *Anahatlarıyla Tasavvuf ve Tarikatler*, Ensar Neşriyat, (12. Baskı), İstanbul 2009.

Aslanoğlu İbrahim, Mevlana'nın Aşk ve İnsan Felsefesi, <http://w3.gazi.edu.tr/~iarslan/mevlanaaskinsan.pdf>, Erişim Tarihi: 07.11.2014.

<http://www.budist.net/budizmde-mezhepler-budist-mezhepleri.html>, Erişim Tarihi: 3 Şubat 2013