

DİN & FELSEFE

ARAŞTIRMALARI

Religion and Philosophical Research

E-ISSN: 2667-6583

Aralık | December 2024

Cilt | Volume: 7 – Sayı: 2 | Number: 2

TAHA BURAK TOPRAK (ED), İSLAM DÜŞÜNÇESİNDE PSİKOLOJİ VE PSİKOTERAPİ SAĞLAM TEMELLER VE YENİ UFUKLAR (İSTANBUL: MUHİT KİTAP, 2021)

Emine Beyza GÜNEŞ

beyza.gunes@stu.ihu.edu.tr

<https://orcid.org/0009-0005-3686-8236>

Makale Türü | Type of Article: Kitabiyat | Book Review

Başyuru Tarihi | Date Received: 27.12.2024

Kabul Tarihi | Date Accepted: 28.12.2024

Atıf | Cite As

Güneş, Emine Beyza. "Taha Burak Toprak (Ed), *İslam Düşüncesinde Psikoloji Ve Psikoterapi Sağlam Temeller Ve Yeni Ufuklar* (İstanbul: Muhit Kitap, 2021)". *Din ve Felsefe Araştırmaları* 7/2 (Aralık 2024): 117-122.

İntihal | Plagiarism

Bu makale, en az iki hakem tarafından incelendi ve intihal içermediği teyit edildi.

This article has been reviewed by at least two referees and scanned via plagiarism software.

Etik Beyanı | Ethical Statement

Bu makalenin yazarı/yazarları, hakemleri ve dergi editör grubu Din ve Felsefe Araştırmaları dergisinin Etik Kurallarına uyduklarını kabul eder.

The author/authors, referees, and journal editorial group acknowledge that they adhere to the Code of Ethics for the journal of Religion and Philosophical Research.

TAHA BURAK TOPRAK (ED), İSLAM DÜŞÜNCESİNDE PSİKOLOJİ VE PSİKOTERAPİ SAĞLAM TEMELLER VE YENİ UFUKLAR (İSTANBUL: MUHİT KİTAP, 2021)

Emine Beyza GÜNEŞ

İslam Düşüncesinde Psikoloji ve Psikoterapi: Sağlam Temeller Yeni Ufuklar başlıklı bu eserin temel çalışma konusu İslami psikolojidir. “İslam bizim kim olduğumuzu, psikoloji nasıl olduğumuzu, psikoterapi ise olmak istediğimiz kişiye nasıl varacağımızı gösterir”. Bu cümleyi dikkate aldığımızda, İslam düşüncesinin psikoloji ve psikoterapiyle harmanlanması, insanı tanımada ve ona yol göstermede oldukça önemlidir. Bu eser, İslam düşüncesindeki psikoloji ve psikoterapi çalışmalarını tarihsel olmaktan çıkararak onların günümüze entegre edilebileceğini ve yeni yaklaşımlara kaynaklık edebileceğini savunmaktadır. Kitapta İslam ve psikoloji başlığı teorik ve kavramsal zeminde ele alınırken İslam ve psikoterapi başlığı pratik zeminde incelenmiş ve çeşitli klinik tedavi yöntemleri sunulmuştur. İslami psikolojinin imkanı, gerekliliği ve nasıllığı üzerinde durularak farklı tartışma konularıyla değerlendirmeler yapılmıştır. Değerlendirmeler sırasında kesin bir yargıya varılmamakla beraber bu çalışmada “tüm yazarlarının üzerinde anlaştığı bir çözüm reçetesi sunulmayıp aksine verilen cevaplar yeniden tartışmaya açılacaktır”(21). Bu ifade, çalışmanın genel üslubunun eleştirel bir şekilde yansıtıldığı ifade edilmektedir.

Bu kitap, 2020 yılında İstanbul’da İslam düşüncesinde psikoloji platformu çerçevesinde gerçekleşen seminerlerin edisyonundan oluşmaktadır. Kitabın editörü Taha Burak Toprak İslam Düşüncesinde Psikoloji Platformu kurucu üyelerindendir. Aynı zamanda kendisinin oluşturduğu İslami psikoterapi modeline bir örnek olan 4T modeli “A Contribution Attempt to Contemporary OCD Theories: Meratib-i İlim of Dimağ” başlığı altında Chicago’da düzenlenen Uluslararası OKB konferansında poster ödülüne aday olmuştur.

Kitap temelde iki ana bölümden oluşmaktadır. İslam ve psikoloji kitabın ilk bölümünde, İslam ve psikoterapi ise ikinci bölümünde incelenir. İlk ve ikinci bölümde beşer farklı alt konu işlenerek toplam on farklı konu çalışılmıştır. Eserin alana katkısını başlıca iki yönden ele alabiliriz. İlk olarak hem teorik-kavramsal hem de pratik yöntemleri bir arada vererek çalışmayı bütüncül gözleme fırsatı sunmuş ve alan literatüründeki benzer çalışmalardaki eksikliği gidermiştir. Diğer yön, yazarlar, İslami bir psikoloji/psikoterapi yöntemini temellendirirken, aynı zamanda bu sürecin bir bilgi üretme aşaması olduğunu bilgi felsefesi perspektifiyle vurgulamış ve yeni bir ilim sahasının inşası için gerekli metodolojik ve epistemolojik temelleri ortaya koymuşlardır.

İlk bölümde “nefs ve psike” kavramlarıyla insan tanımının değişimi üzerinde durulmakta, ilm’ün nefis geleneği ve modern psikolojinin teorik tartışma noktaları gündeme getirilmektedir. Zira, İslam düşüncesinde insanı insan yapan bedeni görünüşü değil deruni bir varlığı olan nefsidir ve nefsi tanımak/tanımlamak başta felsefe ve tasavvuf olmak üzere İslami ilimlerde önemli bir yere sahiptir. Bu düşünce çerçevesinde çalışma teorik ve pratik kısma ayrılarak analiz biçimini güçlendirmiştir. Bununla birlikte her ne kadar içerikte konu hakkında farklı görüşler belirtilse de teori ve yorumlar kendi içinde tutarlıdır. Fakat bazı bölümlerde konu tam açıklığa kavuşmamaktadır. Buna “tasavvuf geleneğinden bir psikoterapi modeli oluşturmanın imkanı ve zorlukları” (237) bölümü örnek verilebilir. Tasavvuf aşkınla irtibat kurma üzerinden bir nefis yükselişi tavsiye eder ve buradaki yöntem gelenekseldir. Geleneksel metot üzere oluşturulan nefis yaklaşımını günümüz psikolojisine olduğu gibi aktardığımızda uyumlanma problemleri meydana gelebilir. Bununla birlikte, kitapta yer alan yazarların ortak noktası, modern psikolojinin eksikliklerini ifade etmek ve İslami düşünce geleneğinden faydalanmanın mümkünlüğü üzerine tezler ve antitezler geliştirmeleridir. Aynı zamanda her bölümde “ortak kavram anlayışının” oluşması için azami gayret gösterilmiş ve kavram karmaşasından kaçınılmıştır.

Eserin ilk yazısında Taha Burak Toprak, “İslam ve Psikolojide Temel Kavramlar Temel Sorular ve Temel Tartışmalar” başlıklı çalışmasında bir bilim dalı olan psikolojinin İslam düşüncesindeki yerini? anlayabilmek için “bilginin” nasıl üretildiği üzerinde durmuştur. İlim, bilim ve bilgi kavramlarını farklı alanlarda kazandığı anlamlar üzerinden bir şema oluşturmuştur. Toprak, tıbbi, felsefi, sufi ve alim geleneği olarak isimlendirdiği ilimler tasnifinde psikolojiyi “felsefi” geleneğin alt başlığında incelemiştir. Burada dikkat edilmesi gereken nokta, bilginin nasıl meydana geldiği ve bir bilim olarak sayılmasında sahip olması gereken niteliklerin neler olduğunu idrak etmektir. Buna paralel olarak Batı’da bilginin nasıl şekillendiği ve doğruluğunun tespitinde kullanılan yöntemlerin neler olduğu dikkate alındığında İslam geleneğindeki ve Batı düşüncesindeki “psikoloji ilmi/bilimi” daha sağlıklı karşılaştırılabilir. Burada “amaç yeni bir paradigma oluşturmak mümkün mü?” sorusunu gündeme getirmek ve ilm’ün nefis geleneği üzerinden “psikoloji” ilmini anlamlandırma gayretinde olmaktır. Toprak İslami geleneklerden beslenen, bilgi kaynağını İslam’dan alan bir psikoloji anlayışını teorik yönden incelemektedir.

İlk bölümün ikinci kısmında, Ömer Türker “İslam Tıp ve Felsefe Geleneklerinde Psikoloji” başlıklı yazısında İslam düşüncesinde psikolojinin temellerini nefis kavramının çok boyutlu yönleri üzerinden incelemektedir. “Nefs kavramı İslam felsefesinde insan ya da hayvan bedenindeki canlılığı ifade etmektedir.” (70). Türker’in belirttiğine göre, hayvanlarda ve bitkilerde nefis bedene yerleştirilmiş bir şeyin formu halindedir. Fakat insandaki nefis bedenden tamamen ayrı manevi bir cevherdir. İnsandaki nefsi “cevher” yapan sahip olduğu aklıdır. Türker, insanın sahip olduğu manevi cevheri onun soyut düşünebilme, hayal kurabilme becerisi üzerinden açıklar. Hâlbuki modern psikolojide materyalist felsefi

zemin, insanın metafiziksel yönünü görmezden gelmektedir. Psikolojideki bu eksik kalan yön ise İslam felsefesindeki ruhun ispatı bölümüyle pekiştirilebilir. Kitaptaki bu bölüm aslında modern psikolojinin temel argümanına gerçekçi bir noktadan getirilen önemli bir eleştiridir.

Eserin birinci bölümünün üçüncü kısmında Ekrem Demirli'nin "İslam Tasavvuf Geleneğinde Psikoloji" isimli çalışması yer alır. Yazar tasavvufun tanımını görecilik (rölativizm) esasının antitezi üzerinden yapar. Tasavvuf ortaya çıktığında uzun bir süre tanımlanamadığı için bir ilim olarak ele alınamamıştır. Zira tasavvufta "Allah'a giden yollar nefisler sayısındadır" anlayışı kurucu ilkedir. Sofist görüşteki "her şey insana göredir" algısı da tasavvufta benzer görecilik problemine sahiptir. Fakat sofist görecilik anlayışı Sokrates, Platon ve Aristo aracılığıyla nesnellik zeminine oturtulmuştur. Felsefedeki metafizik yön tasavvufta ilişkili olduğundan buradaki nesnel tanımlar temellenerek tasavvuf da ilminin göreceliğini aşmış bilimsel yöntemlere erişebilmiştir. Bu sayede tasavvuf psikoloji ve diğer ilimlerle ilişkilendirilmiştir. Psikoloji ve tasavvuf ilişkisine baktığımızda klasik psikoloji insan nedir/kimdir, insan davranışlarının kökeni nedir soruları üzerinde durur. Burada kim olduğumuz ne olduğumuz nasıl davranış sergilediğimiz fiziki cevaplarla açıklanamaz zira bu hususlar metafiziksel noktalara dayanır. Bu bağlamda Demir'in yazısı, tasavvufta psikoloji arasındaki ilişkiyi anlamaya katkı sunmaktadır.

Kitabın önemli bir çalışma konusu da "Psikoloji ve Psikoterapide Din" başlığıyla Zuhul Ağılkaya Şahin tarafından kaleme alınmıştır. Bu kısımda bir inanç sistemi olan din ile bilimsel sistem olan psikoloji ilişkisi incelenir. Ağılkaya-Şahin'e göre, ortak amacı insanın mutluluğu, huzuru olan bu iki alan mutlak anlamda ilişkilidir. Din ve psikolojinin çatıştığı iddiası din ve bilimin çatıştığına yönelik modern söylemden kaynaklanır. Bu söylemin aksine din ve psikoloji; maneviyat, pozitif psikoloji, pastoral psikoloji, manevi danışmanlık gibi alanlar üzerinden oldukça yakın ilişkiler geliştirerek farklı çalışma alanlarıyla birbirlerini beslemektedirler. Bununla birlikte yazarın vurguladığı gibi "Din ve maneviyatla psikoterapilerin bütünleştirilmesine önem ve gereklilik atfetmede dikkat edilmesi gereken noktalar vardı." (127). Bu bağlamda danışman dini düşünce dünyasını empoze etmeden, otoriter bir kimliğe bürünmeden ve dini hedef gütmeyen terapi uygulanmalıdır. Ağılkaya-Şahin'in bu yazıda açıklık getirdiği hususlar pratikte uygulanabilirlik ve faydacılık açısından kıymetlidir.

İkinci bölümün ilk kısmında Taha Burak Toprak "İslam ve Psikoterapi: Bir Model ve Uygulama Örneği" başlığı altında İslam geleneğinden klinik pratikte uygulanabilir modeller oluşturmanın imkanı ve zorluklarını izah etmektedir. Yazar'ın ana düşüncesi şu cümlesinde açığa çıkmaktadır: "Bilgi üreten kişiler hakikat yolculuğunda nasıl bir metodoloji seçtiyse psikoloji anlayışı da bu metodolojiye göre oluşur" (154). Bu ifade aslında eserin ortak dayanağıdır. Toprak'ın çalışmasında öne çıkan husus, İslam düşünce geleneğinden Said Nursi'ye ait vesvese risalesi üzerinden OKB (obsesif kompulsif) incelemesini yapmış

olmasıdır. Vesvese risalesinden dini ve bilişsel temalar çıkartılıp bunun üzerinde 4T modeli ismi verilen yeni bir OKB tedavi modeli örneği sunulmuştur. İslam düşünce geleneğinden yola çıkarak oluşturulan bu model önerisiyle yazar'ın bu çalışması literatüre önemli bir katkı sağlamakla birlikte pratik klinik açısından bir alternatif sunmaktadır.

“İslam Tıp ve Felsefe geleneklerinden bir psikoterapi modeli oluşturmanın imkanı ve zorlukları” başlığıyla Medaim Yanık, İslam düşünce geleneğini kesin bir çözüm yolu olarak değerlendirilmesi gerektiği konusunda bir takım anekdotlar vermekte ve bu düşünceye yönelik eleştiriler dile getirmektedir. Yanık, özellikle İslami kaynaklardan bilgi edinmeyi bir vahiy meselesi olarak algılanmaması gerektiğini vurgular. Zira “mutlak doğru budur” bakış açısıyla yaklaşmanın alternatiflerin değerlendirilmesine ve gelişime engel olacağını ifade eder. Eserde farklı fikirlerin sunulması eleştirel bakışı geliştirmesi ve alandaki eksikleri daha iyi anlayabilmeyi sağlaması açısından oldukça önemlidir.

Fatih Yavuz, “Psikoloji ve Psikoterapiyle İlişkimiz” başlığında, kavramların anlaşılması ve farklı seviyelerdeki kavramların çatıştırılmaması gerekliliğini vurgulayarak psikoloji-psikoterapi terimlerini inceler. Yavuz, Avrupa’da felsefi düşüncenin düalistik bir bakış açısıyla geliştiğini ve psikolojideki ruh-beden ayrımı fikrinin bundan etkilenmiş olabileceğini belirtir. İslam psikolojisi üzerine çalışma yapılırken de en temelde bir insan modeli oluşturmanın önemine değinir. Yazarın getirdiği bir eleştiri de “İslami psikoloji” kavramının kullanımınıdır. Zira bu ifadenin “İslam’ı bir alt boyuta indirdiği ve kültürel boyuta yerleştirdiği otokolonyalist bir ifade” (221) olduğunu belirtir. Kitaptaki bu kısmın en önemli yönü psikoterapi modeli oluşturma aşamasında kuram-yöntem-uygulama basamaklarının nasıl ilerlemesi gerektiğine dair usül bilgisinin verilmiş olmasıdır.

Kitabın son kısmında Hooman Keshavarzi'nin “İslam Düşüncesinin Klinik Pratiğe Uygulanması: Geleneksel İslam’la Bütünleşik Psikoterapiye Giriş” başlıklı çalışmasına yer verilmiştir. Keshavarzi, yazısında maneviyatın terapi sürecindeki etkilerini açıklar ve bunu yapılan deneysel çalışmalarla delillendirir. Ayrıca İslami ilimler bağlamında İslam’la entegre bütüncül ruh sağlığı hizmetleri modelini örnek model olarak ortaya koyar. Bu örnek modelin temel anlayışı insanların karşılaştığı zorluklar ve patolojik rahatsızlıkların yalnızca dünyevi boyutuyla değil ahiret/uhrevi yönüyle de değerlendirilmesi gerektiği üzerine kurgulanmıştır. “Örneğin hamile birinin post-partum depresyonu riski varken kürtaj olmasına yaklaşımımız nasıl olmalıdır?” (298). Bu soruya yazar İslam fıkhı ruh sağlığı uygulama etiği konusundan çözüm sunar. Çünkü ona göre, Müslüman psikologların kendi etik anlayışı olmalıdır. İşte bu nokta kişinin hem ruh sağlığı hem de uhrevi boyutunun etkilendiği hassas bir durumdur. Yazar, İslami psikolojinin bilgi kaynaklarının deneysel, rasyonel ve vahiy bilgisi olması gerektiğini savunmaktadır.

Sonuç olarak bu eser farklı alanlardan (tasavvuf, felsefe, psikoloji) ve farklı bakış açılarından beslenerek İslami psikoloji ve psikoterapi konusunu kapsamlı bir

şekilde işlemişlerdir. Bunun yanında eseri özgün kılan bir diğer husus yeni bir kavram ya da yeni bir alan oluşturulurken bilgi üretiminin nasıl olduğuna dair metodolojik yöntemler içermesidir. Eserde bilgi üretiminin nasıl gerçekleşebileceğine değinilmekte ve okuyucu üretkenlik noktasında cesaretlendirilmektedir. Alan literatüründeki benzer çalışmalarla fikir birliği içinde olması teorilerin desteklenmesi yönünden katkı sağlarken aynı zamanda pratikte eksik kalan klinik modellere vurgu yapması bakımından da oldukça kıymetlidir.