

ALİ AYTEN-SEVDE DÜZGÜNER

**TASAVVUF
PSİKOLOJİSİNE
GİRİŞ**

*Bireysel Arınma
ve Güzel Ahlak*

SUFI
KİTAP

I. BÖLÜM
TASAVVUF VE PSİKOLOJİ İŞİĞINDA
NEFS TERBİYESİ



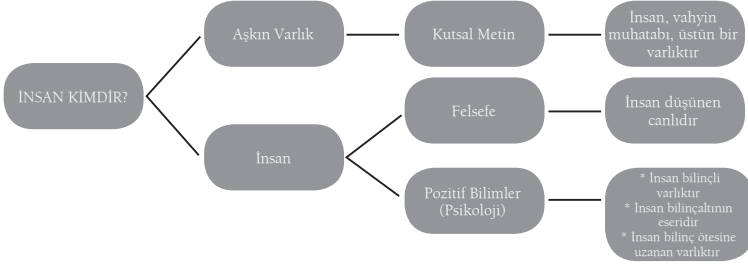
SEVDE DÜZGÜNER



Var olduğu ilk günden beri insan, kim olduğu, nereden gelip nereye gittiği ve hayatının anlamı gibi birtakım varoluşsal sorulara cevap aramıştır. Yaratılış amacı ve evrendeki konumu kadar aşkın güce yönelik sorgulamalar da tarih boyunca insan zihnini meşgul etmiştir. İnsanın kendini anlama çabası önceleri felsefe içinde yer almıştır. Sonraki dönemde ise kendine has araştırma ve ölçme yöntemleri aracılığıyla pozitif bilimler insana dair açıklamalar bulma gayretine girmiştir. Doğrudan insanı inceleyen psikoloji ise ancak 19. yüzyılda bağımsız bir bilim olarak kurulmuştur. Genelden özele felsefe, pozitif bilimler ve psikoloji içerisinde insana yönelik farklı yaklaşımlar zamanla ortaya çıkmıştır. İnsanın algılanış şekli de siyasetten eğitime, aile yapısından sağlık hizmetlerine kadar birçok alanda belirleyici bir faktör olmuştur. Örneğin insanı, çevrenin bir ürünü olarak gören yaklaşımın hâkim olduğu yıllarda eğitim sistemi okul kuralları ve öğretmen otoritesi üzerine kurulu iken insanın bizzatı değerli olduğunu ileri süren yaklaşımın hâkim olduğu yıllarda eğitim sistemi öğrenci merkezli ve bireysel farklılıkları öne çıkaran bir yapıya dönüşmüştür.

İnsanın kendini çözümlene girişimlerinin yanı sıra din de insana kendisini anlatmaktadır. Ancak din, sadece insanın kim olduğunu belirtmekle kalmaz, onun varoluşsal sorularına çözüm önerileri de sunar. Böylece din, insanın hayatını şekillendiren temel bir unsur

olma iddiası taşır. Çünkü din, insan, evren ve aşkın varlık arasındaki ilişkilere dair bir şema sunarak insanın konumunu anlaması, hayatını anlamlandırması ve zorluklarla başa çıkması gibi alanlarda ona yardımcı olur (Güngör, 1998: 172).



İnsan Kimdir Sorusuna Farklı Yaklaşımlar

İnsana hakikat yolunu gösterme iddiasında olan dinî öğretiyi, çoğunlukla kutsal metin aracılığıyla nesilden nesile aktarılmıştır. Metnin günlük hayata yansıtılması ise örnek şahsiyetler olarak peygamberler ve onlardan sonra âlimlerin yorumları aracılığıyla mümkün olmuştur. Bu noktada dinlerdeki farklı algı ve uygulamalara değinmek yerinde olur. İslam dışındaki dinlerde kutsal metnin Tanrı tarafından gönderildiği ve harfiyen korunduğu inancına sık rastlanmaz. Diğer taraftan dinlerin insan yaklaşımı farklılık arz etmektedir. Örneğin Yahudilik, anneden geçen Yahudi ırkına mensubiyetin önemli olduğunu belirtir ve bu Yahudilerin Tanrı tarafından kutsal sayıldığı inancına dayanır. Hıristiyanlıkta ise insanlar baba Tanrı'nın çocukları olarak görülür ve herkesin asli bir günahla bu dünyaya geldiği inancı vardır. Tanrı İsa da kendini tüm insanlığın günahları için feda ettiğinden insanlar ona minnet duymalıdır. Öğretisinde bir yüce varlığa inanmayı şart koşmadığı için çoğu zaman dinden ziyade bir yaşam tarzı olarak anılan Budizm'de ise insan hem iyiye hem de kötüye meyyal olarak bu dünyaya gelir. Yaşamın amacı bireysel arınma ile Nirvana'ya ulaşmaktır. Bu haliyle Budizm, kurumsal bir dinden ziyade mistik bir yaşam tarzı izlenimini uyandırır (Bkz. Hussain, 2015: 246 vd.). İslam inancına göre ise her insan tertemiz bir fitrat ile bu dünyaya gelmekte ve kendi tercih ettiği eylemler neticesinde



aşğıların aşğısına inmekte veya yüceler yücesine çıkmaktadır. Bu haliyle insan, Allah tarafından şerefli bir varlık olarak yaratılmış ve varlıkların pek çoğundan üstün kılınmıştır (İsra, 17/70). Tasavvuf da insanın kötülüklerden arınarak ruhen yükselmesi üzerine kuruludur.



MİSTİSİZM

18



Sevde Düzgüner

Grekçe “sır” anlamına gelen *musterion* kelimesinden türetilmiş olan *mistisizm*, “insanın görünen nesnelerin ardındaki gerçeklik, sonsuzluk ve birliğe ulaşma yönündeki ruhi tecrübesi ve bu tecrübeyi ifade eden doktrin” olarak tanımlanabilir. Bütün bir hakikat probleminde akli ve daha çok sezgiye dayalı melekelerle özel biçimde yaklaşmayı da içerir. Mistisizme göre insanın amacı kendi gerçek varlığını keşfetmek ve onunla bir olmaktır. Böylece insan ilahi özün bilgisine erişecek, hakikate ulaşacak ve ezeli hayat, kurtuluş, aydınlanma gibi çeşitli isimlerle anılan var oluş durumlarına erişecektir (Kutluer, 2005: 188-189).

Mistisizm, nihai gerçeklik veya Tanrı’yı ani bir kavrayışla bilme ve onunla iletişim kurma esasını simgelemektedir. Bu nedenle kişisel tecrübeye dayanan her dinde mistik unsurlar bulunmaktadır. Bununla birlikte, en yalın haliyle mistisizm, görülemez dünyanın yoğun ve canlı bir şekilde kavranmasını ve kişinin onun içine doğru çekilmesini içermektedir. Bu durum, özne-nesne ayrımının ortadan kalkarak bir haline gelmesi şeklindeki özel bir bilinç durumunu da beraberinde getirmektedir. Böylece, nesnesiyle birlikte tanımlanan özne, çok geniş görüşe sahip olmakta ve tanımlanamaz şeylerden haberdar olmaktadır (Selbie, 1924: 245).



Mistiklik hemen her kültürde, dinî ve din dışı inanç sistemlerinde kendini gösteren insani bir boyuttur. Genel olarak bütün mistik yaklaşımlarda ortak olan unsur, nihai hakikatin mahiyetinin şuuruna varmak için kişiyi, derin içsel tecrübelerle dalmaya yönelten *mutlak aşkıdır* (Hökelekli, 2005: 314). Dolayısıyla mistisizmde hedef, ideal varlığa ulaşmak, kendini aşarak onda bir olmak ya da Budizm’de olduğu gibi Nirvana’ya ulaşmak, yani tam olgunluğa erişmektir. Bu yolda, kalbi temizlemek, ruhu yüceltmek, uğrunda mücadele vermek ve sıkıntılara katlanmak gibi olgular, çeşitli mistik anlayışların belli başlı ortak noktalarıdır. Genel anlamda amaç aynı olsa da metotlar, gelenekten geleneğe farklılık göstermektedir (Peker, 2003: 182). Bunun temelinde mistik öğretisi ve mistik tecrübe vardır.

Mistik öğretisi, belli bir geleneğin temel kabullerini, mistik tecrübe ise bunun yaşanma biçimine işaret eder. Mistik tecrübenin öne çıkan özelliği, Tanrı, aşkın varlık veya nihai gerçeklikle, doğrudan temas kurma iddiasıdır. Bu temas, farklı geleneklerde vizyon görme, aydınlanma, bir olma şeklinde ifade edilen bilgi biçimine işaret eder. Hinduizm, Budizm, Taoizm, Konfüçyanizm gibi Doğu dinlerinin, Grek Helenistik mistik dinleri ve felsefelerinin, Yahudilik, Hıristiyanlık ve İslam gibi semavi dinlerin hepsinde mistik öğelere rastlamak mümkündür. Bu geleneklerin tecrübe ve anlayışlarında birlik görülür ancak mistisizmin ifade ediliş biçimleri arasında fark vardır. Mistik tecrübenin benzer yönleri arasında, mutlak hakikat, ilahi varlığın içkinlik ve/veya aşkınlığı, benliğin Tanrı ile bir olması, evrendeki kötülüğün mahiyeti ve manevi yetkinliği gibi konular sayılabilir. Ancak, bu geleneklerin terminolojisi ve öğretisinde farklılıklar vardır. Örneğin bazı mistikler Tanrı kavramını insanın içindeki öz olarak anlarken bazıları evrenin yaratıcısı olan yüce güç olarak anlar. Haliyle mistiğin ulaştığı son nokta, öğretiyeye dayalı olarak değişik şekillerde ifade edilmektedir: Boşluğa dalmak, Nirvana’ya ulaşmak, Brahman’a erişmek, gerçek hakikati kavramak veya Allah’la bir olmak gibi (Kutluer, 2005: 189).

Diğer taraftan mistik geleneklerde, insanlardan izole olma, bedene çile çekirme, yoğun odaklı düşünce gibi aydınlanma pratikleri

benzerlik gösterse de bunların yoğunluğu ve uygulanışı farklı olabilmektedir. Hayatının tamamını bu uygulamalarla geçiren mistikler mevcuttur. Çünkü bedensel ihtiyaçların giderilmesini azaltmak (riyazet) ve dünyevi istek arzulara karşı koymak (mücahede) insanı, içindeki yüce hakikatte yok (fani) olmaya ve onu aklen değil zevken bilmeye götürür ki bunun sonucu ruhsal mutluluktur (Yılmaz, 2009: 17). İslam tasavvufunun oğreti ve uygulamalarının kendine has yapısı burada ne çıkmaktadır.



Arapça bir kelime olan *tasavvuf* kelimesinin etimolojik kökü konusunda farklı görüşler vardır. Bunlardan bazıları şunlardır: ön safta duranlar (el-saffu'ul-evvel) anlamına gelen *saff* kelimesi; temizlik, saflık anlamına gelen *safâ* kelimesi; peygamberimizin mes-cidinde ilimle meşgul olan sahabeler topluluğunu (ashab'us-suffe) çağrıştıran *suffe* kelimesi ve Yunanca hikmet, bilgi anlamına gelen *sophos/sophia* kelimeleri. Bununla birlikte tasavvuf kavramının kökü hakkında en çok kabul gören görüş, bu terimin yün anlamındaki *sûf* kelimesinden türetildiği şeklindeki görüştür (Küçük, 2011: 19). Tasavvuf erbabının yün giyenler olarak anılmasını Sühreverdî (ö. 1234), Enes b. Malik'ten^(ra) gelen bir rivayete dayandırmaktadır. Bu rivayet, Rasulullah'ın^(sav) kölelerin davetlerine gittiğini, çağrılarına cevap verdiğini, eşeğe bindiğini ve yün elbiseler giydiğini ifade etmektedir. Sühreverdî (1989: 72), yumuşaklığı, kolay temin edilmesi ve peygamberlere mahsus bir giyecek olması dolayısı ile bir grubun yün ve yünlü elbise giymelerini dikkate almış, onlara “yün elbise giyen” anlamında *sufi* dendiğini dile getirmiştir.

Terim olarak ise tasavvufun pek çok tanımı yapılmıştır. Örneğin Cüneyd-i Bağdâdî (ö. 909) “yaratılanlarla alakayı kesip Allah ile olmaktır” derken Ruveyym b. Ahmed (ö. 941) “nefsi Allah'ın iradesine teslim etmektir” tanımını yapmıştır. Semnun (ö. 932) tasavvufu “hiçbir şeyin sana, senin de hiçbir şeye malik olmamandır” şek-



linde açıklarken, Ebû Muhammed Cerîrî (ö. 933) “her güzel huyu benimsemek, her kötü huydan kaçmak” olarak ifade etmiştir. Ali b. Abdurrahim Kannad ise: “Tasavvuf, manevi makamları genişletmek ve devamlı onlara bağlı kalmaktır” şeklinde bir tanım yapmıştır (Serrâc, 1996: 24-25).

Tasavvuf en temelde hakikate ulaşma yoludur. Bu yolda olan kişiye de *sufî* denir. Sufinin özelliklerini kısaca belirten Zünnûn el-Mısrî'ye (ö. 859) göre “sufî, arzu ve istekleri (olmadığı için) kendini yormayan, kendisinden alınan şey, kendisini rahatsız etmeyen kimsedir” (Sühreverdî, 1989: 68). Serrâc'ın (ö. 988) (1996: 21) tasavvuf yolunda ilerlemekte olan sufi hakkında söylediği şu sözler kelimenin hem sözlük hem de terim anlamlarını birleştirerek açıklamaktadır:

22



Sevde Düzgüner

“Sufiler sadece bir ilimde teferrüd etmiş, sadece bir makam ve hale bürünmüş kimseler değildir. Aksine onlar bütün manevi ilimlerin kaynağı, hallerin barınağı, eskilerin ahlakının mazharıdır. Onlar maiyyet-i ilahiye sayesinde bir halden bir hale intikal etmede ve daima daha iyi ve güzele koşmadadırlar. Halleri böyle değişken olan ve devamlı ilerleyen kimselerin bu hallerden sadece birini adıyla anılması uygun olmaz. Ben onları sadece bir hal ve makam ile kayıtlamamak için bu hallerden biriyle isimlendirmekten kaçındım. Şayet onları içinde buldukları en etkili hal, makam, ilim ve ahlaka zıfâfe ederek isimlendirecek olsaydım, her zaman ayrı bir isimle adlandırmam gerekecekti. Bu olmayacağına göre onları giydikleri şeye zıfâfe ederek onları ‘sufiyye’ adıyla adlandırdım. Çünkü sūf (yün) giymek nebilerin âdeti, peygamberlerin ve asfiyânın şiarıdır.”

Yukarıda değinildiği üzere mistisizm, her toplumda görülebilen bir evrensel bütünlüğe ulaşma yoludur. Bu açıdan Yahudilikteki Kabala öğretisi, Hıristiyanlıktaki ruhbanlık kurumu veya Budizm'deki Nirvana'ya ulaşma çabaları bir çeşit mistisizm olarak değerlendirilmiştir. Mistisizmi belli bir dinî gelenekten bağımsız, evrensel insani bir olgu olarak ele alan bazı düşünürler tasavvufu da İslam mistisizmi olarak görmüşlerdir (Peker, 2003; Hökelekli, 2005; Karaca, 2011; Küçük, 2011). Diğer taraftan dinamik yapısı,

sistematik eğitimi ve sosyal hayattan kopuşu şart görmeyen haline değinen diğer düşünürler tasavvufun mistisizmden farklı olduğunu ileri sürmüşlerdir. Örneğin Guénon (1989: 30 vd.) öncelikle sufizm terimine karşı çıkmış ve Batılı zihinlerde –izm ifadesinin belli bir ideolojiye ait düşünceler için kullanıldığına dikkat çekmiştir. Tasavvufun bir düşünce ekolü olmadığını ileri süren Guénon ayrıca Hıristiyan mistisizmin pasif yapısı ile İslam tasavvufun aktif yapısı arasında fark olduğunu da ileri sürmüştür. Benzer şekilde Köse'ye (2008: 197) göre de tasavvuf ile Hıristiyan mistisizmi arasındaki en büyük fark, tasavvufun insan hayatının her alanına yön veren ve ahlak sistemini içeren İslam dinine dayanmasıdır. Yılmaz (2009: 18-19) ise, tasavvuf ile mistisizm farkını yedi maddede özetlemiştir.

- “1. Tasavvuf, insana ruhi bir yükselme sağladığı halde, mistisizmde gelip geçici hazlar vardır.
2. Mistisizmde ızdırıp önem taşıdığı halde tasavvufta ızdırabın özel bir yeri yoktur.
3. Tasavvufta terbiye metodları ferdlerin karakter yapılarına göre farklılık arz ettiği halde, mistisizmde bu farklılık ve zenginlik yoktur.
4. Tasavvufta manevi yükseliş için ferdi gayret esas olduğu halde mistisizmde değildir.
5. Mistik sadece vecd ehli olduğu halde, sufi hem vecd ehli hem de ilim talibidir.
6. Tasavvufta zikir ve şeyh ile birlikte bulunmak (sohbet) esastır. Mistisizmde böyle bir esas yoktur.
7. Mistisizm ruhun cesede hakimiyeti sağlama ameliyesidir. Tasavvuf ise ruhun artırılıp Hakk'a vuslata erdirilmesidir.”





TASAVVUF PSİKOLOJİSİNDE İNSAN

TASAVVUFUN İNSANA YAKLAŞIMI

Tasavvuf, bir manevi ve ahlaki temizlenme yoludur. Bu yolda insan kendi benliğinden hareket ederek Allah'a doğru gitmeye çalışır (Topçu, 2005; 134). Tasavvufa göre, insan yaratılmışların en şerefliisidir (eşref-i mahlûkat) (İsra Suresi, 17: 70) çünkü Allah ona ruhundan üflemiş ve ona tüm isimleri öğretmiştir (Bakara Suresi, 2: 31). Dolayısıyla o, tüm âlemin bilgisine sahiptir ve bilincini geliştirmeye çalışarak yaşamın temel amacı olan bütünlüşmeye ulaşabilir (Karaca, 2011; 200). Bu noktada âlem-insan ayrımı ortadan kalktığı için mutasavvıflar insana âlemin prototipi anlamında küçük âlem (âlem-i suğra) ifadesini kullanmışlardır (Attar, 1985).



Hoşça bak zatına kim zübde-i alemsin sen
Merdüm-i dide-i ekvan olan ademsin sen

Şeyh Galib



İnsanı ele alan tasavvuf, onun dünyaya gelmeden öncesini ve dünyayı terk ettikten sonrasını da kapsayan geniş bir bakış açısına sahiptir. Allah insanların bedenlerinden önce ruhlarını yaratmış ve onlara hitaben, “Ben sizin Rabbiniz değil miyim?” diye sormuştur (Araf Suresi, 7: 172). *Elest bezmi* olarak adlandırılan bu olay, Allah





ile doğrudan muhatap olma şeklindeki tecrübenin insanın ruhuna nakşedilmiş halidir. Ancak insan ruhu bu dünyaya gönderilip bir bedene girdiği zaman bu tecrübeyi doğrudan hatırlayamaz. Aslında tasavvuf, Allah'tan gelen insanın O'na bu dünyada kavuşmaya çalışması yoludur. Bu yolculuğu Mevlânâ Celâleddîn Rûmî (ö. 1273) meşhur eseri *Mesnevî*'nin ilk on sekiz beytinde *ney* metaforuyla anlatır. Ney, ana yurdu olan sazlıktan koparılıp ney haline getirilmiştir. Bu nedenle o, ayrılık ateşi ile yanmaktadır. Ney gibi insan da bu dünyadayken ana vatanından ayrıdır. Tasavvufun öngördüğü manevi uygulamalarla oraya tekrar kavuşma tecrübesini yaşayabilir. Dolayısıyla tasavvuf bir *kal* (söz ve teori) ilmi değil *hal* (tecrübe ve davranış) ilmidir.

Mutasavvıflar, Peygamber Efendimizden^(sav) günümüze kadar gelen süreçte pek çok tasavvufi eser ve uygulama ortaya koymuşlardır. Bu çalışma ve yöntemler, tasavvuf yoluna giren bir kişinin ilk anından son anına kadar yaşadığı halleri, eriştiği makamları, yolun güzelliklerini nasıl karşılamak ve zorluklarını nasıl aşmak gerektiğini en ince detayına kadar anlatan sistemli bir yapı oluşturmaktadır. Bu yapı en temelde tasavvufun insana yönelik şu yaklaşımlarına dayanmaktadır:

- a. İnsan en şerefli ve yüce varlıktır.
- b. İnsan ruhu Allah'ın muhatabı olma tecrübesine ve bilgisine sahiptir.
- c. İnsan tertemiz bir iç doğa (fitrat) ile dünyaya gelir.
- d. İnsanın hata ve gaffleti, birlik ve bütünlük bilincine (vahdete) ulaşmasına engel olur.
- e. Tasavvuf, insanın içinde var olan o vahdete giden yoldur.

Bu durumda en genel haliyle tasavvuf, belirli yöntemlerle insanın idrak kapasitesinin artırılması ve onu hakikate ulaştıran bir yaşayış biçiminin sunulması şeklinde tanımlanabilir. Nitekim hakikat arayışı insanın yaratılışında var olan temayüldür (Kayıklık, 2011a: 45). Kişisel benlikten evrensel benliğe uzanan bir tekâmül temeline dayanan tasavvuf, insanın bilinçli alanının ötesine işaret eder. Tasavvuf, her

insanın içinde bulunduğu olağan bilinçlilik ve uyanıklık halini aşma yetisinin olduğunu iddia eder. Bilinç ötesine uzanma vurgusuyla tasavvuf, bütüncül bir insan modelinden bahsetmektedir. En temelde insanı anlamayı kendine konu edinen psikoloji de başlarda sadece insanın bilinçli tarafına odaklansa da zamanla insanın kendini aşma ve bilinç dışı etmenlerin etkisinde olma konularına da değinmiştir. Psikolojinin insanla ilgili tespitlerinin bir kısmı tasavvufun insan modeli ile benzerlik gösterirken bir kısmı da oldukça farklılık arz etmektedir. Bunları tespit etmek için öncelikle psikolojinin insana bakışını ele alan ve psikoloji tarihinde mistik unsurlara işaret eden görüşlere değinmek yerinde olacaktır.



PSİKOLOJİNİN İNSANA YAKLAŞIMI

30



Sevde Düzgüner

Psikoloji kavramı, Yunanca ruh (psukhé=ΨΥΧΗ) ile bilgi (logos=ΛΟΓΟΣ) kelimelerinin birleşiminden oluşan ruh bilgisi anlamına gelmektedir. İlk dönem Türkçe eserlerde psikoloji kavramı yerine ruhbilim kavramı tercih edilse de pek çok psikoloji kitabı, ruhun inceleme alanı dışında olduğunu belirtmiş ve insanın davranışına odaklanmıştır (Bkz. Baymur, 1994; Cüceloğlu, 2004; Özakpınar, 2000). Bu nedenle psikoloji bir dönem davranış bilimi olarak kullanılmıştır. Bugün ise en genel haliyle psikoloji, insanın duygu, düşünce ve davranışlarını bilimsel yöntemlerle inceleyen bilim dalı olarak tanımlanmaktadır (Baymur, 1994: 1-2). Aslında insanla ilgili görüşler ve davranışlarına açıklama getirme girişimleri insanlık tarihi kadar eskidir. Ancak insanın pozitif bilimlerin araştırma yöntemleriyle ele alınarak incelenmesi psikolojiyi ayrı bir bilim dalı haline getirmiştir. 1879 yılında Wilhelm Wundt tarafından Almanya Leipzig’de bir psikoloji laboratuvarının kurulması, psikolojinin de felsefeden ayrılarak bağımsız bir bilim dalı haline gelmesinin başlangıcı kabul edilmiştir. Ölçülebilir bir araştırma konusuna sahip olması psikolojiyi ayrı bir bilim yaparken insana yönelik farklı yaklaşımlar da kısa sürede ortaya çıkmış ve bunlar ekolleri doğurmuştur. Davranışçılık, psikanaliz ve hümanist psikoloji en etkin üç ekol olarak kabul edilmektedir (Schultz ve Schultz, 2002).

Davranışçı ekole göre insan, çevreden gelen uyarıcılara tepki veren bir mekanizmadır. U-T (uyarıcı-tepki) psikologları olarak da anılan bu gruba göre psikoloji insanın gözle görülebilir davranışlarını incelemelidir. Onlara göre insanın tüm davranışları çevresinden aldığı ödül ve cezalar neticesinde oluşur. Örneğin bir öğrenci öğretmeninden aferin aldığı zaman ödev yapmaya daha çok motive olacaktır. Bu, davranışın ödül yoluyla pekiştirilmesine örnektir. Dışlerini fırcalamadığı zaman oğluna kızan bir baba ise ona ceza vermiş olur. Böylece insan çevresinden gelen uyarıcılara verdiği tepkilerle kendi yaşam boyu davranış örüntüsünü oluşturur. Dolayısıyla davranışçı ekole göre insan tamamen çevrenin ürünüdür.

Psikanalitik ekole göre ise insanın davranışları sadece bilinçli değil, bilinçaltı dürtülerin de etkisi altındadır. Günlük olağan bilincin altında ve insanın bilinçliyen farkına varamadığı bir alandan bahseden psikanalistlere göre insanın davranışlarında bu alan çok daha belirleyicidir. Özellikle bebeklik döneminde yaşanan travmatik olaylar bilinçaltına itilir ve hayatı boyunca bireyin kişilik yapısı, davranışları, korkuları ve tutumları üzerinde etkin olmaya devam eder. Bilinçaltı da cinsellik ve saldırganlık dürtülerinden oluşur. Dolayısıyla insanın tüm eylemlerinin ardında bu iki dürtü vardır. Bilinçaltı kavramı psikoloji alanında büyük yankı ile karşılık bulmuştur.

Hümanist psikoloji ekolü ise diğer iki ekole karşı çıkmıştır. Onlar insanın ne davranışçıların iddia ettiği gibi uyarıcıya tepki veren bir robot ne de psikanalistlerin iddia ettiği gibi bebeklik dönemi bilinçaltı travmalarının esiri olmadığını ileri sürerek insanın özgür irade sahibi ve değerli bir varlık olduğunun altını çizmişlerdir. Bu ekole göre insanın en önemli özelliği kendini geliştirebilen bir varlık olmasıdır. Burada belirtmek gerekir ki Maslow'un insan görüşünü diğer psikologlardan ayıran bir yönü de İslam ve tasavvufdaki fitrat kavramına yakın bir içsel doğayı kabul etmesidir. Nitekim psikanalitik geleneğe göre insan, bastırılmış travmatik tecrübelerin esiri; davranışçı geleneğe göre ise insan tamamen çevresel şartlanmaların ürünüdür. Bu iki yaklaşımın aksine Maslow, insanın doğuştan iyiye



yönelen olumlu bir doğasının olduğunu ileri sürmüştür. Maslow'un (2001a: 8-9) insana dair çıkış noktaları şu şekildedir:

1. Her bireyin biyolojik temele dayanan, değişmez bir içsel doğası vardır.
2. Her birey, bir bölümü kendine özgü, bir bölümü de tüm insanlıkla ortak bir içsel doğaya sahiptir.
3. İçsel doğanın bilimsel açıdan incelenmesi ve keşfedilmesi mümkündür.
4. Bu içsel doğa, temelde kötü olmaktan ziyade nötrdür.
5. Bu nötr yapının iyiye doğru gitmesi için çalışılmalıdır.
6. Bu temel yapı, reddedildiği veya baskı altına alındığı zaman insan sağlığı zarar görür.
7. İnsanın içsel doğası, hayvan içgüdülerinin aksine güçlü ve yanılmaz değildir. Aksine alışkanlıklara, kültürel baskıya ve olumsuz tavırlara kolaylıkla boyun eğer.
8. Zayıf olmasına rağmen bu doğa, çok zor şartlar altında bile nadiren kaybolur.
9. İçsel doğayı açığa çıkaran ve onu besleyen deneyimler önemlidir. Bu deneyimler, özsaygı ve özgüvenle yakından alakalıdır.



Bu yaklaşım insanın bu dünyaya tertemiz gönderildiği yönündeki fitrat kavramı ile paralellik göstermektedir. Allahu Teâlâ Rum Suresi 30. ayette fitrattan şu şekilde bahsetmektedir: “Hakka yönelen bir kimse olarak yüzünü dine çevir. Allah’ın insanları üzerinde yarattığı fitrata sınıksız tutun. Allah’ın yaratmasında hiçbir değiştirme yoktur. İşte bu dosdoğru dindir. Fakat insanların çoğu bilmezler.” İslam’a göre fitrat, tüm insanlarda var olan tertemiz içsel doğaya işaret eder. Bu doğa cinsiyete, kültüre, zamana göre değişmez. Çünkü o, insan olmanın özüdür (Bkz. Sert, 2004).

PSİKOLOJİDE MİSTİK UNSURLAR

Önceki bölümde değinildiği üzere psikoloji alanında insan farklı şekillerde ele alınmıştır. Psikoloji tarihinde iz bırakmış psikologların bazı görüşleri mistik unsurlara değinmekte, bazıları ise bunları tamamen yok saymakta veya hastalıklı olarak değerlendirmektedir. Mistisizme değinen psikologların bu duygulara yaklaşımı, insanın tecrübe ettiğini belirttiği farklı bilinç durumları, çeşitli duygu yoğunlukları ve kişinin kendini aşması şeklindedir. Dolayısıyla psikoloji açısından mistisizm, bireyin zihin dünyasındaki duyguların aşkın kombinasyonu, akıl ve isteklerine etkisi ölçüsünde ele alınabilir bir konudur. Yani mistik tecrübenin insan üzerindeki etkilerini ele alır. Diğer taraftan psikoloji, mistik tecrübelerde ortaya konan manevi hayatın doğası, varlığı, gerçekliği ve doğruluğu konusuna değinmez (Selbie, 1924: 263) Çünkü Tanrı'nın ve aşkın bir dünyanın gerçekliği ve bu dünya ile kurulan irtibat gibi konular, psikolojik verilerle bilimsel olarak ölçülemez ve ispatlanamaz.

Mistik unsurlara psikolojik yaklaşım, henüz sınırları çizilmiş ve metodolojisi belirlenmiş bir alan olmasa da bu konulara işaret eden psikologlar vardır. Psikolojinin kurucusu kabul edilen Wundt, psikolojinin konusunu bilincin yapı bakımından incelenmesi olduğunu ileri sürmüştü. Bu görüşe karşı çıkan ve din psikolojisinin temellerini de atmış olan psikolog William James'tir. O, zihinsel süreçlerin donuk bir yapı olmadığını, aksine dinamik bir işleyiş





içinde olduğunu savunmuştur. 1890'da yayımlanan *Psikolojinin İlkeleri* (*The Principles of Psychology*) isimli eserinde o, bilinci akıp giden bir ırmağa benzeterek “bilinç akışı” ifadesini kullanmıştır (Roediger 1996: 7). James'in bilincin hareket halinde oluşu ve aşkın olanı idrak edip onunla ilişki kurma yetisine sahip oluşu şeklindeki görüşleri, mistik öğretiyle yakınlık arz etmektedir. Nitekim o *Dini Tecrübenin Çeşitleri* (*Varieties of Religious Experience*) isimli eserinde mistisizm başlığı altında bir bölüm kaleme almıştır. Mistik tecrübenin tanımının, ancak işlevi doğrultusunda yapılabileceğini savunan James (1962: 366-368), bu tecrübenin dört temel özelliği olduğunu iddia etmiştir: Anlatılmazlık, anlamsal içerik, geçicilik ve pasiflik.

James'in kitabının isminde yer alan “dinî tecrübe” ifadesi zihin karıştırıcı olabilir. Bu noktada James'in öğretisinde mistik tecrübe ile dinî tecrübenin aynı anlama geldiği zihinde tutulmalıdır. Çünkü ona göre bütün dinlerin kaynağı, kişisel mistik tecrübedir. James'in din tanımı da onun yaklaşımını ortaya koymaktadır. Ona göre din, “bireylerin ilahi olduğunu düşündükleri herhangi bir şey ile kendilerini ilişki içinde görmeleri bakımından tek başlarına yaşadıkları duygular, eylemler ve tecrübeler” bütünüdür (James, 1962: 50). James'in içsel deruni tecrübeye yaptığı vurgu, dinin kurumsal ve sistemli yönünü ikinci plana itecek kadar güçlüdür. Hatta o, suni oldukları gerekçesiyle kiliseye giderek dua ve ibadet etmediğini ve İncil'in Tanrı'nın sözü olduğuna inanmadığını açıkça belirtmiştir (James, 1920: 214. Akt. Erdem, 2012: 110). Ona göre dinî tecrübe, ilahi olanın doğrudan sezilmesidir ki bireyin bu bilince büyük değer atfedilmesi ve bu tecrübenin evrensel olduğu fikrini de içerir (Tüzer, 2006: 42).

James'in bireysel mistik tecrübeye dayanan din görüşü iki unsurdan oluşmaktadır. İlki, özneliğin yeterince derin ve evrensel olduğu yer ve zamanda ortaya çıkan ahlaki arzudur. Ahlaki arzu ise, dünyada iyiliğin hâkim olabilmesi için iyilik yolunda yürüyen kişiler için geçerlidir. Diğer unsur ise güvenlik ve emniyet anlayışdır (Erdem, 2012: 99). James'in, bilincin dinamik oluşu, en yüce iyiliği tecrübe etme, onunla yoğun duygusal ilişki kurma ve bunun

neticesinde emniyet hissetme şeklindeki görüşleri, mistik tecrübeyle olduğu kadar tasavvufu da örtüşmektedir. Ancak James'in belli bir dinî geleneğe bağlanmaya ihtiyaç olmadığı, dua ibadet ve kutsal kitap gibi unsurların önemsiz olduğu yönündeki düşüncesi tasavvuf ile bağdaşmaz. Çünkü tasavvuf İslam dairesi içinde yer alan öznel bir yaşamdır ve onun şer'i yönünü oluşturan yöntem, ibadet ve uygulamalarına dayanır.

Psikolojinin insanın bilincini aşan boyutlara sahip olduğunu keşfetmesinde şüphesiz Freud etkili olmuştur. *Bilinçaltı* (subconscious) kavramını geliştiren Freud, insanın bilinçli olarak farkında olmadığı, çeşitli kompleks ve bastırılmış duygularla dolu ve bilinç alanından çok daha büyük ve etkin bir alana yani bilinçaltına sahip olduğunu ileri sürmüştür. Ona göre bilinçaltı, bebeklik döneminde yaşanan engellenme ve çatışmaların depolandığı yerdir. Freud'un buz dağı metaforu oldukça yaygındır. Ona göre buzdağının görünen küçük parçası bilinç alanıdır. Buzdağının suyun altında kalan ve görünmeyen büyük bölümü ise bilinçaltıdır. Kişi, bilinçaltının etkilerini bilinciyle fark edemeyeceği için Freud, bilincin devreden çıktığı durumlarda bilinçaltına ulaşılabileceğini savunmuştur. Bu esasa dayanan *serbest çağrışım* yöntemini geliştiren Freud, hastalarının zihinlerini serbest bırakmalarını sağlayarak onların bilinçaltındaki problemleri çözme üzerine bir terapi çeşidi kurmuştur. Psikanaliz, bu terapi çeşidinin adıdır.

Freud'a göre insanın kişiliği altı yaş civarına kadar oluşur ve sonraki yıllardaki tüm davranışların temelinde bu bebeklik dönemi travmaları vardır. Bu nedenle psikolojik bir problemin çözülmesi için bireyin bilinçaltına ve dolayısıyla çocukluğuna inmek gerekir. Bu görüş dünyada, özellikle de Türkiye'de oldukça kabul görmüştür. Bugün pek çok dizi ve filmde bir psikoloğa giden karaktere psikolog hemen "o zaman senin çocukluğuna inmeliyiz" cümlesini kurar. Bu yöntem, psikoterapi çeşitlerinden sadece biri olsa da neredeyse psikoterapi ile eş anlamlı kullanılmaktadır. Bu örnek de psikanalizin psikologlar arasında olduğu kadar sosyal hayatta da yaygın olarak bilindiğini göstermektedir. Freud ayrıca *rüya analizi*





yöntemini de kullanmıştır. Çünkü uyku sırasında bilinç devreden çıkar ve bilinçaltından gelen mesajlara ulaşılabilir. Bu nedenle o rüyalara önem vermiş ve rüyalarda görülen nesnelere bilinçaltına itilmiş problemlerle ilgili imgeler taşıdığı iddia etmiştir (Freud, 2004, 2011).

İnsanın bilincinin altında bir alan olduğu ve bilinci aşan algılamalara sahip olduğu fikrini psikoloji çevrelerine kazandırması açısından bilinçaltı kavramı önem taşımaktadır. Ancak bu teorinin mistisizm ve tasavvufun işaret ettiği bilinç ötesi idrak ile örtüştüğünü söylemek doğru olmaz. Nitekim Freud, bilinçaltı kavramıyla suçluluk, pişmanlık gibi bastırılmış olumsuz duyguların yer aldığı tamamen karanlık bir alana işaret eder. İnsanın her türlü davranışının ise en temelde cinsellik ve saldırganlık dürtülerine dayandığını söyler. Dolayısıyla Freud'un insanın bilincini aşan bir boyutunun da olduğunu ileri sürmesi dikkatleri bu alana çekmesi açısından önem taşımaktadır. Nitekim Freud'dan sonra gelen psikologlar bu kavramı revize etmiş ve yeni bakış açıları geliştirerek mistik ve tasavvufi tecrübeyi psikolojik açıdan ele alma girişimlerinde bulunmuşlardır. Her ne kadar mistik konulara kapı aralamış olsa da Freud'un, insanın kendini geliştirme ve özgür iradesi ile hareket etmesinin mümkün olmadığı, onun tamamen bilinçaltı güçlerin tesiriyle hareket ettiği şeklindeki görüşü mistisizm ve tasavvufun insana yaklaşımına tamamen ters düşer. Benzer şekilde Freud'un gözünde mistisizm ve tasavvufta da rüyalar bilinçli halin ötesinden imgeler taşımaktadır. Ancak Freud bu imgelerin bilinçaltındaki salt olumsuz durumları yansıttığını söylerken mistisizm ve tasavvuf rüyaları alt bilince ait problemler kadar üst bilinç seviyelerine çıkan yoldaki olgunlaşma evrelerine dair ipuçları taşıdığını da kabul eder.

Freud'un veliyaht prensi olarak gördüğü Jung, başta onun görüşlerini benimsese de bir süre sonra Freud ile görüş ayrılığına düşmüştür. Böylece onun görüşlerini kimi zaman kabul etmiş, kimi zaman reddetmiş, kimi zaman da revize etmiştir. Jung, kendi tecrübeleri ve hastalarının tecrübelerinin yanı sıra sağlıklı bireyleri de gözlemleyerek kendi teorisini kurmuştur. Onun görüşlerinde öne çıkan nokta