

**T.C.  
SAKARYA ÜNİVERSİTESİ  
SOSYAL BİLİMLER ENSTİTÜSÜ**

**TASAVVUFÎ EĞİTİMDE KİŞİLİK GELİŞİMİ İLE GÜNÜMÜZ  
KİŞİSEL GELİŞİMİNİN KARŞILAŞTIRILMASI**

**YÜKSEK LİSANS TEZİ**

**Müberra ÇAKMAK**

**Enstitü Anabilim Dalı : Temel İslam Bilimleri  
Enstitü Bilim Dalı : Tasavvuf**

**Tez Danışmanı: Doç. Dr. Sezai KÜÇÜK**

**HAZİRAN – 2019**

T.C.  
SAKARYA ÜNİVERSİTESİ  
SOSYAL BİLİMLER ENSTİTÜSÜ

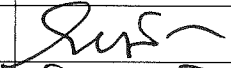
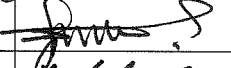

**TASAVVUFÎ EĞİTİMDE KİŞİLİK GELİŞİMİ İLE GÜNÜMÜZ KİŞİSEL  
GELİŞİMİNİN KARŞILAŞTIRILMASI**

**YÜKSEK LİSANS TEZİ**

**Müberra ÇAKMAK**

Enstitü Anabilim Dalı : Temel İslam Bilimleri  
Enstitü Bilim Dalı : Tasavvuf

“Bu tez 14/06/2019 tarihinde aşağıdaki jüri tarafından Oybirliği / Oyçokluğu ile kabul edilmiştir.”

JÜRİ ÜYESİ	KANAATI	İMZA
Dos. Dr. Sezai KÜÇÜK	Basarılı	
Dr. Öğretim Üyesi Selim ARSLAN	Basarılı	
Dr. Öğretim Üyesi Müberra ÇAKMAKTAŞ	Basarılı	



SAKARYA  
ÜNİVERSİTESİ

T.C.  
SAKARYA ÜNİVERSİTESİ  
SOSYAL BİLİMLER ENSTİTÜSÜ  
TEZ SAVUNULABİLİRLİK VE ORJİNALLİK BEYAN FORMU

Sayfa : 1/1

Öğrencinin

Adı Soyadı	:	Müberra ÇAKMAK
Öğrenci Numarası	:	Y166008005
Enstitü Anabilim Dalı	:	Temel İslam Bilimleri
Enstitü Bilim Dalı	:	Tasavvuf
Programı	:	<input checked="" type="checkbox"/> YÜKSEK LİSANS <input type="checkbox"/> DOKTORA
Tezin Başlığı	:	TASAVVUFİ EĞİTİMDE KİŞİLİK GELİŞİMİ İLE GÜNÜMÜZ KİŞİSEL GELİŞİMİNİN KARŞILAŞTIRILMASI
Benzerlik Oranı	:	%7

SOSYAL BİLİMLER ENSTİTÜSÜ MÜDÜRLÜĞÜNE,

Sakarya Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Enstitüsü Lisansüstü Tez Çalışması Benzerlik Raporu Uygulama Esaslarını inceledim. Enstitünüz tarafından Uygulama Esasları çerçevesinde alınan Benzerlik Raporuna göre yukarıda bilgileri verilen tez çalışmasının benzerlik oranının herhangi bir intihal içermediğini; aksinin tespit edileceği muhtemel durumda doğabilecek her türlü hukuki sorumluluğu kabul ettiğimi beyan ederim.

08/10/2019  
Öğrenci İmza

Sakarya Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Lisansüstü Tez Çalışması Benzerlik Raporu Uygulama Esaslarını inceledim. Enstitünüz tarafından Uygulama Esasları çerçevesinde alınan Benzerlik Raporuna göre yukarıda bilgileri verilen öğrenciye ait tez çalışması ile ilgili gerekli düzenleme tarafımda yapılmış olup, yeniden değerlendirilmek üzere .....@sakarya.edu.tr adresine yüklenmiştir.

Bilgilerinize arz ederim.

Tarih  
Öğrenci İmza

Uygundur

Danışman  
Unvanı / Adı-Soyadı: Doç.Dr. Sezai KÜÇÜK

Tarih:

İmza:

KABUL EDİLMİŞTİR

REDDEDİLMİŞTİR

EYK Tarih ve No:

Enstitü Birim Sorumlusu Onayı

## ÖNSÖZ

Kişilik, insanın; benlik, karakter ve mizaç gibi özelliklerinin toplamını ifade eden bir kavramdır. Tasavvuf ıstılahında kişiliği her yönüyle karşılayan kavram ise nefistir. Nefsi ve nefis terbiyesini konu edinmesi bakımından tasavvufî eğitim, başlı başına kişilik gelişim metodolojisi sunmaktadır. Bu metodolojide nefis; bir mürşid rehberliğinde emmâre, levvâme, mülhime, mutmainne, razıyye, merzıyye, kâmile olmak üzere yedi mertebeyi sırayla aşarak dikey bir gelişim sağlamaktadır.

Kişisel gelişim kavramı batı kültüründe ortaya çıkmış, karakter etiğinin ikincil, kişisel imajın birincil öneme sahip olmasıyla da ‘yeni akım kişisel gelişim’ anlayışı başlamıştır. Bu yeni anlayış “başarı ve mutluluk” üzerine kurulmuştur. Bu iki gaye ile insan hırs ve hazlarının esiri olmuştur. Bununla beraber kişisel gelişim seminerlerinde ve eserlerinde kullanılan yüksek motivasyon içerikli ifadeler insanın nefsi-i emmâresini/egosunu büyötmüştür. Kişisel gelişimin motivasyon adı altında nefsi-i emmâreye yaptığı hitaplar, başarıyı ve insanı kutsallaştırması, mutluluğu seküler hazlar ve maddî başarılarla sınırlandırması, iletişim söylemlerinde çıkarıcı olması, ahireti hesaba katmadan hedeflerini bu dünya ile sınırlandırması gibi yöntemleriyle İslamî öğretilere ters düşmektedir. Tüm bu farklılıklara rağmen Türkiye’ye Batı’nın ‘yeni akım kişisel gelişimi’ olduğu şekliyle alınmış ve kültürel süçgeçten geçirilmemiştir.

Araştırma üç ana bölümden oluşmaktadır. Birinci bölümde, kişilik kavramının tanımı ve kişiliği oluşturan kavramlar, kişisel gelişimin tanımı ve ortaya çıkış süreci ve tasavvufî eğitimde kişilik kavramı değerlendirilmiştir. İkinci bölümde, tasavvufî eğitimin kişilik gelişim metodları (manevi eğitim/Seyr u Sülûk) tespit edilmeye çalışılmıştır. Bu metodlar; nefis tezkiyesi, kalp tasfiyesi ve ahlâkın teşekkülü başlıklarında toplanarak ele alınmıştır. Üçüncü bölümde, kişilik gelişiminin önündeki zorluklar, tasavvufî eğitimde kişilik gelişimi ve kişisel gelişimin ortak kavramları ve farklılıkları, son olarak da kişisel gelişimin problemleri değerlendirilmeye çalışılarak çalışma sonuç kısmıyla tamamlanmıştır.

Bu çalışmanın hazırlanma sürecinde desteğini esirgemeyen kıymetli danışman hocam Doç.Dr.Sezai Küçük’e teşekkürü bir borç bilirim. Bu süreçte her daim destekçim olan eşim Halis Samet Çakmak’a ve kız kardeşim Sedanur Sarısoy’a; ayrıca iki küçük evladıma bakarak yükümü hafifleten ablam Beyhan Sevim’e ve annem Havva Sarısoy’a çok teşekkür ederim. Her türlü övgü ve şükran, lütfuyla nasiplendiren, âlemlerin Rabbi’nedir.

Müberra ÇAKMAK

18.06.2019

# İÇİNDEKİLER

<b>KISALTMALAR .....</b>	<b>vi</b>
<b>ÖZET.....</b>	<b>vii</b>
<b>SUMMARY .....</b>	<b>viii</b>
<b>GİRİŞ .....</b>	<b>1</b>
<b>I. BÖLÜM : KİŞİLİK VE KİŞİSEL GELİŞİM KAVRAMI.....</b>	<b>4</b>
1.1. Kişilik Kavramı.....	4
1.1.1. Karakter.....	6
1.1.2. Mizaç.....	6
1.1.3. Benlik (self) .....	7
1.2. Kişisel Gelişimin Tanımı .....	8
1.3. Kişisel Gelişimin Ortaya Çıkışı .....	10
1.3.1. Psikolojide Kişilik Gelişim Kuramları.....	13
1.3.2. Günümüz Kişisel Gelişim Öğretileri.....	22
1.4. Tasavvufî Eğitimde Kişilik Kavramı .....	28
1.5. Tasavvufî Eğitimde Kişilik Gelişiminin Seyri.....	32
<b>II. BÖLÜM: TASAVVUFÎ EĞİTİMDE KİŞİLİK GELİŞİMİ .....</b>	<b>59</b>
2.1. Letâif-i Hamse.....	64
2.1.1. Kalp .....	65
2.1.2. Ruh .....	67
2.1.3. Sır .....	68
2.1.4. Hafî .....	69
2.1.5. Ahfâ .....	70
2.2. Kalbin Tasfiyesi .....	71
2.2.1. İrade/Taleb .....	72
2.2.2. Yakaza.....	73
2.2.3. Tevbe.....	76
2.2.4. Zikir .....	78
2.2.5. Tevekkül .....	81

2.2.6. Tefekkür .....	82
2.2.7. Fakr .....	84
2.2.8. Huşû/Tevâzû .....	87
2.2.9. İhlas .....	88
2.2.10. İhsan ve Murâkabe .....	89
2.2.11. Muhâsebe .....	90
2.2.12. Kabz/Bast .....	95
2.2.13. Heybet/Üns .....	96
2.2.14. Yakîn .....	97
2.2.15. Muhabbet .....	97
2.2.16. Rızâ .....	100
2.3. Nefsin Tezkiyesi.....	101
2.3.1. Nefsin Mertebeleri/Etvar-ı Seb'a .....	103
2.3.1.1. Nefs-i Emmâre/Sadr Makamı .....	104
2.3.1.2. Nefs-i Levvâme/Kalp Makamı .....	106
2.3.1.3. Nefs-i Mülhime/Ruh Makamı .....	108
2.3.1.4. Nefs-i Mutmainne/Sır Makamı .....	109
2.3.1.5. Nefs-i Raziyye/Hafî Makamı.....	110
2.3.1.6. Nefs-i Merziyye/Kürsî Makamı .....	111
2.3.1.7. Nefs-i Kâmile-Sâfiye/ Mutlak Hafî ve Sırrı Hafî Makamı.....	112
2.3.2. Nefsin Hastalıkları .....	113
2.3.2.1. Gaflet .....	114
2.3.2.2. Ucb .....	115
2.3.2.3. Kibir.....	117
2.3.2.4. Riyâ.....	119
2.3.2.5. Taklid.....	120
2.3.2.6. Haset .....	121
2.3.2.7. Gazap (Öfke) .....	123
2.3.2.8. İncinme .....	125
2.3.3. Tezkiye Unsurları.....	126
2.3.3.1. Mücâhede .....	130

2.3.3.2. Riyâzet/Killet.....	132
2.3.3.3. Halvet/Uzlet.....	135
2.3.3.4. İnâbe .....	137
2.3.3.5. Vera' .....	138
2.3.3.6. Zühd.....	140
2.3.3.7. Havf/Reca .....	142
2.3.3.8. Ubûdiyyet .....	144
2.3.3.9. Sabır.....	145
2.3.3.10. Sefer.....	147
2.3.3.11. Hüzün ve Gözyaşı.....	148
2.4. Ahlakın Teşekkülü .....	149
2.4.1. Edeb .....	149
2.4.2. Sıdk .....	151
2.4.3. Fütüvvet .....	152
2.4.4. Cud/Sehâ .....	153
2.4.5. Îsâr .....	153
2.4.6. Kanaat .....	154
2.4.7. Şükür .....	155
2.5. Tarikatlarda Ortak Olan Kişilik Gelişim Esasları .....	156
2.6. Sistemleştirilmiş Bir Kişilik Gelişim Unsuru Olarak On Bir Esas .....	161

### **III. BÖLÜM: TASAVVUFÎ EĞİTİMİN KİŞİLİK GELİŞİMİ İLE GÜNÜMÜZ KİŞİSEL GELİŞİMİNİN ORTAK KAVRAMLARI VE FARKLILIKLARI.....167**

3.1. Kişilik Gelişiminin Önündeki Zorluklar .....	167
3.1.1. Nefsânî Arzular (Çok yemek/Çok uyumak/Çok konuşmak) .....	167
3.1.2. Dünyevî Fitneler .....	170
3.1.2.1. Rızık Endişesi .....	170
3.1.2.2. Hırs ve Tamah .....	171
3.1.2.3. Tûl-i Emel.....	173
3.1.3. Toplumsal Beklentiler .....	174
3.1.3.1. Mevkî arzusu ve Şöhret Tutkusu .....	174

3.1.3.2. Medhe Sevinme .....	175
3.1.3.3. Zemden Kaçınma.....	176
3.2. Tasavvufî Eğitimin Kişilik Gelişiminde Ve Günümüz Kişisel Gelişiminde Kullanılan Ortak Kavramlar.....	177
3.2.1. Kendini Tanı .....	177
3.2.2. Sûfî/Savaşçı.....	179
3.2.3. Rabîta-i Mevt/Ölümü Hatırlamak .....	181
3.2.4. İbnü'l Vakt, Vukûf-i Zamanî, Dem Bu Dem/Anı Yaşamak.....	184
3.2.5. Hiçlik Düşüncesi .....	186
3.2.6. Yakaza/Uyanış .....	186
3.2.7. Sürûr/Mutluluk.....	187
3.2.8. Muhâsebe .....	188
3.2.8. Tekâmül/Yoga.....	189
3.2.9. Teemmül/Meditasyon .....	191
3.2.10. Zikr-i Erre/Nefes Kontrolü.....	194
3.3. Tasavvufî Eğitimin Kişilik Gelişimi İle Günümüz Kişisel Gelişiminin Farklılıkları .....	195
3.3.1. Metod-Yöntem Farklılıkları.....	196
3.3.2. İrade- Özgüven Farklılıkları .....	197
3.3.3. Eğitici ve Rehber Farklılıkları .....	198
3.3.4. İnsana Verilen Anlam ve Görev Farklılıkları .....	200
3.3.5. Kaynak Farklılıkları .....	205
3.4. Günümüz Kişisel Gelişimin Problemleri .....	206
3.4.1. Üslup Problemi .....	207
3.4.1.1. Motivasyon İfadeleri .....	207
3.4.1.2. Başarıyı Kutsallaştırması.....	208
3.4.1.3. Yenilikçilik İddiası .....	210
3.4.1.4. Kültür ve Din Algısı .....	210
3.4.2. Yöntem Problemi .....	211
3.4.2.1. Başarı Öyküleri.....	212



3.4.2.2. İletişim.....	213
3.4.2.3. Problem Çözme ve Stresle Başa Çıkma .....	216
3.4.2.4. Mutluluğun Peşinden Koşma .....	217
3.4.3. Dinî Figürler Problemi (Yoga ve Meditasyon).....	219
<b>SONUÇ.....</b>	<b>222</b>
<b>KAYNAKÇA .....</b>	<b>226</b>
<b>ÖZGEÇMİŞ.....</b>	<b>239</b>

## KISALTMALAR

- Bk.** : Bakınız  
**Der.** : Derleyen  
**DİA** : Diyanet İslam Ansiklopedisi  
**DİB** : Diyanet İşleri Başkanlığı  
**Erişim:** Erişim Tarihi  
**Haz.** : Hazırlayan  
**Hz.** : Hazreti  
**Nşr.** : Neşreden/Editör  
**ö.** : Ölüm Tarihi  
**t.s.** : Tarihsiz  
**TDV** : Türkiye Diyanet Vakfı  
**Trc.** : Tercüme  
**v.dğr.** : ve diğerleri  
**vb.** : ve Benzeri

**Sakarya Üniversitesi**  
**Sosyal Bilimler Enstitüsü Tez Özeti**

<b>Yüksek Lisans</b>	*	<b>Doktora</b>	
<b>Tezin Başlığı:</b> Tasavvufî Eğitimde Kişilik Gelişimi İle Günümüz Kişisel Gelişiminin Karşılaştırılması			
<b>Tezin Yazarı:</b> Müberra ÇAKMAK		<b>Danışman:</b> Doç.Dr.Sezai KÜÇÜK	
<b>Kabul Tarihi:</b> 18.06.2019		<b>Sayfa Sayısı:</b> viii (ön bölüm) + 239 (tez)	
<b>Anabilim Dalı:</b> Temel İslam Bilimleri		<b>Bilim Dalı:</b> Tasavvuf	
<p>Kişilik, insanın doğuştan fitrat ve gen yoluyla getirdiği özellikler ile bu özellikleri aile, çevre ve eğitim yoluyla şekillendirmesi çerçevesinde oluşan ve insanı diğer insanlardan ayıran özelliklerin bütünüdür. İnsanda, sahip olduğu özellikleri daha ileriye götürme gayreti her zaman var olmuştur. İnsanın tekâmül sürecini ifade eden bu gayreti, her kültürde farklı metotlarla ortaya çıkmıştır. İslam dininde bu gayret, kişiliğin bütün yönlerini ifade eden nefis üzerinden sürdürülmektedir. Başka bir ifadeyle İslam’da insanın kişilik gelişimi, nefsin terbiye edilmesi esasına dayanmaktadır. İslam kültüründe nefsi terbiye etmek suretiyle kişiliğin gelişimini düstûr edinmesiyle öne çıkan ilim tasavvufudur. Tasavvuf, Kur’an ışığında nefsi yedi mertebede ele alarak, nefsin gelişim gösterebileceğini ortaya koymuştur. Tasavvuf, bu kişiliğin oluşumunda Hz. Peygamber’in ahlâkından, uygulamalarından ve dünyaya karşı bakışından istifade etmiş ve Kur’an ve sünnetten kıyas yoluyla yeni metotlar da geliştirmiştir. Bu metotlarla nefis terbiyesi sağlanmakla birlikte, kişilikte de önce dönüşüm ve değişim sonra gelişim sağlanmaktadır. Günümüz kişisel gelişim öğretileri ile tasavvuf arasında ortak ifadeler bulunmakla beraber temelde birçok farklılıklar mevcuttur. Zira tasavvuf, ahlâkî olarak kişilik gelişimi sağlarken, popüler kişisel gelişim insana, bireysel olarak başarılı, mutlu ve yüksek statü sahibi olmasını hedef olarak göstermektedir. Kişisel gelişimin sunduğu bu hedefler, seküler alanda olduğu gibi, bu hedefler için kullandığı dil ve metotlar da seküler unsurlardan oluşmaktadır. Materyalizm, pozitivizm, hümanizm gibi Batı ideolojilerinin insanı ve aklı kutsallaştırmasıyla insanın bireysel olarak gelişmesi fikri de ivme kazanmıştır. Ancak bütün bu ideolojilerin temelinde seküler bir anlayış hâkim olduğundan insanın öncelikli olarak bireysel imajının geliştirilmesi hedeflenmiştir. Bu çalışma bu temel farktan yola çıkarak hazırlanmıştır. Başka bir ifadeyle bu çalışmada; tasavvufun nefsi terbiye etmek suretiyle kişilikte dönüşüm ve değişim sağlanması, ardından itaatkâr olan nefis üzerinden gelişim metotları uygulaması ile günümüz Batı kaynaklı kişisel gelişim öğretilerinin egoyu şişirmek suretiyle zâhirî özelliklerin süslenmesinden ibaret olduğu, karşılaştırmalı olarak ele alınmaktadır.</p>			
<b>Anahtar Kelimeler:</b> Tasavvuf, kişilik, mânevî eğitim, tekâmül, kişisel gelişim.			

**Sakarya University**

**Institute of Social Sciences Abstract of Thesis**

<b>Master Degree</b>	*	<b>Ph.D.</b>	
<b>Title of Thesis:</b> Comparison Of Personal Development Islamic Mysticism (Sufism) And Modern Personel Evolution			
<b>Author of Thesis:</b> Müberra ÇAKMAK <b>Supervisor:</b> Doç.Dr.Sezai KÜÇÜK			
<b>Accepted Date:</b> 18.06.2019		<b>Nu of Pages:</b> viii ( pre text)+ 239 (main body)	
<b>Department:</b> Basic İslamic Sciences		<b>Subfield:</b> İslamic Mysticism	
<p>Personality refers to the whole of the characteristics that occur within the framework of the characteristics of the human with congenital fitrat and genomic and shaping these properties through family, environment and education and separating the human from other people. In humans, there has always been an endeavor to take the features that it possesses further. The science that has come to the forefront with the development of personality by educating self in Islamic culture is sufism. In the light of the Qur'an Sufism revealed that the soul can nourish itself by taking seven-tier approach. The person that will be formed by elevating the self, rising in the specified levels of exaltedness, means a solid personality. In forming this personality sufism got inspiration from the prophet's. In addition Sufism developed new methods in comparison with the Qur'an and the Sunna. With these methods, while providing manners and personality development is also provided first after transformation and change. Although there are common expressions between today's personal development teachings and Sufism, there are many fundamental differences. Because sufism provides moral personality development, modern personal development methods focus on success happiness and affluence. These goals, which are offered by personal development, as well as the secular area, are the secular elements of the language and methods used for these goals. The idea of human development of people as a matter of materialization, positivism, humanism and sanctification of human mind has gained momentum. However, since all of these ideologies are based on a secular understanding, it is aimed to develop only the external appearance of people. This study is based on this basic difference. In other words, in this study; it is considered that the personal development teachings of today's Western origin consist of embellishing the traits by inflating the ego, through the transformation and change of personality by the refinement of mysticism and then by the application of methods of development through the subservient exquisite.</p>			
<b>Keywords:</b> Sufism, personality, spiritual education, evolution, personal development.			

# GİRİŞ

## Tezin Konusu

Tasavvuf, Kur'an ve sünnetten beslenerek, nefsi terbiye metodları geliştirmiş ve nefsi terbiye etmek suretiyle kişiliğin sağlam bir zemine oturtulmasını hedeflemiştir. Nefsin terbiyesiyle gerçekleştirilen kişilik değişim, dönüşüm ve gelişimi tasavvuf bünyesinde yüzyıllardır uygulanmaktadır. Ancak son yıllarda, tasavvufun kişilik gelişim metodları unutulmuş ve Batı kaynaklı kişisel gelişim öğretileri ülkemizde popülerlik kazanmıştır.

Batı'da ilk dönem ortaya çıkan kişilik gelişimi, kişilik psikologları tarafından sistemli olarak ele alınmış; birçok kuram geliştirilmiştir. Bu kişilik gelişim kuramlarında kişilik birçok açıdan ele alınarak gelişim evreleri oluşturulmuştur. Ancak yakın dönemlerde bu kişilik gelişim evrelerindeki, karakter esaslı gelişim unsurları geri plana itilerek, kişisel haz ve imaj esaslı gelişim öğretileri öne sürülmüştür. Ortaya çıkan bu 'yeni akım kişisel gelişim', ahlâkî değerler yerine, başarı ve mutluluk kavramını ön plana çıkarması ile eleştirilmiştir. Batı'nın kendi içinde eleştirmekte olduğu fikirler, Batı'lı eserlerin dilimize çevrilmesi ve ülkemizdeki kişisel gelişim öncülerinin bu fikirleri benimsemesiyle toplum hayatında yer edinmiştir.

Yeni akım kişisel gelişim, 'karakter-kariyer' kavramlarında kariyere öncelikli yer vermektedir. Âhlâkî değerlerin ikinci; etkili konuşma, ikna etme, maddî başarı elde etme gibi özelliklerin birinci planda tutulmasıyla ortaya çıkan yeni akım kişisel gelişim, 'karakter etiği'ni öncelikleyen bazı Batı'lı kişisel gelişimciler tarafından eleştirilmiştir. Buna rağmen, ülkemizde kişisel gelişim furyasını canlandırmak isteyenler için, kişisel imaj, kişisel ve toplumsal kurtuluş yolu olarak görülmüştür.

Mütedeyyin insanlar tarafından da rağbet gören kişisel gelişim, bu kesimin 'karakter-kariyer' önceliğini de değiştirmiş gözükmektedir. Bununla beraber, kişisel gelişim, kendi değerlerini unutan mütedeyyin insanları, yeni şeyler söylediği konusunda da ikna etmeyi başarmıştır.

Bu çalışmada günümüz (Batı kaynaklı) yeni akım kişisel gelişim ile tasavvufun kişilik gelişim unsurlarını karşılaştırmalı olarak ele almaya çalıştık. Popüler kişisel gelişim öğretilerinin 'yenilikçi' iddiaları ile, tasavvufî eğitimin kişilik gelişim metodları arasındaki benzer yönleri ele aldık. Bu iki anlayışı kullandıkları kavram, yöntem ve metodlar açısından karşılaştırarak ulaştıkları neticeleri tespit etmeye çalıştık.

## **Tezin Amacı ve Önemi**

İnsan değişken bir yapıya sahiptir. Ahlâkî değerlerin kalıcı olarak karakterine yerleşebilmesi için insanın gelişme gayreti göstermesi ve gelişiminin önündeki engelleri tespit etmesi önemlidir.

İslam inancına sahip bir insanın kişilik gelişimini sağlayacak öğretiler, tasavvuf aracılığıyla, İslam dininin bünyesinde yer almaktadır. Tasavvufî eğitimin hedeflediği kişilik gelişimi, insanda, ahlâkî değerlerin karakter olarak yerleşmesini sağlamaktır. İnsanın kişilik gelişiminin önündeki en büyük engel nefsanî zafiyetlerdir. Bu zafiyetler bazen doğrudan bazen gizlice kendisini hissettirmektedir. İşte tasavvuf insanın gelişimi önündeki bu problemlere odaklanarak insanın kişiliğinde köklü bir değişimi ve gelişimi hedeflemektedir.

Batı'da ortaya çıkan 'kişisel gelişim' kavramı ilk dönemlerde 'karakter' gelişimini hedeflerken, son dönemlerde, karakter özelliklerinden ziyade bireyin toplumsal imajını geliştirmeye doğru değişim göstermiştir. Sekülerleşme ile Batı'da 'başarı-mutluluk-zenginlik' kavramları, dünyevî hazlarla sınırlandırılmıştır. Bu sınırlılık ile ortaya konan kişisel gelişim unsurları da insanın nefsanî zafiyetlerine yani egosuna hitap etmektedir. Başarılı olmak, popüler ve alkışlanan olmak, insanları etkilemek fikri nefsin hoşuna giden durumlardan kabul edilmektedir. Kişisel gelişim öğretilerinin nefsi beslemek suretiyle oluşturduğu kişiliğe karşı; tasavvuf, nefsi terbiye etmek suretiyle kişilik dönüşüm ve gelişimi sağlamaktadır. Bu temel farktan yola çıkarak tezimizi oluşturduk. Böylece nefsin kusurları göz ardı edildiğinde ortaya çıkan kişiliğin yapısı ile nefsin kontrol altına alınmasıyla ortaya çıkan kişiliğin yapısı arasındaki farkları tespit etmeye çalıştık.

Bu çalışma ile kişilik gelişimi sağlamak isteyen modern-mütedeyyin topluma, kendi kültüründe var olan kişilik gelişim metotlarını sunmaya çalıştık. Bununla beraber, popüler kişisel gelişim öğretilerinin, gaye ve niyetlilik bakımından seküler ve bu yönüyle İslam kültürüne ters düşen yönlerinin olduğunu ortaya koymaya çalıştık.

## **Tezin Yöntemi**

'Kişilik' ve 'kişisel' kavramları arasındaki farktan yola çıkarak, kişiliğin çok yönlü bir yapıyı ifade ettiğini, kişisel kavramının ise bireysellik olduğunu söyleyebiliriz. Bu fark çerçevesinde, son yıllarda 'kişisel imaj'ı öncelikleyen gelişim metotları zaten 'kişisel gelişim' olarak adlandırıldığı için kadim bir kültürü ifade eden tasavvufî eğitimdeki gelişimi 'kişilik gelişimi' olarak ele aldık.

Tezin sosyal bilimler alanında bir çalışma olması sebebiyle yöntemlerimiz daha çok sosyal bilimlerde kullanılan nicel ve nitel yöntemlere başvurarak çalışmamızı tamamladık. Tezde iki ayrı kültürde ortaya çıkmış olan ‘kişisel ve kişilik gelişim’ anlayışları analiz ederek, aralarındaki fark ve benzerlikleri tespit ve buradan hareketle kişilik gelişimine katkılarını tespit etmeye çalıştık.

Kişilik kavramını ve hem psikolojide hem de tasavvuftaki tarihi sürecini değerlendirdik. Batı’da ortaya çıkan kişilik gelişim kuramlarını ele alarak, ‘kişisel gelişim’in bu kuramların bireyselleştirilmesinden oluştuğunu değerlendirdik. Tasavvufî eğitimdeki kişilik gelişiminin seyrini, konunun çok kapsamlı olması sebebiyle, yüzeysel olarak ele almak zorunda kaldık. Hz.Peygamberin zühd yaşantısından başlayarak, ashâbtan, tabiinden, tarikatlar döneminden ve son olarak da yakın dönemden örnek şahsiyetler üzerinden, tasavvufta ortaya çıkan kişilik gelişimini kısaca değerlendirmeye çalıştık.

Çalışmamızda nefsi konu edinmesiyle, kişilik gelişimine dair birçok metot geliştirmiş olan tasavvufun kişilik gelişim unsurlarını tespit etmeye çalıştık. ‘Tasavvufî eğitimde kişilik gelişimi’ olarak güncelleştirdiğimiz bu ifade ile nefsin, nefs-i emmâreden nefs-i kâmileye doğru değişim ve gelişim yolculuğunda, tasavvufun kullandığı metotları kastetmekteyiz.

Bununla beraber günümüzde popülerlik kazanan kişisel gelişim eserlerinden istifade ederek, ortaya çıkan popüler kültürün gelişim unsurlarını ortaya koymaya çalıştık. İslam kültürünün ürünü olan tasavvufî eğitimin gelişim metotları ile modern-Batı kültürünün ürünü olan kişisel gelişimin metotlarını karşılaştırmalı olarak değerlendirmeye çalıştık.

‘Tasavvufî eğitimde kişilik gelişimi’ ile ‘günümüz kişisel gelişimi’ anlayışın karşılaştırdık ve kişisel gelişim unsurlarını daha sonra değerlendirmeyi uygun bulduk.

Böylece kullandığımız nicel ve nitel değerlendirmelerle her iki anlayışın yöntem, gaye ve metodlarını ortaya koyarak analiz ettik.

## I. BÖLÜM : KİŞİLİK VE KİŞİSEL GELİŞİM KAVRAMI

Tezin başlığını, “tasavvufi eğitimde kişilik gelişimi” ve “günümüz kişisel gelişimi” olarak vermemizdeki amaç; ‘kişilik’ ve ‘kişisel’ kavramları arasındaki farka dikkat çekmektir. Tasa vuf, kişiliği geliştirirken, insanın bencil eğilimlerini de terbiye etmektedir. Günümüz kişisel gelişim öğretileri ise, kişisel yani bireysel olarak gelişimi esas alarak, bireyin toplum tarafından algılanan imajını geliştirmeyi hedefleyerek insanın egosuna hitap etmektedir. Başka bir ifadeyle “kişilik” kavramı ahlâkî ve derûnî özelliklerin; “kişisel” kavramı ise zâhirî özelliklerin gelişimini ifade etmektedir. Bu temel farktan hareketle önce kişilik kavramını sonra kişisel gelişim kavramını ele alacağız.

### 1.1. Kişilik Kavramı

Batı dillerinde kişiliğin karşılığı olarak kullanılan kelime Latince “persona” sözcüğüne dayanmaktadır.<sup>1</sup> Eski Roma ve Yunan tiyatrolarında bu kelime yüze takılan maske anlamında kullanılmıştır.<sup>2</sup> Bu kullanım, şahsiyet kavramının “insanın yapmacık ve aldatıcı yüzü” şeklinde anlaşılmasına yol açmıştır. Bu manadan hareketle şahsiyeti, “insanın başkalarına göstermek istediği yüzü” şeklinde tarif edenler olduğu gibi, “insanın dış görünüşünün altındaki asıl benliği ve özü” şeklinde de tarif edenler olmuştur.<sup>3</sup> İrade, zekâ, duygu, mizaç, yaratılış, genetik, sosyal ve kültürel çevre insanın kişiliği üzerinde etki ederek, kişiliği karmaşık ve soyut bir yapıya dönüştürmektedir.<sup>4</sup> Böylece kişilik; biyolojik, psikolojik ve kültürel etkilerin, aynı zamanda manevî güçlerin, bir bütün olarak, insanda meydana getirdiği alışkanlıkların, tutumların ve karakter özelliklerinin bir toplamı olarak açıklanmıştır.<sup>5</sup>

Kişilik, insanın iyi ve kötü davranışlarının bütününe kapsadığı gibi kişiden kişiye farklılık arz eden önemli bir özelliktir. Şahsiyet, insandan insana farklılık göstermesinden dolayı, “kişiyi, diğer insanlardan ayıran ve onu kendisi yapan

<sup>1</sup> Ali Ulvi Mehmetoğlu, *Kişilik ve Din*, (İstanbul: Dem Yayınları, 2004), 43.

<sup>2</sup> Gülgün Yanbastı, *Kişilik Kuramları*, 2. Baskı (İzmir: Ege Üniversitesi Edebiyat Fakültesi Yayınları, 1996), 9.

<sup>3</sup> Neda Armaner, “Şahsiyet Terbiyesinde Dini Kültürün Rolü”, *Ankara Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi*, 21 (Ankara, 1976): 143.

<sup>4</sup> Osman Kara, “Kur’an’a Göre İnsan Şahsiyetine Etki Eden Faktörler”, *Sakarya Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi*, 24/25 (Sakarya 2012/1): 1.

<sup>5</sup> KerimYavuz, *Günümüzde İnançın Psikolojisi*, (Ankara Boğaziçi Yayınları, 2013), 250.



özelliklerin meydana getirdiği yapı”<sup>6</sup> şeklinde de tarif edilmiştir. Farklı tanımları yapılan kişilik kavramı, üç grupta özetlenebilmektedir:

- 1- Davranış psikologlarına göre; “İnsanın ölçülebilir davranışları ve alışkanlıklarıdır”.
- 2- Sosyal açıdan; “Kişinin, çevresi tarafından fark edilmesini sağlayan özellikler ve insanlar üzerinde bıraktığı etkilerdir”.
- 3- Ruhbilimcilerine göre; “İnsanın, iç âleminde oluşturduğu yapının kendisine has özellikleridir”.<sup>7</sup> Buraya kadar verdiğimiz bilgileri, şu tanım toplayan ve özetleyen bir niteliğe sahiptir:

“Şahsiyet, kişide yapıların, davranış biçimlerinin, ilgi ve eğilimlerin, yetenek, kabiliyet ve yönelişlerin karakteristik bütünleşmesidir.”<sup>8</sup>

İnsanın kişilik yapısında, yaratılışında potansiyel olarak bulunan özelliklerin yanı sıra dış etkenlerin de önemli bir yeri vardır. Bu bağlamda, kişilik gelişimini etkileyen faktörler dört grupta ele alınmıştır:<sup>9</sup>

- 1- Fıtrat (insanın doğuştan getirdiği özellikler)
- 2- Fizikî yapı (boy, renk, beden yapısı gibi)
- 3- Ruhî yapı (zekâ, mîzaç, duygu)
- 4- Sosyal çevre (içinde doğup büyüdüğü çevre, aile, okul ve bunların insana öğrettiği kültür)<sup>10</sup>

İnsanın, maddî ve manevî olarak tüm özellikleri onun şahsiyetini ortaya koymaktadır. Bu özellikler, daha genel değerlendirildiğinde insanın sahip olduğu şahsiyetin ahlakî yönüne *karakter*, duygusal cihetine *mizaç*, tüm bu değer ve davranışların insanın kendisi tarafından algılanışına da *benlik* denmektedir. Kişiliğin gelişimine etki eden faktörleri bu üç unsur üzerinde değerlendirebiliriz:

---

<sup>6</sup> Kara, “Kur’an’a Göre İnsan Şahsiyetine Etki Eden Faktörler”, 1.

<sup>7</sup> Yanbastı, *Kişilik Kuramları*, 11; Naci Kula, “Gençlik Döneminde Kimlik ve Din”, *Gençlik, Din ve Değerler Psikolojisi*, (Ankara: Ankara Okulu Yayınları, 2002), 33.

<sup>8</sup> Tuncel Altınköprü, *Şahsiyet Analizi*, (İstanbul: Hayat Yayınları, 2003), 19.

<sup>9</sup> Yavuz, *Günümüzde İnancın Psikolojisi*, 251.

<sup>10</sup> Hüseyin Peker, “Olumlu Şahsiyet Özellikleri ve Din”, *On dokuz Mayıs Üniversitesi, İlahiyat Fakültesi Dergisi*, 1 (Samsun 1986), 102.

### 1.1.1. Karakter

Karakter, daha çok insanın ahlâkî yönünü ifade etmektedir. Karakterle kişilik aynı anlamda kullanılıyor olmasına rağmen, aralarındaki farka dikkat çekmek gerekmektedir. Kişilik, hem doğuştan gelen hem de sonradan kazanılan özelliklerin bütünü iken; karakter, bu özelliklerin hem ahlâkî hem de istikrarlı olmasını ifade etmektedir. Başka bir ifadeyle karakter, kişiliğin ahlâkî boyutu olmasıyla kişilik kavramına dâhil olmaktadır.<sup>11</sup>

Ahlâkî tutarlılığı ve istikâmeti ifade eden karakter kavramı, doğuştan ve sonradan kazanılmış olmak üzere iki kısımda değerlendirilmektedir. Doğuştan gelen yani fitrî karakter, kalıtım ve genetik yoluyla; sonradan kazanılan karakter ise çevrenin etkisi ve kişinin kendi çabasıyla şekillenmektedir. Kalıtsal olarak değerlendirilen özellikler “*huy*” adını almıştır.<sup>12</sup>

### 1.1.2. Mizaç

Mizaç, şahsiyetin duygusal yönünü ifade etmektedir. Kur’ân-ı Kerim’de mizaç yerine “*şâkile*”<sup>13</sup>, halk arasında ise mizaç yerine “*huy*” kelimesi kullanılmaktadır. İffet, cömertlik, doğruluk gibi övülmüş iyi huylar; korkaklık, saldırganlık, cimrilik, yalancılık gibi kötü ve zemmedilmiş huylar, mizaçlardaki farklılıklara işaret etmektedir.<sup>14</sup> İnsanların sahip olduğu bu huylar, kişiden kişiye farklılık gösterdiğinden farklı kişilik tipleri ortaya çıkmaktadır. İnsanın duygusal yönünü ifade ettiğinden mizaca, aynı zamanda fitrat denilmiştir.<sup>15</sup> Fitrat kelimesi, insanın doğuştan sahip olduğu özelliklerin bütününe ifade etmektedir. Kelime anlamı itibariyle “yaratmak, icat etmek,” anlamına gelen fitrat, varlığın ilk yaratılışta sahip olduğu ve henüz dış dünyadan etkilenmemiş olan temel yapısı olmakla beraber, insanın belli yetenek ve yatkınlığa sahip olduğu anlamını da içermektedir.<sup>16</sup> Başka bir ifade ile fitrat, insanın yaratılışındaki arzu, istek ve temâyüllerin, istidât ve kabiliyetlerin, insan nefsinin ve ruhunun derinliklerine Allah tarafından yerleştirilmiş kodlarıdır<sup>17</sup> Nitekim Kur’ân-ı Kerim’de insanların İslam fitratı

<sup>11</sup> Kara, “Kur’an’a Göre İnsan Şahsiyetine Etki Eden Faktörler”, 10; Hayati Hökelekli, “Şahsiyet”, *Türkiye Diyanet Vakfı İslam Ansiklopedisi (DİA)*, (Ankara: TDV Yayınları 2010), 38: 297.

<sup>12</sup> Kara, “Kur’an’a Göre İnsan Şahsiyetine Etki Eden Faktörler”, 10.

<sup>13</sup> “Herkes yaratılış ve mizacına göre hareket eder” İsra 17/84

<sup>14</sup> Kara, “Kur’an’a Göre İnsan Şahsiyetine Etki Eden Faktörler”, 6-7.

<sup>15</sup> Mehmetoğlu, *Kişilik ve Din*, 49.

<sup>16</sup> Hayati Hökelekli, “Fitrat”, *DİA*, (Ankara: TDV Yayınları 1996) 13: 47.

<sup>17</sup> Kara, “Kur’an’a Göre İnsan Şahsiyetine Etki Eden Faktörler”, 11.

üzerine yaratıldığına<sup>18</sup> işaret edilmiştir. O halde insan, özü itibariyle Allah'ın istediği hal üzerinde dünyaya gelmiştir. Ancak dış etkenlerle günah ve hatalara düşmekte ve fitratını bozmak suretiyle kendisine olumsuz kişilik yüklemektedir. İnsana fitratını hatırlatılarak onu özüne döndürmek gerekli görülmüştür. Tasavvufun kişilik eğitimindeki, temel gayesi de budur: İnsana yaratılmışların en şerefli olduğu hatırlatarak onun özüne dönmesini sağlamaktır.

### 1.1.3. Benlik (self)

Psikolojide kişilik kavramını tanımlamak için sıkça kullanılan kelimelerden biri de “benlik” kavramıdır. Benlik, kişiliğin merkezi konumundadır.<sup>19</sup> Bu kavramla kişinin, kimliği, yetenekleri, sınırları, değer yargıları, amaçları gibi kendisi hakkında algılayabildiği görüşleri, duyguları ve tutumları ifade edilmektedir. Başka bir ifadeyle benlik, kişinin kendisine ilişkin zihinsel algısıdır. Bu algının şekillenmesinde kişinin, doğumundan itibaren yaşadığı çeşitli olayların ve çevresindeki insanların etkisi olmakta; önce anne-baba, daha sonra öğretmenler ve arkadaşlar büyük rol oynamaktadır.<sup>20</sup>

Gerçeği tanımak ve uyum sağlamak, çevreden gelen uyarıcıları algılamak, seçmek ve saklamak, hatırlamak, düşünmek; karşılaşılan problemlere çözüm aramak, geleceğe ilişkin planlar yapmak ve savunma mekanizmaları geliştirmek benliğin görevlerinden sayılmıştır.<sup>21</sup> Psikolojik açıdan değerlendirildiğinde benlik, tüm bu görevlerden sorumlu tutulmaktadır. Tasavvufî cihetten baktığımızda ise bu görevlerden sorumlu olmakla beraber benlik, geçmişin yaşanmışlığının ve geleceğin bilinmezliğinin yükü altında ezilmektedir. Bu sebeple tasavvufta insan, geçmişin nedenleri ve geleceğin nasılları buhranından kendisini kurtarabildiği ölçüde öz benliğine kavuşmaktadır.

Psikolojide Jung tarafından kişiliğin merkezine oturtulan benliğin,<sup>22</sup> tasavvufî yaşantıda karşılığı nefistir. Bu sebeple tasavvufta özbenliğin oluşumu, nefis terbiyesinden geçmektedir.

---

<sup>18</sup> “Sen yüzünü hanif olarak dine, Allah insanları hangi fitrat üzere yaratmışsa ona çevir.” Rûm 30/30

<sup>19</sup> Mehmetoğlu, *Kişilik ve Din*, 49.

<sup>20</sup> Murat Yıldız, “Benlik Kavramı ve Benliğin Gelişiminde Dinin Rolü”, *Dokuz Eylül Üniversitesi (D.E.Ü) İlahiyat Fakültesi Dergisi*, 23 (İzmir 2006) 89 ve 108.

<sup>21</sup> Mehmetoğlu, *Kişilik ve Din*, 50.

<sup>22</sup> Mehmetoğlu, *Kişilik ve Din*, 49.

## 1.2. Kişisel Gelişimin Tanımı

Yukarıdaki bilgileri bütün olarak ele aldığımızda, genel manasıyla, kişisel gelişim, insanın kendi kişiliğini oluşturan özelliklerin ve sahip olduğu tüm değerlerin farkına varma, onları iyileştirme ve geliştirme çabası olarak görülebilir. Zira kişisel gelişimin temeli insanın kendisini tanıması kabul edilmiştir. Zira kendini tanımak, öğrenme gereksinimlerini, yetenek ve potansiyeli ortaya çıkartır.<sup>23</sup> Kişisel gelişim, insanın kendisini tanıması için geliştirilen metot ve teknikler zinciri olarak tanımlanır.<sup>24</sup>

Kişisel Gelişim Uzmanı Doğan Cüceloğlu'yla yapılan bir röportajda kişisel gelişimle ilgili şu kaniya varılmıştır: “*Psikolojinin insanı tanımak için ortaya koyduğu kuralların kişileştirilmesiyle oluşmuş eğitim yöntemidir.*”<sup>25</sup>

Kişisel gelişimi konu alan çalışmalarda kişisel gelişimin tanımı; onun alanı ve konusuyla beraber verilmiştir. Bu çalışmalar çerçevesinde kişisel gelişimin tanımı şudur: *İnsanın sahip olduğu sınırsız gücü fark etmesini ve potansiyeli yönünde harekete geçmesini sağlayabilmek için, çeşitli ilimlerden istifade ederek içinde geniş bir alanı ve birçok konuyu barındıran, bulunduğu toplumun kültüründen beslenirken aynı zamanda popüler kültüründe etkisinde kalan bir hayat anlayışıdır.*<sup>26</sup> Bir ilimden ziyâde hayat anlayışı olan kişisel gelişim, hayatın birçok alanında karşımıza çıkmaktadır. Karşımıza hangi alanda çıktığı kadar nasıl çıktığı da önemli görülmektedir. Postmodernizm ve sekülerizmle birlikte insana, tek gerçekliğin bu dünyadan ibaret olduğu ve dünyadaki tüm haz ve lezzetleri tatması gerektiği aşılansmaktadır. Bu istek ve arzuyla insan, kısacık ömrüne birçok şeyi sığdırma çabasına girerek daha hızlı yaşamaya başlamaktadır. Ancak bu hıza ayak uydururken, kişiliğini oluşturmakta güçlük çekmekte ve çözüm yolları arayışına girmektedir. Hayatı hızlı yaşayan postmodern insanın ihtiyaç duyduğu tüm konular, kişisel gelişimin ilgi ve faaliyet alanını ortaya çıkarmaktadır. Bu bağlamda insanın ihtiyaç duyduğu konular şöyle sıralanabilir: Potansiyelini fark edebilme ve

---

<sup>23</sup> Can Hikmet Değirmenci, *Kişisel Gelişim ve Pozitif Enerji*, (İstanbul: Bilge Karınca Yayınları, 2004), 27.

<sup>24</sup> Oğuz Saygın, *Hayatın İçinde Kişisel Gelişim*, (İstanbul: Pozitif Yayınları, 2004), 15.

<sup>25</sup> Hasan Kamil Yılmaz, “Kişisel Gelişim ve Tasavvuf”, *Altınoluk Dergisi*, 202 (Aralık 2002) 13.

<sup>26</sup> Turgay Şirin, *Kişisel Gelişim Medeniyeti, İslam Medeniyetinin Kişisel Gelişim Dinamikleri*, (İstanbul: Armoni Yayıncılık, 2005), 11; Nejat Sezik, *Kişisel Gelişim El Kitabı*, (İstanbul: Hayat Yayınları, 2002), 11-13.

kendini tanıma<sup>27</sup>, hedefleri ve amaçları belirlemek, düşünce yönetimi, büyük düşünmek, olumlu düşmek, şimdiki yaşamak<sup>28</sup>, esnek olmak,<sup>29</sup> etkili konuşmak ve dinlemek,<sup>30</sup> dost kazanmak,<sup>31</sup> davranış yönetimi ve otokontrol sağlamak,<sup>32</sup> mutlu olmak,<sup>33</sup> başarmak,<sup>34</sup> insanlar tarafından sevilme,<sup>35</sup> yarına kalmak<sup>36</sup>, ölüm bilinci, geleceği yaratmak,<sup>37</sup> güçlü ve etkili bir insan olmak,<sup>38</sup> gibi... Bu ihtiyaçlar çerçevesinde konusunu belirleyen kişisel gelişimin faaliyet alanları<sup>39</sup> şöyledir:

- Eğitim<sup>40</sup> (çocuk eğitimi, öğretmen ve öğrencilere yönelik çeşitli eğitimler, öğrenme ve hızlı okuma ve hafıza teknikleri, verimli ders çalışma teknikleri),
- İletişim<sup>41</sup> (beden dili, güzel konuşma, hitabet sunum teknikleri),
- Pazarlama ve yöneticilik,<sup>42</sup>
- Zaman yönetimi,<sup>43</sup>
- İş motivasyonu,<sup>44</sup>

---

<sup>27</sup> Oğuz Saygın, *NLP Teknikleri İle Kişisel Gelişim Stratejileri*, 25. Baskı (İstanbul: Dört Çarpı Dört Yayınları, 2009), 134.

<sup>28</sup> Oğuz Saygın, *Negatif Limanlardan Pozitif Sulara*, (İstanbul: Karma Kitaplar Yayınları, 2014), 75, 94; Oğuz Saygın, *Sen Düşünceden İbaretsin (Mevlana Işığında Düşünce Yönetimi)*, (İstanbul: Karma Kitaplar Yayınları, 2016), 23, 36, 50, 107; Muhammed Bozdağ, *Düşün ve Başar*, 7.Baskı (İstanbul: Nesil Yayınları, 2001), 15, 80, 132, 218.

<sup>29</sup> Saygın, *Negatif Limanlardan Pozitif Sulara*, 70; Oğuz Saygın, *NLP Başarının Bilimi ve Sanatı*, 3.Baskı (İstanbul: Medya Ofis Yayınları, 2006), 28.

<sup>30</sup> Nüvit Osmay, *İnsan Mühendisliği, Hayat karşısında İnsanın Kendisi ve Çevresi*, 9.Basım (Alfa Yayınları: İstanbul, t.s), 157-167.

<sup>31</sup> Dale Carnegie, *Dost Kazanmak ve İnsanları Etkileme Sanatı*, (İstanbul: Timaş Yayınları, 1997), 36.

<sup>32</sup> Değirmenci, *Kişisel Gelişim ve Pozitif Enerji*, 329.

<sup>33</sup> Bertrand Russell, *Mutluluk Yolu*, Trc: Nurettin Özyürek, 6.Basım (İstanbul: Varlık Yayınları, 1988), 9.

<sup>34</sup> Mümin Sekman, *Limit Siziniz, Açılmamış Kanatların Büyüklüğü Bilinmez*, (İstanbul: Alfa Yayınları, 2008), 89; Mümin Sekman, *Her Şey Seninle Başlar*, 17. Baskı, (İstanbul: Alfa Yayınları, 2015), 230; Saygın, *Negatif Limanlardan Pozitif Sulara*, 104.

<sup>35</sup> "Sevilmek için 6 yol : Başkaları ile ilgileniniz, gülümseyiniz, isimleri hatrınızda tutunuz, dinlemeyi biliniz, insanların ilgilerini paylaşınız, başkalarına önemli birisi olduklarını hissettiriniz." Carnecie, *Dost Kazanmak ve İnsanları Etkileme Sanatı*, 39-64.

<sup>36</sup> Üstün Dökmen, *Küçük Şeyler: Deniz Kabukları*, 41. Basım, (İstanbul: Remzi Kitapevi Yayınları, 2017), 24.

<sup>37</sup> Doğan Cüceloğlu, *Savaşçı*, 55. Basım, (İstanbul: Remzi Kitapevi Yayınları, 2017), 104, 236.

<sup>38</sup> Niyazi Altınlar, *Liderliğe Yolculuk, Liderliğin Yeni Yol Haritası*, (İstanbul: Okumuş Adam Yayınları, 2004), 424.

<sup>39</sup> Şirin, *Kişisel Gelişim Medeniyeti*, 12.

<sup>40</sup> Örnekolarak bk. Nur Yayıoğlu, *Başarı, Çocuklarımız ve Biz*, (İstanbul: Resital Yayıncılık, 2007)

<sup>41</sup> Örnekolarak bk. Oğuz Saygın-Şafak Layıç, *Resimli Beden Dili*, (İstanbul: Dört Çarpı Dört Yayıncılık, 2006)

<sup>42</sup> Örnekolarak bk. Metin Saltürk, *Yönetim Başarısı ve Kişilik*, (İstanbul: Toplumsal Dönüşüm Yayınları, 2008)

<sup>43</sup> Örnekolarak bk. Hans Glint, *Yaşamınızı Planlayın*, Trc. Tayfun Aktaş, (İstanbul: Kalipso Yayınları, t.s)

- Sağlıklı yaşam ve stres,<sup>45</sup>
- NLP (olumlu düşünme).<sup>46</sup>

İnsan, kendi eksiği ve ihtiyacına göre bu alanlardan birisine yönelebilmektedir. Eksikliğini fark edip hedefini belirledikten sonra sonuç alan kişi, başka bir yönde kendisini tamamlamak için hızla yeni hedeflere doğru ilerlemektedir. Ancak bir kişinin yukarıda bahsettiğimiz alanların her birinde uzmanlaşma çabası gereksiz görülmektedir. Genel prensip, bu alanlardan bir ya da bir kaçında uzmanlaşmak diğerleri hakkında da genel bilgi sahibi olmaktır. Burada önemli olan, uzmanlaşmak istenilen alan hakkında elde edilen düşüncelerin, aynı zamanda eyleme dökülmesidir.<sup>47</sup> Davranışa yansımayan ve süslü sözlerden öteye gidemeyen düşünceler, kişiliği geliştirmeyeceği gibi kişisel gelişim adı altında bir gösteriden ibaret kalmaktadır.

Kısacası kişisel gelişim, seküler dünyada yaşamaya çalışan ve bu hıza ayak uydurmak isteyen insanların verimliliğini ve performansını arttırmak ve bu yöndeki eksiklerini gidermek için müşteri kitlesine çözüm yolları sunan, arz-talep esaslı hizmet sektörüdür. Bu bağlamda kişisel gelişimin iki hedefi vardır:

1. Resmî eğitimin insan üzerindeki eksiklerini tamamlayarak, piyasanın öngördüğü başarılı, mutlu ve zengin insan tipini oluşturmaktır.
2. Dinin sosyal hayata kattığı ahlâkî değerlerin benzerlerini, dinî metot ve ıstılahı kullanmaksızın, sekülerlikten çıkmadan toplum hayatına uyarlamaktır.<sup>48</sup>

### **1.3. Kişisel Gelişimin Ortaya Çıkışı**

Günümüz kişisel gelişim ideolojisinin anlaşılabilmesi için, kişisel gelişim seyrini modern psikolojinin seyriyle beraber ele almak gerekmektedir. Zira başlangıçta kişisel gelişimin öncülüğünü yapanlar, psikologlar olmuştur. Post modern toplumda, insanların “benlik”

---

<sup>44</sup> Örnekolarak bk. Jale Minibaş Poussard, *İş Yaşamında Güvenli Davranış*, (İstanbul: Morpa Kültür Yayınları, 2006)

<sup>45</sup> Örnekolarak bk. Zuhâl Baltaş-Acar Baltaş, *Stres ve Başa Çıkma Yolları*, (İstanbul: Remzi Kitapevi Yayınları, t.s.)

<sup>46</sup> Örnekolarak bk. Oğuz Saygın, *NLP Başarının Bilimi ve Sanatı*, 3.Baskı (İstanbul: Medya Ofis Yayınları, 2006)

<sup>47</sup> Sezik, *Kişisel Gelişim El Kitabı*, 11-12.

<sup>48</sup> Şirin, *Kişisel Gelişim Medeniyeti*, 12.

arayışına girişmeleriyle birlikte, kültürel bir kurgu olarak kişisel gelişim ortaya çıkmış ve özellikle ABD’de popüler psikoloji eliyle yaygınlık kazanmıştır.<sup>49</sup>

19.yüzyılda ortaya çıkmış bir bilim dalı olan psikolojinin, çıkışına zemin hazırlayan etkenler, kişiliği evvela bozup sonra geliştirme (düzeltme) çabasının ortaya çıkarılması açısından önemlidir. Bu sebeple psikolojinin çıkışından çok daha gerilere giderek tarihi süreci başlatmak icap etmektedir. Bu sayede kişisel gelişim teorilerindeki insan modeline ışık tutulmuş olunacaktır. Mustafa Merter bu konuda:“*Çağdaş tüketim toplumunun dinamiklerini anlamak ve çareler üretmek istiyorsak, bu düşüncenin geçmişte ektiği tohumları görmeliyiz*”<sup>50</sup> diyerek psikolojik analizini yaptığı insanın hastalıklı yönünün yani nefsi emmâresinin, hasta olma sürecine vurgu yapmıştır.

Bu süreci, 15. yüzyıla kadar gidip Rönesans hareketinin düşünce sistemine dayandırmak mümkündür. Batının “yeniden doğuş” olarak kabul ettiği bu dönemde ortaya konan teorilerin temel dayanağı, “dini” insan hayatından tamamen soyutlamakta ve insanı merkeze koymaktadır. Bu bağlamda Rönesans, insanın keşfedilmesi olarak da tarif edilmiştir. Zira Engizisyon mahkemeleri ve kilise insanın kişiliğini alçaltırken, Rönesansla birlikte insan değer kazanmıştır. İnsanın değersiz görüldüğü din anlayışına karşı, insanı savunma girişimleri “hümanizm” akımını başlatmıştır. Bu düşüncede insan, evrenin merkezine konularak tanrının yerini almıştır. Başlangıçta hümanistler, dindar olmakla beraber, hümanizmin asıl felsefesi dünyevîlik olduğundan, daha sonraları ateizm, deizm ve agnostisizme yönelmişlerdir. Dini de bu bağlamda dünyevileştirmişlerdir.<sup>51</sup> Böylece Rönesans hümanizmi, hümanizm sekülerizmi ortaya çıkarmıştır.

Rönesans ile birlikte madde kalıbına sokulan Avrupa insanı, manevî değerlerden kopmuş, böylece hem kendisine hem de dış dünyaya yabancılaşmıştır. Bu yabancılaşmanın ürünü olarak, 16.yüzyılda halk, ekonomik bunalım içindeyken soylular, bu toplumsal bunalımı görmemek istercesine, abartılı müziklere ve sanatsal faaliyetlere yönelmişlerdir. Hatta kültürel ve sanatsal faaliyetlerdeki artış o döneme

---

<sup>49</sup> Kemal Sayar, *Hayat Teselli Bulmaktır*, 5. Baskı, (İstanbul: Timaş Yayınları, 2016), 108.

<sup>50</sup> Mustafa Merter, *Dokuz Yüz Katlı İnsan (Tasavvuf ve Benötesi Psikoloji-Transpersonel Psikoloji)*, 12.Basım (İstanbul: Kaknüs Yayınları, 2013), 21.

<sup>51</sup> Levent Öztürk, “Rönesans Dönemi”, erişim: 23.04.2019, <http://www.felsefesi.org>

adını vermiştir.<sup>52</sup> 18. yüzyıla gelindiğinde ise daha köklü bir değişimle karşılaşmaktadır. Dinin hızla önemini yitirdiği ve dini değerlerin yerini aklî verilerin aldığı bu dönemde insan, ilah olarak aklını seçmiş durumdadır. Aklın putlaştırıldığı Aydınlanma Dönemi ve beraberinde insanı güç sarhoşluğuna iten Endüstri Devrimi insanın doğasını tamamen değiştirmiştir.<sup>53</sup> Batı’da tüm bu gelişmelerle birlikte, insan dinden koparılarak farklı ideolojilerin bünyesine dâhil edilmiştir. Aydınlanma hareketi, bilimin dışında hiçbirşeyi kabul etmeyen ve dinî konuları bir yanılsama olarak gören pozitivizmi<sup>54</sup> ve tek gerçekliğin sadece görünen bu dünya olduğu inancıyla da sekülerizme ivme kazandırmıştır. Sekülerizm ile hedeflenen, sadece dünya için yaşamının da ötesinde insanın kutsallaştırılmasına dayanmaktadır. Bu bağlamda sekülerizm, insana, tanrısal otoriteyi devre dışı bırakarak, kendisini evrenin efendisi olarak kabul etmesini söylemektedir.<sup>55</sup>

Endüstri ya da diğer adıyla Sanayi Devrimi, üreten toplumdaki tüketen topluma, veren toplumdaki alan topluma geçişin müsebbibi kabul edilir. Üretmek yerine durmadan tüketmek, vermek yerine sınırsızca almak, insanı kanaatkârlıktan tamahkârlığa, cömertlikten cimriliğe, tevâzûdan kibre sürüklemiştir. Bu da insan ruhunu çökertmiş ve egoist kişiliklerin artmasına zemin hazırlamıştır. Bu akımların dayattığı fikirlerle birlikte artık insan, daha da özgüvenli, özgür ve bencil olmuştur. Bununla beraber varoluş kaygısından, inanmaktan veya inansa bile yaratıcısına karşı sorumlu olmaktan sıyrılmıştır. Nihayetinde ruhsuz, aklına tapan bir varlık peyda olmuştur.

Aydınlanma döneminin bilimsel yenilikleri, insanın varoluşsal problemini çözmede yeterli olamamıştır. İnsanın varoluşuyla ilgili araştırma alanı, aydınlanma hareketine uygun olarak seçilmiştir. Yani dine ilişmeden aklın sunduğu veriler ışığında insanın derinliklerinin analizi yapılmıştır. Kutsal olanların yerini “izm”lerin almaya başladığı Aydınlanma Dönemi, modern psikolojinin de çıkış noktası olarak kabul edilmektedir. Kısacası, insanı yaratıcısından koparan ve onu ruhsuzlaştıran Avrupa medeniyeti, bu

---

<sup>52</sup> Barok dönemi, Rönesans Döneminin toplumsal ve ekonomik problemleri karşısında, soyluların kültürel ve sanatsal alana yöneldikleri bir dönemdir. Bk.: “Barok Dönem Nedir?”, erişim: 01.05.2019, <https://www.nedir.com/barok-dönem>.

<sup>53</sup> Merter, *Dokuz Yüz Katlı İnsan*, 17.

<sup>54</sup> Bk. İlhan Kutluer, “Pozitivizm”, *DİA*, (Ankara: TDV Yayınları, 2007) 34: 335.

<sup>55</sup> Ali Özenç, “Şerif Mardin’e Göre Modernleşme ve Din”, (Yüksek Lisans Tezi, Selçuk Üniversitesi, 2006), 26.



maddeci faaliyetlerinin sonunda hasta ettiği insan ruhunu düzeltmek için, dine bir alternatif olarak, psikoloji bilimini sunmuştur.<sup>56</sup>

Yukarıda Rönesans ile başlayan dönemlerde, psikolojinin doğması için hazırlanan zemin ortaya konulmuştur. Başka bir ifadeyle, insan ruhunun hastalıklı yönünün ortaya konulabilmesi için öncelikle onun hasta edildiği süreç analiz edilmiştir. Abraham Maslow'un modern psikolojinin, insan ruhunun hastalıklı yönünü konu edindiğini düşünmesi<sup>57</sup>, yukarıdaki dönemlerin psikolojinin ortaya çıkış sebebi olarak değerlendirilmesini destekler niteliktedir.

Batılı insan ruhunda meydana getirilen bu sarsıntı, onu içsel boşluğa<sup>58</sup> sürüklemiştir. Böylece egoist, yalnız, ölmekten ve yaşlanmaktan korkan, ümitsiz insan tipleri ortaya çıkmıştır. Evvela bu tipleri analiz etmek için psikoloji ilmi, sonra da sekülerizm çizgisinden çıkmadan bu tipleri geliştirmek adına, yine psikoloji eliyle, kişisel gelişim ortaya çıkmıştır.

### **1.3.1. Psikolojide Kişilik Gelişim Kuramları**

Seküler ve rasyonel süreçte psikoloji, psikanaliz, psikoterapi gibi bilimlerin yanı sıra insanın kişiliğini geliştirici teoriler de üretilmiştir. Kişisel gelişim eserlerinin düşünce sistemine baktığımızda, psikoloji bilimindeki kuramların<sup>59</sup> günümüz kişisel gelişim psikolojisinin temellerini oluşturduğunu görmekteyiz. Psikoloji tarihinde kişilik gelişimine dair kuramlar şunlardır:

- Freud'un "Psikoseksüel Gelişim Kuramı"
- Erikson'un "Psikososyal Gelişim Kuramı"
- Bowlby'nin "Bağlama Kuramı"
- Piaget'in "Bilişsel Gelişim Kuramı"
- Kohut'un "Kendilik Psikolojisi Kuramı"

---

<sup>56</sup> Merter, *Dokuz Yüz Katlı İnsan*, 18.

<sup>57</sup> Ali Köse-Ali Ayten, *Din Psikolojisi*, 4.baskı, (İstanbul: Timaş Yayınları, 2014), 58.

<sup>58</sup> Sayar, *Hayat Teselli Bulmaktır*, 98.

<sup>59</sup> Kuram; uygulamayı ve yarar sağlamayı dikkate almadan ortaya konan salt bilgi, teori demektir. Psikoloji ilminde, "teori" yerine "kuram" kavramı tercih edildiğinden biz de çalışmamızda "kuram" kavramını kullandık.

- Abraham Maslow'un "Kendini Gerçekleştirme Kuramı".<sup>60</sup>

Sigmund Freud'un psikoseksüel kuramı kadar diğer kuramları da önemlidir. Zira Freud'un kuramları, dinamik psikiyatrinin bir uzantısı olmakla<sup>61</sup> beraber Freud'un düşüncelerinin insana ve insanın gelişimine farklı boyutlar kazandırmış olması bakımından da önemli görülmüştür. Freud psikanalizin kurucusu ve bilinçdışından ilk defa bahseden bir psikologdur. Bununla beraber Freud'un düşünceleri birçok yönden eleştirilmiştir. Freud'un tepkilere yol açan kuramlarını başlıklar halinde şöyledir: Bilinç nitelikleri, ruhsal aygıtın üç yapısı, libido, psikoseksüel gelişim, iyileştirme ve araştırma yöntemidir.<sup>62</sup>

Bilinç nitelikleri kuramında Freud, zihni, üçe ayırarak ele almıştır: Bilinç, Bilinç Öncesi ve Bilinç Dışı. Bilinci, zihnin dıştan ve içten gelen algıları idrak eden bölgesi olarak; bilinç öncesini, zihnin dikkatle algılanan bölgesi olarak; bilinçdışını ise zihnin bilinç düzeyine ancak egonun etkinliğinin azalmasıyla ulaşılabilecek bir bölgesi olarak tarif etmiştir. Bu ifadeyle, kişilik gelişiminin sağlanmasında egonun isteklerinin azaltılmasının gerekliliği fikri anlaşılrsa da Freud'a göre, insanın eğilimleri bastırılmaya çalışıldıkça insan psikolojisi bozulmaktadır. Ona göre insanın davranışlarının temelinde de bilinçdışında bastırılan ve toplum tarafından kabul edilmeyen arzular vardır.<sup>63</sup> Hatta insanın özü de bastırılmaya çalışılan bu duygu ve davranışlarda gizlidir. Ona göre insan, saldırgan, olumsuz ve yıkıcı özellikleri olan, cinsel dürtüleri peşinde koşan, bencil, anti-sosyal bir yaratıktır.<sup>64</sup> Toplumlar halinde yaşamasının sonucu olarak, saldırganlığı bastırılan insanda yüceltme ve nevrozun ortaya çıkacağını savunur. Yüceltme sonucunda, kişi toplumun değerlerine uygun davranma eğilimi gösterirken; bu uyumun ve uygarlaşmanın bedeli olarak ise içten içe nevroz yani ruhsal bozukluklar yaşamaktadır. Kısaca Freud'a göre insan, toplumsal kurallara uygun davrandığı ölçüde ruhsal hastalıklara maruz kalmaktadır. Zira onun algısında insan özünde kötü tabiatlı bir

---

<sup>60</sup> Jerry M. Burger, *Kişilik*, Trc: İnan Deniz Erguvan Sarıoğlu, (İstanbul: Kaknüs Yayınları, 2006), 85, ; Çare Sertelin Mercan, "Gelişim Psikolojisinde Kuramlar ve Araştırma Yöntemleri", *Gelişim Psikolojisi*, Nşr. Hatice Ergin-Armağan Yıldız, 3. Basım (İstanbul: Nobel Yayınları, 2012), 9, 10,13; Osman Özdemir v.dğr., "Kişilik Gelişimi", *Psikiyatride Güncel Yaklaşımlar*, 4/4, (2012), 570, erişim: 04.12.2017, <http://www.cappsy.org>

<sup>61</sup> Merter, *Dokuz Yüz Katlı İnsan*, 25.

<sup>62</sup> Burger, *Kişilik*, 71-78; Ali Rıza Bayzan, *Sûfi İle Terapist (Psikoterapiler ve Tasavvuf Üzerine Bir Karşılaştırma Denemesi)*, 8. Baskı, (İstanbul: Etkileşim Yayınları, 2015), 132.

<sup>63</sup> Yanbastı, *Kişilik Kuramları*, 18-21.

<sup>64</sup> Bayzan, *Sûfi İle Terapist*, 132 ve 179; Köse-Ayten, *Din Psikolojisi*, 29.

varlıktır. Öne sürdüğü bu düşünce Freud'un Hristiyanlıktaki 'asli günah' kavramını benimsediğini göstermektedir. Ancak Freud, bu kötümser dinî görüşün, din dışı alandaki temsilcisi kabul edilmektedir.<sup>65</sup> Ayrıca Freud'un dine karşı bakışıyla materyalist anlayışın hız kazandığı da kabul edilmektedir.<sup>66</sup>

Bu ifadelerden de anlaşılacağı üzere Freud, insanı nefsi emmâre ile sınırlayarak sadece nefs-i emmâreye ait alt bilinçdışının analizini yapmıştır. Bilinçdışının varlığını ortaya koyarak psikolojiye büyük katkı sağlamasına rağmen, bu bilgiyle insanın gelişmesini sağlayabilecekken onu daha da nefs-i emmâresine esir etmiştir.<sup>67</sup>

Freud'un diğer bir kuramı, ruhsal aygıtı üçe ayırarak oluşturduğu; id, ego ve süper-egodur. Ona göre kişilik, birbirleriyle etkileşim halinde bulunan bu üç unsurdan oluşmaktadır.<sup>68</sup> İd: Kendi arzuları peşinde koşan, asosyal aynı zamanda da kişiliği oluşturan doğal bir yapıdır. İd, altbenlik yani bilinçdışında yer alır; insanın kişisel isteklerini tatmin etmeye çalıştığı bencil kısmını ifade eder.<sup>69</sup> Ego: İd'in ihtiyaçlarının karşılanmasında ortamın uygun olup olmadığını kontrol ederek, id ile dış dünya arasında uzlaşma sağlamış olmaktadır. Başka bir ifadeyle, egonun görevi çevreye uyum sağlamaktır. İdde haz ilkesi hâkimken, ego da gerçeklik ilkesi geçerlidir. Süperego: Ahlakî değerler ve toplumsal kurallar süperego için önemlidir. İddeki haz ilkesi yerine süper-egoda da ideallik ilkesi hâkimdir.<sup>70</sup> Kısaca kişiliğin, biyolojik kısmı id, psikolojik kısmı ego ve toplumsal kısmı süperego kabul edilmektedir.<sup>71</sup>

Freud, kendinden önceki psikologlar gibi sadece bilinçte var olanlarla değil bilinçdışında olanlarla da ilgilenerek dikkatleri üzerine çekmiştir. Kısacası Freud'a göre insanın kişiliği, bilinçaltı denilen id, bilinç düzeyinde olan ego ve bilinçüstü olan süper-egodan meydana gelmektedir. İd arzuları ifade eden libidoyu, ego irade sahibi benliği, süper-ego ise dinin ve kültürün oluşturduğu vicdanı temsil etmektedir.<sup>72</sup> Freud'un id kavramı, kötülüğü isteyen nefis yani nefis-i emmâre ile süper-ego kavramı da kendisini

---

<sup>65</sup> Bayzan, *Sûfi İle Terapist*, 181.

<sup>66</sup> Bk.: Aydın Topaloğlu, "Materyalizm", *DİA*, (Ankara: TDV Yayınları, 2006), 23: 138.

<sup>67</sup> Merter, *Dokuz Yüz Katlı İnsan*, 76.

<sup>68</sup> Burger, *Kişilik*, 77; Köse-Ayten, *Din Psikolojisi*, 29.

<sup>69</sup> Burger, *Kişilik*, 78.

<sup>70</sup> Burger, *Kişilik*, 77-80; Köse-Ayten, *Din Psikolojisi*, 29; Bayzan, *Sûfi İle Terapist*, 133.

<sup>71</sup> Yanbastı, *Kişilik Kuramları*, 22.

<sup>72</sup> Habil Şentürk, "Freud'un Din ve Psikoloji Anlayışına Eleştirel Bir Yaklaşım", *Dini Araştırmalar Dergisi*, 7/19 (Isparta 2004) 229.

kınayan nefis yani nefs-i levvâme ile benzerlik gösterdiği düşünülmektedir.<sup>73</sup> Bu karşılaştırma ise bilinçdışı kavramıyla kişiliği izah etmekte çığır açtığı kabul edilen Freud'un, tasavvufî eğitimin yedi aşamalı nefis mertebesinin henüz ikinci mertebesinde gelişimi nihayete erdirdiğini göstermektedir.

Freud, kişiliğin, libido adı verilen psişik enerji ile harekete geçtiğini savunmuştur.<sup>74</sup> Başta düşünceleriyle dikkatleri üzerine çekmeyi başaran Freud, libido kavramı ile insanı arzularının tutsağı sayması, bu tutsaklığı asıl özgürlük olarak ifade etmesi ve din konusundaki sert düşünceleriyle eleştiri toplamıştır. Yaşam içgüdülerini harekete geçiren hayat enerjisi için libido kavramını kullanarak, insanda hatta tüm canlılarda ölüm (eros) ve yaşam (thanatos) içgüdülerinin olduğunu ifade etmiştir. Ölüm içgüdüsünü, insanın doğasında var olan yok etme ve yok olma duygusu olarak ifade etmiştir. Saldırganlık, cinayet ve intihar gibi eylemlere bu dürtünün sebep olduğunu ileri sürmüştür. İnsanın bütün davranışlarının bu iki dürtüden kaynaklandığını savunan Freud, bilinçdışında yatan bu dürtülerin insanı yönlendirdiğini ve dolayısıyla da onun gerçekte özgür olamayacağını öne sürmüştür.<sup>75</sup> Ona göre, bilinçdışında var olan ölüm korkusu ve varoluş karmaşası sebebiyle insan dine meyletmektedir. İnsanın bilinçaltında, sığınma ihtiyacı olduğundan, dini “sığınma ihtiyacından doğan bir yanılısama”; kaynağını da “korku ve acizlik” olarak kabul etmektedir. Dini, bir çeşit nevroz, yani ruh hastalığı varsayan Freud, id kavramında öne sürdüğü, insanın doğal yapısının bozulduğu ve sonucunda hastalandığı görüşünü, din anlayışında tekrar etmektedir. Ona göre dinin emirlerine itaat eden bir insan, kendi doğal yapısını bastırdığı ve sakladığı için gerçekte ahlâklı sayılmamaktadır. Hatta din, kişinin gerçek benliğini ortaya koymasına mâni olduğundan, dindar insanda sahte bir kişilik oluştuğunu iddia etmiştir.<sup>76</sup>

Son olarak Psikoseksüel gelişim kuramında Freud, kişilik gelişiminin insanın doğumundan itibaren aşamalı olarak beş evrede gerçekleştiğini söylemiştir. Ancak insanın kişilik gelişimini 6 yaş gibi çok erken bir dönemde tamamladığını, geriye kalan dönemlerin ise bilinçdışında olanların etkisiyle ortaya çıktığını iddia ederek, insanın

---

<sup>73</sup> Kemal Sayar, *Sûfî Psikolojisi*, 10. Basım, ( İstanbul, Timaş Yayınları, 2015), 31.

<sup>74</sup> Burger, *Kişilik*, 85.

<sup>75</sup> Burger, *Kişilik*, 80-81; Köse-Ayten, *Din Psikolojisi*, 28; Bayzan, *Sûfî İle Terapist*, 134.

<sup>76</sup> Şentürk, “Freud’un Din ve Psikoloji Anlayışına Eleştirel Bir Yaklaşım”, 225 ve 229.

kişilik gelişimini daha yolun başında sonlandırmıştır. Freud'un psikoseksüel gelişim evreleri şunlardır:

1. 0-1 yaş Oral Dönem
2. 1-3 yaş Anal Dönem
3. 3-6 yaş Fallik Dönem
4. 6-11 yaş Latens Dönem
5. 11 yaştan sonra Genital Dönem

Freud, “pregenital” olarak adlandırıldığı ilk üç dönemi, kişiliğin temellerinin atılması bakımından önemli kabul etmiştir.<sup>77</sup> Kişiliğin temellerinin atılması bakımından önemli kabul ettiği 4-6 yaş evresinde, iğdişlik korkusu ve ödipus karmaşasının yaşandığını iddia etmesiyle çokça eleştirilmiştir.<sup>78</sup> Freud'un cinsel ayırım üzerine şekillendirdiği kişilik gelişim evreleri<sup>79</sup>, erkeği yüceltirken kadını da fenimist duygulara sürüklediği kabul edilir. Feminizm başlarda, Sanayi Devrimiyle birlikte kadınların iş hayatında aktif olmalarını istemelerinden kaynaklanmaktayken, Freud'un ödipus ve iğdişlik korkusunu ortaya atmasıyla “erkek düşmanlığı”na doğru kaymıştır.<sup>80</sup> Freud, erkeğe fazlasıyla özgüven, kadına da aşağılık duygusu aşılayarak hem erkek hem kadın ruhunu ayrı ayrı yönlerden zehirlemiştir. Mustafa Merter, Freud'un düşüncelerinin etkisiyle ruhsal yapısı bozulan kadının; ya erkek düşmanı, ya erkeksi kadın, ya da değerli olma çabasıyla kendini teşhir eden bir kadın olmayı tercih ettiğini ifade etmiştir. Merter, gerek kendinden gerekse erkekten nefret eden kadının özüne ihanet ettiğini düşünmektedir.<sup>81</sup>

Bir diğer gelişim kuramı geliştiren isim Erikson'dur. Erikson “kimlik” konusundaki çalışmalarıyla ön plana çıkmış ve Freud'un görüşlerinden etkilenmiş bir psikologdur. Erikson da Freud gibi gelişimi belli dönemlerde ele almıştır. Ancak o insanın kişilik gelişimini Freud gibi çocukluk dönemiyle sınırlandırmamıştır. Erikson'a göre gelişim hayat boyu devam etmektedir.<sup>82</sup> Erikson'un gelişim kuramının Freud'un gelişim

---

<sup>77</sup> Özdemir ve dğr., “Kişilik Gelişimi”, 571.

<sup>78</sup> Ödipus karmaşası, erkek çocuğun annesine karşı özel hisler besleyerek babasını kıskanması ve onunla rekabet içinde olmasıdır. Elektra da kız çocuğun babasına ilgi duyarak annesini kıskanması ve rekabete girişmesini ifade eder. Bk. Burger, *Kişilik*, 89; Köse-Ayten, *Din Psikolojisi*, 30.

<sup>79</sup> Burger, *Kişilik*, 85.

<sup>80</sup> Yasemin Bahar, “Prof.Dr. Alev Özkazanç'tan Feminist Kuram ve Psikanaliz'in Çatışmalı Hikâyesi”, erişim: 11.01.2019, <https://gaiadergi.com/feminist-kuram-psikanalizin-catismali-hikayesi>.

<sup>81</sup> Merter, *Dokuz Yüz Katlı İnsan*, 22-23.

<sup>82</sup> Burger, *Kişilik*, 164; Köse-Ayten, *Din Psikolojisi*, 62.

kuramından bir diğerk farkı; Freud, insanın gelişim evrelerini cinsel anlamda ele alırken Erikson sosyal bağlamda ele almaktadır. Bu sebeple kuramı “Psikososyal Gelişim Kuramı” adını almıştır.<sup>83</sup> Bu gelişim evreleri:

- 1- Temel Güvene Karşı Güvensizlik (0-1 Yaş)
- 2- Özerkliğe Karşı Utanç ve Şüphe (1-3 Yaş)
- 3- Girişimciliğe Karşı Suçluluk (3-6 Yaş)
- 4- Çalışkanlığa Karşı Aşağılık Duygusu (6-12 Yaş)
- 5- Kimlik Bütünlüğüne Karşı Kimlik Bocalaması (12-18 yaş)
- 6- Yakınlığa Karşı Yalıtılmışlık (18-26 Yaş)
- 7- Üretkenliğe Karşı Durgunluk (16-50 Yaş)
- 8- Benlik Bütünlüğüne Karşı Umutsuzluk ( 50 Yaş üzeri) <sup>84</sup>

Birbirini takip ederek sekiz evreden oluşan bu gelişim modeline göre; bir evrenin sağlıklı bir şekilde ortaya çıkması için bir önceki evredeki problemin çözülmesi, krizin atlatılması ve engelin aşılması gerekmektedir. Problemi çözmesi ölçüsünde yeni bir kişilik değeri kazanan insan, sonraki evreye daha sağlam ve güvenle ilerlemektedir.<sup>85</sup>

Kişisel gelişimde ortaya çıkan kuramlardan biri de Bowlby'nin “Bağlama Kuramı”dır. Bu kurama göre, insanın sağlıklı bir kişiliğe sahip olabilmesi, onun çocukken annesi, babası ya da bakıcısı ile yaşadığı olumlu bağlanmaya dayanmaktadır. Bunun aksine Bowlby, bu dönemde sarsıntıya uğramış ya da sağlıksız gelişmiş bağlanma ilişkilerinin zihinsel ve ruhsal hastalıklara yol açmakla birlikte kişilik bozukluklarının da temelini oluşturduğunu söylemiştir.<sup>86</sup>

Bir diğerk kuram olan Piaget'in “Bilişsel Gelişim Kuramı” ise insanın öğrenmedeki gelişim sürecini ele almaktadır. Bu kuramın evreleri:

- 1- Duyusal Motor Evre (0-2 Yaş)
- 2- İşlem öncesi Evre (2-7 Yaş)
- 3- Somut İşlemsel Evre (7-12)
- 4- Formel İşlemsel Evre (12 Yaş)

---

<sup>83</sup> Özdemir v.dğr., “Kişilik Gelişimi”, 571.

<sup>84</sup> Burger, *Kişilik*, 164-170.

<sup>85</sup> Burger, *Kişilik*, 164; Köse-Ayten, *Din Psikolojisi*, 63-64.

<sup>86</sup> Özdemir v.dğr., “Kişilik Gelişimi”, 572.

Bu gelişim evrelerine göre insan ilk evrede, kendini nesnelere ayırt etmeye başlamakta ve kendini fiillerinin faali olarak fark etmektedir. İkinci evrede, dili kullanmayı öğrenirken düşüncesi hala benmerkezcidir. Üçüncü evrede, somut düşünebildiğinden nesne ve olaylar hakkında mantıksal akıl yürütebilmektedir. Dördüncü evrede de soyut önermeler hakkında mantıksal düşünmeye başlayabilmektedir.<sup>87</sup>

Tüm bu kuramlar, insanın farklı yönlerden gelişimini esas alarak ortaya konulan kuramlardır. Kohut, bu kuramların tümünü toplayarak “kendilik psikolojisi”ni geliştirmiştir. Ona göre ruhsal yapının temeli olan kendiliğin gelişimi, bebeklikten itibaren başlayan ve insan ilişkileriyle devam eden bir süreçtir.<sup>88</sup> Bu anlamda diğer gelişim kuramlarını kapsamaktadır. Kohut’un “Kendilik Psikolojisi Kuramı”na göre kişilik gelişiminin birbirine paralel iki yönü vardır. Ona göre benliğin merkezinde, çekirdek benlik adını verdiği bir alan vardır. Bu alan temel arzular ve temel emeller olmak üzere iki kutbun çatıştığı bir alandır. Bu çatışma ve gerginlik ancak emellere ve ideallere ulaşıldığı ölçüde azaltılmaktadır. Benlikte yaşanan çatışmanın en aza indirilmesi ve istenilene ulaşılabilmesi, sahip olduğumuz roller aracılığıyla mümkündür. Zaten “benlik” denilen kavram, zamana ve mekâna göre sahip olduğumuz rollerin toplamından ibarettir. Benliğin merkezinde hâkim olan duygular ise kişiliğe yön vermektedir.<sup>89</sup> Örneğin; karamsar bir role bürünen insanın iç çatışması daha da artarken; ümitli ve olumlu düşünen bir insanın iç gerginliği azalmakta ve bu huzurla birlikte ideallerine kavuşması kolaylaşmaktadır.

Modern psikoloji, insanın sahip olduğu roller aracılığıyla onu tanımlamaya çalışırken, şu gerçeği görmezden gelmektedir: “Bu rolleri üstlenmeden önce insan kimdir?” ya da “Bu rolleri terk ettiğinde insan kim olacaktır, ne olacaktır?” Modern psikolojinin, seküler düşünce yapısı insanın görüşünü kısıtlayarak, onun özünü keşfetmesine engel olmaktadır.<sup>90</sup>

Abraham Maslow “Kendini Gerçekleştirme Kuramı” ile insanın iyi tabiatlı olduğunu ve sahip olduğu bu potansiyellerini gerçekleştirebilmek için irade sahibi olduğunu

---

<sup>87</sup> Mercan, “Gelişim Psikolojisinde Kuramlar ve Araştırma Yöntemleri”, 13; Köse-Ayten, *Din Psikolojisi*, 47.

<sup>88</sup> Özdemir v.dğr., “Kişilik Gelişimi”, 573.

<sup>89</sup> Merter, *Dokuz Yüz Katlı İnsan*, 66.

<sup>90</sup> Merter, *Dokuz Yüz Katlı İnsan*, 67.

söylemiştir. Hem hümanist psikolojinin hem de benötesi (transpersonel) psikolojinin kurucusu olan Maslow, psikolojinin insanın negatif yönleri üzerinde duruşunu eleştirmiş ve Freud'un psikolojinin hastalıklı yarısını anlattığını, kendisine de sağlıklı diğer yarısını anlatmak kaldığını dile getirmiştir.<sup>91</sup> Maslow, insanın sahip olduğu olumlu potansiyellere ulaşip kendini gerçekleştirebilmesi için belli başlı yaşam hedeflerinin olduğunu ve bu hedeflere belli ihtiyaçların karşılanması sonucunda ulaşabileceğini ortaya koymuştur. Kendi içinde bir hiyerarşi oluşturan bu ihtiyaçlar şöyle sıralanmaktadır:

1. Fizyolojik ihtiyaçlar: Yemek, içmek, uyku, cinsellik vb.
2. Güvenlik ihtiyacı: Korunma.
3. Ait olma ve sevgi ihtiyacı: Duygusal bağ kurma, sevme, sevilme.
4. Saygınlık ihtiyacı: Kendine saygı duyma ve başkaları tarafından saygı görme.
5. Kendini gerçekleştirme ihtiyacı: Bu düzeyde bir insan, sahip olduğu tüm potansiyellerini kullanabilen, kendini ve diğer insanları olduğu gibi kabul eden, empati kurabilen, sağlıklı ilişkileri olan, özgür, yaratıcı fikir sahibi, adaletli, dürüst, karşılıksız sevebilen bir insandır.<sup>92</sup>

Abraham Maslow; bu kuramı ortaya koyarken Albert Einstein, Ruth Benedict, William James<sup>93</sup> gibi ün kazanmış isimleri de inceleyerek kendini gerçekleştiren insanların belli başlı özelliklerini tespit etmiştir:

- İnsanların övgü ve yergilerini bir kabul etme, övgüye sevinmeme eleştiriye üzülmemeye,
- Durumları, olayları ve insan davranışlarını doğru değerlendirebilme,
- Kendini ve başkalarını olduğu gibi kabullenme,
- İnsanlara değer verme ve samimi ilişkiler kurabilme,
- Allah'ın kendilerine sunduğu tüm nimetlere karşı şükran içinde olma,
- Zirve (aşkın) deneyimler yaşama.

Maslow, bu son özelliğin üzerinde dikkatle durmaktadır. Ona göre, aşkın deneyimi en az bir kere bile yaşamış bir kişi, o esnada adeta farklı bir boyuta geçerek bambaşka kişiliğe bürünmektedir. Aşkın tecrübe esnasında ego transa geçerek benliğin kayboluşu

---

<sup>91</sup> Merter, *Dokuz Yüz Katlı İnsan*, 56; Köse-Ayten, *Din Psikolojisi*, 58.

<sup>92</sup> Burger, *Kişilik*, 431-435; Köse-Ayten, *Din Psikolojisi*, 59.

<sup>93</sup> Şirin, *Kişisel Gelişim Medeniyeti*, 185.



yani egosuzluk hali yaşanmaktadır. Zaman ve mekân kavramı ortadan kalkmakta, ikilik biterek “bir”e ulaşılmaktadır. Görüşte, düşünüşte ve algılayışta birlik hali elde edilerek bütüncül bakış yakalanmaktadır. Korku, endişe, tedbir, kontrol, savunma, nefret, kibir kaybolmakta; korkunun yerini haşyet, endişenin yerini huşû; tedbir, kontrol ve savunmanın yerini teslimiyet, nefretin yerini muhabbet, kibrin yerini tevazû almaktadır. Aşkın tecrübe yaşayanlar Maslow’a göre mistiklerin ve şairlerin diliyle konuşan, aynı zamanda sanatı daha iyi anlayabilen insanlardır. Bu insanlar her şeye kutsallık atfetmektedir. Günahın varlığını ve kaçınılmazlığını kabul etmektedirler. Bakış açıları geniş olduğundan ve bütüncül düşünebildiklerinden yeniliklere ve keşiflere açıktırlar. Kendilerini insanlığın faydası adına bir araç olarak görmektedirler. Bu sebeple de toplumda saygı gören taraflarının yanı sıra insanları celbeden ve onlara huzur veren yanları da vardır.<sup>94</sup>

Kısaca kendini gerçekleştirmiş insan, yaratıcılık, azim, sabır, cesaret, diğerkâmlık, tevekkül, tefekkür, adalet, huşu, tevazu, muhasebe gibi temel özelliklere sahip bir karaktere bürünür. Bu insan artık hayatın zorluklarına göğüs gerebilecek iradeye ulaşmış, iç huzuru ve mutluluğu yakalamıştır. Dert, sıkıntı ve tüm acılar artık onu geriletmek yerine ilerletir ve “ontolojik sıçrama”<sup>95</sup> için fırsat oluşturur.

Bu kurama göre insan, yeni değerler kazanmamakta; özünde var olduğu halde kaybettiklerini yeniden elde etme imkânı bulmaktadır. Bu fikir, Hristiyanlığın “ilk günah” dogması ve psikanalizin kaotik(kötü) insan düşüncesinde sıkışan Batı insanına yepyeni ve bambaşka bir insan modeli sunmuş oldu.<sup>96</sup> Ancak ilahî bağ olmayınca, yaşadığı tüm aşkın deneyimlerin ardından, insanın önceki karamsarlığından daha güçlü bir karamsarlığa ve çöküntüye düşmesi kaçınılmaz olmuştur. Maslow, tüm ihtiyaçları gerçekleştirdiği halde kendini gerçekleştiremeyen nice insanı görmüş, maddî ihtiyaçların karşılanmasının mânevî gelişim için yeterli olmayacağını anlamış ve son zamanlarında vermiş olduğu bir röportajda teorisinin tekrar gözden geçirilmeye ihtiyacı olduğunu ifade etmiştir. Hâkezâ kendini gerçekleştirmek isteyen insana, nasıl bir yol izlemesi gerektiği konusunda da yol gösterici bir rol sergileyememiştir. Kaynaklarda kendini gerçekleştirmeyi başarmış hiçbir metodun yer almamış olması da teorisinin başarıya

<sup>94</sup> Şirin, *Kişisel Gelişim Medeniyeti*, 184-187.

<sup>95</sup> Mustafa Merter’in *Dokuz Yüz Katlı İnsan* eserinde kullandığı bir kavram. İnsanın kâmil insan olma yolunda, o an sahip olduğu nefis konumdan bir üst nefis mertebesine yükselmesini ifade eden bir kavramdır.

<sup>96</sup> Merter, *Dokuz Yüz Katlı İnsan*, 60.

ulaşmamasının ya da ulaştığı başarının kısa süreli bir deneyimden ibaret olduğunun göstergesidir. Bu da gösteriyor ki, tasavvufi ıstıhlarda yer alan üst nefis mertebelerine nasıl ulaşılabileceğini psikoloji ilmi bilememektedir. Çünkü tasavvuftaki gelişim, bilimin ötesinde, ruhsal ve metafizikselidir.<sup>97</sup>

### 1.3.2. Günümüz Kişisel Gelişim Öğretileri

Yukarıda sırayla ele aldığımız kuramlarda kişiliğin oluşumunu ve gelişimini belli dönemlerde sıraladık. Günümüzdeki kişisel gelişim kavramına, bu kuramların zemin hazırladığını ve aralarında bağ olduğunu söyleyebiliriz. Çünkü kişisel gelişim, başlı başına bir ilim değil, psikolojinin kişilik gelişim kuramlarından ilham alınarak ortaya çıkmış bir hayat felsefesidir. Bu hayat felsefesinin dayanağı da sekülerizmdir.

Kişisel gelişim, rönesansla beraber ruhundan (özünden) uzaklaştırılan insana “mutlu olmanın yolları”yla; Sanayi İnkılabıyla beraber de makineleştirilen insana “iş motivasyonu seminerleri”yle destek sağlamıştır. Olumlu düşün, büyük düşün, imkânsız sözcüğünü hayatından at, motive ol, başar, terk ettiğin umudunu dirilt, kaderin efendisi sensin<sup>98</sup> gibi iddialı ifadelerle ortaya çıkan ve 1970’lerde popülerlik kazanan kişisel gelişimin başarı ve mutluluk hedefi, Freud’un saldırganlık ve cinsellik olarak tanımladığı iki temel içgüdüye dayandırılmaktadır. Saldırganlık ve cinselliğin doğru ve yeterli bir şekilde karşılanması, kişisel ve ruhsal bütünlüğün temeli olarak kabul edilmiştir. Saldırganlık, insanın yok etme, zarar verme duygusunu ifade etmekle beraber, para kazanma, zengin olma, şöhret elde etme ve başarıma hırsını da ifade etmektedir. Buradaki manasıyla cinsellik de insanın sevme, sevilme, hayattan zevk alma ve mutlu olma çabasıdır.<sup>99</sup> Yeni akım kişisel gelişim eserlerinin, bu iki temel içgüdü ele alınarak, başarı ve mutluluk üzerine yazıldığı kabul edilmektedir.<sup>100</sup>

19. yüzyılda Amerika’da ortaya çıkan, “Yeni düşünce” olarak bilinen yarı dinsel hareketten sonra “olumlu düşünce” veya “iyimserlik kültürü” sökün etmiştir. Bu yeni düşünce, kalvinizmin “cehennemde sonsuza dek kalma” ve “durmaksızın çalışma” gibi olumsuz düşüncelerine karşı olarak, zihin gücüyle mutluluk ve dünyevî başarının elde edebileceğini savunmuştur. Bu iyimserlik akımı, “benlik” üzerinde, hiç bitmeyen bir

<sup>97</sup> Şirin, *Kişisel Gelişim Medeniyeti*, 187-188 ve 37.

<sup>98</sup> Oliver Burkeman, *Panzehir, Pozitif Düşünmeye Katlanamayanlar İçin Mutluluk*, Trc. Nur Küçük, (İstanbul: Aylak Kitap Yayınları, 2014), 12.

<sup>99</sup> Burger, *Kişilik*, 81.

<sup>100</sup> Mustafa Gödeş, *Kişisel Gelişim Zirvalıkları*, (İstanbul: Esen Kitap Yayınları, 2013), 153-157.

çalışmayı esas almak suretiyle, bireysel başarıyı hedeflemektedir. Aynı zamanda bu çalışma seküler kurtuluşa götüren bir yol olarak önerilmiştir.<sup>101</sup> Böylece insanları birbirine bağlayan ‘biz’ kimliğinden, onu diğerlerinden ayırıştıran ve yalnızlaştıran ‘ben’ kimliğine geçiş sağlanmıştır. Bu bencil düşünce ile modern insan, sosyal rollerinden ve başkalarının beklentilerinden özgürleştirilmiştir. Hatta insanın, kendisini ifade etmesine engel olan her şeyi ortadan kaldırması da mubah görülmüştür. İnsanın kendisini sınırsızca ifade etmesine engel olan ve ona sınırlar koyan, genelde din ve ahlâk kabul edilmiş ve bu iki değer: baskıcı, otoriter,<sup>102</sup> nevroz<sup>103</sup> olarak değerlendirilmiştir.

1970’lerden sonra “kendinle barışık ol” fikri; din, gelenek ve ahlakın geri plana itilmesiyle ortaya çıkan terapi kültürünün bir ürünü olarak değerlendirilmiştir.<sup>104</sup> Bu düşünceyle sınırsız bir özgüven kazanan insan, din ve ahlâkın baskısından soyutlanmıştır.

Dini, hayatından çıkaran Batı toplumunun, manevî açlığını gidermek için, 1960’ların başında Amerikalı Zen Budisti Robert Aitken tarafından meditasyon merkezi açılmıştır. Kişisel gelişim öğretisiyle birleşen Zen meditasyonu, “duygulara bağlanmama” esasından uzaklaştırılarak “daha mutlu olma” üzerine temellendirilmiştir.<sup>105</sup> Böylece bu yeni akım meditasyon şekli, belli bir duyguya bağlanmak suretiyle, Zen meditasyonuyla çelişerek farklı bir boyut kazandırılmıştır.

Her öğretinin başarı ve mutluluk üzerine inşa edildiği kişisel gelişim öğretisinde ilk olarak “büyük ve cesur hedefler koyma ve bu hedeflere ulaşmaya odaklanma” esas alınırken daha sonraları, hedeflere ulaşamamın verdiği başarısızlık insanı strese ve mutsuzluğa sürüklediği gerekçesiyle “spesifik hedefler belirlemeden yaşamının insanı daha mutlu kılacağı” düşüncesi öne sürülmüştür.<sup>106</sup> Büyük ve net hedefler insanı daha büyük bir buhrana sürükleyince “esneklik ilkesi”ne dayalı bir yaklaşım olan NLP ortaya çıkmıştır. NLP, insanı tek bir seçeneğe bağlı olmaktan kurtararak, hedefine ulaşmak için alternatif yollara başvurmak suretiyle insana esnek olmayı öğretmektedir. 1970’lerde Amerika’da temelleri atılan ve açılımı “Zihin Dili Programlaması” olan NLP, başarılı

---

<sup>101</sup> Burkeman, *Panzehir*, 31.

<sup>102</sup> Sayar, *Hayat Teselli Bulmaktır*, 109.

<sup>103</sup> Şentürk, “Freud’un Din ve Psikoloji Anlayışına Eleştirel Bir Yaklaşım”, 229.

<sup>104</sup> Sayar, *Hayat Teselli Bulmaktır*, 115.

<sup>105</sup> Burkeman, *Panzehir*, 67-69.

<sup>106</sup> Burkeman, *Panzehir*, 95 ve 113.

insanların duygu ve düşünce programlarını modelleyerek, diğer insanların da aynı başarıyı elde edeceğini savunmaktadır. Bu düşünceye dayanması sebebiyle, “mükemmelliği modelleyen” bir yaklaşım olarak kabul edilmiştir. NLP insandan sırasıyla şunları istemektedir: Kendinle barışık ol, ne istediğini iyi bil, hedefini seç ve ona odaklan, esnek ol!<sup>107</sup> Kişisel gelişimde gerek büyük hedeflerle gerekse küçük hedeflerle “geleceğin planlanması” esastır. Bu düşünce, “geleceği yaratmak”<sup>108</sup> şeklinde daha iddialı ifade edilerek, insanların zihinlerinde etki uyandırmıştır.

Deneme yanılma yöntemleriyle inşa edilmeye çalışılan kişisel gelişim öğretileri, ölüm ve yaşlanma korkusu çeken, bu sebeple kozmetik ürünler ve estetik müdahalelerle hayata meydan okumaya çalışan, ancak en nihayetinde ölümün pençesinden kaçamayan, modern insana “ölümü hatırlaması” gerektiğini öğretmiştir. Ancak kişisel gelişimin ölüm hatırlatması, insanı ölüme hazırlamaktan ziyade onu, dünyaya daha çok bağlamak suretiyle içindeki ölüm korkusunu arttırmıştır. Zira ölümü düşünmek modern insanın, “anlık hazların”<sup>109</sup> peşinden koşmasına ve “anı yaşamak”<sup>110</sup> için daha fazla dünyaya bağlanmasına sebep olmuştur. Burada “anı yaşama” dünyalık haz ve mutluluk olarak anlaşıldığı gibi faydalı ve kalıcı eserler bırakmak olarak da hayata geçirilmiştir. “Ölümsüzlük projeleri”<sup>111</sup> olarak adlandırılan, insanın dünya üzerinde unutulmamasını sağlayacak kalıcı izler bırakma çabası, yadsınamayan bir gerçeklik olan ölümün karşısında insanı bir nebze avutmaktadır. Yok olma düşüncesinden, kalıcı eserler bırakmak suretiyle, dünya üzerinde varlığını devam ettirme fikri, modern insanın ölüm korkusunu hafifletmiştir. Bu düşünce, özellikle, dinin hayattan tamamen çıkartıldığı ateist toplumlarda hâkim olmuştur.

Sekülerizm ve modernizmle birlikte Batı insanı dinden uzaklaşmakla kalmayıp dini değerlerin içini de boşaltmıştır. 2005 yılında İngiltere’de, halkın On Emir’e<sup>112</sup> bağlılığı üzerinde bir araştırma yapılmış; bu araştırma sonucunda halkın, dinin emrettiği On Emir’i ilâhî boyutundan çıkararak, ona seküler ve egoist manalar yükledikleri ortaya

---

<sup>107</sup> Oğuz Saygın, *Negatif Limanlardan Pozitif Sulara*, (İstanbul: Karma Kitaplar Yayınları, 2014), 70 ve 55-57.

<sup>108</sup> Cüceloğlu, *Savaşçı*, 104.

<sup>109</sup> Sayar, *Hayat Teselli Bulmaktır*, 99

<sup>110</sup> Saygın, *Sen Düşünceden İbaretsin*, 50. (Burada “anı yaşa” değil “şimdiyi yaşa!” ifadesi kullanılmıştır.); Saygın, *Negatif Limanlardan Pozitif Sulara*, 94.

<sup>111</sup> Burkeman, *Panzehir*, 200.

<sup>112</sup> On Emir: Hz.Musa’ya Sînâ’da taş tabletler üzerine yazılı olarak verilen ilk ilahi emirlerdir. Bk. Ömer Faruk Harman, “On Emir”, *DİA*, (Ankara: TDV Yayınları, 2007), 33: 347:350.

konulmuştur. Televizyon üzerinden açıklanan araştırma sonucuna göre halkın inandığı yeni on emir şunlardır:

- 1- En iyisini yapmaya çalış!
- 2- Kendine karşı dürüst ol!
- 3- Hayattan istediğini al!
- 4- Sahip olduklarının kıymetini bil!
- 5- Anne babana saygı duy!
- 6- Aileni koru!
- 7- Saldırgan olma!
- 8- İncinmişe merhamet et!
- 9- Çevreyi koru!
- 10- Çocukları koru ve besle!<sup>113</sup>

On Emrin orijinal haliyle, (anne babana hürmet et dışında) hiçbir benzerlik bulunmayan bu yeni on emir, insanın benmerkezci konuma getirildiğini göstermektedir. Yaratıcıya inanma ile başlayan on emir, insanın kendisi için en iyisini yapması ile başlatılarak hedonist bir on emir ortaya konulmuştur.

Kişisel gelişimin öncülerinden kabul edilen Stephan R. Covey, kişisel gelişimin zaman içerisinde gösterdiği değişimi eleştirmiştir. Ona göre, ilk 150 yıllık süreçte, ortaya çıkan ideoloji ve eserler, “karakter etiği” diye adlandırdığı; dürüstlük, alçakgönüllülük, ölçülülük, adalet, sabır gibi ahlâkî değerler üzerinden bir kişilik gelişimi sağlarken; son 50 yılda ise bireysel gelişim üzerinden gelişim sağlanmaktadır. “Karakter Etiği”nden “Kişilik Etiği”ne bu geçişle birlikte içten dışa değişimin yerini, sadece dışın değişimi almıştır. Covey, karakter etiğinin etkili yaşamın temel ilkeleri olduğunu söyleyerek; gerçek mutluluk ve başarı için ahlâkî değerlerin karakterle bütünleştirilmesi gerektiğini savunmuştur. Ona göre Birinci Dünya Savaşı’ndan hemen sonra başarı kavramı değişmiştir. Böylece başarı, ahlâkî değerlerin karakterle bütünleşmesi iken, toplumsal imajı ifade eden ve insanlar arası etkileşimi kolaylaştıran, beceri ve yeteneklerin ortaya çıkardığı bir üstünlük olarak görülmeye başlanmıştır. Covey, kişisel gelişim alanındaki, karakter etiğinden-kişilik etiğine doğru değişimi eleştirerek, kişilik etiğinin; ‘kısa yoldan zengin olmayı vadeden aldatıcı bir düzen’ olduğunu ifade etmiştir. Ayrıca ona göre, kişilik etiği yani popüler kişisel gelişim eserlerinde, karakter etiğinden

---

<sup>113</sup> Kemal Sayar, *Biraz Yağmur Kimseyi İncitmez*, 8. Baskı (İstanbul: Timaş Yayınları, 2016), 41.

bahsedilmiş olsa bile, bu eserlerde ahlâkî değerler dahi başarı için bir araç olarak gösterilmiştir. Kısaca, Covey, bireyin toplum önünde sergilediği imajının önemli olmakla beraber, ikincil bir öneme sahip olduğunu savunmakta; önceliğin ise karakter gelişiminin olduğunu savunmaktadır. Karakteri öncelikleyen tüm gelişim yöntemleri kalıcı ve etkili bir gelişim sağlarken; kişisel imajı, maddî başarı ve mutluluğu öncelikleyen son dönem kişisel gelişim öğretileri, kalıcı bir gelişim sağlamamaktadır. Covey bu durumu ‘yara bandı’ örneğiyle açıklamaktadır. Yeni akım kişisel gelişimi kendi tabiriyle ‘kişilik etiği’ni, ‘toplumsal yara bandı’ olarak adlandırmış ve altta yatan sorunları çözmediği gibi, iltihabın daha da büyüyerek ortaya çıkmasına neden olduğunu ifade etmiştir.<sup>114</sup> *Yaşam Sanatı* adlı eserin yazarı Zygmunt Bauman Covey’i desteklemektedir. Bauman, modernlikle birlikte “isnat” toplumundan “başarı” toplumuna; yani insanların kimlikleri içerisine doğdukları toplumdaki; yeni kimlik oluşturmayı sorumluluk edinmiş bir topluma geçildiğini ifade etmiştir. Ona göre son yıllarda oluşan kimlik algısı, markalar ve logoların yardımıyla tanınan ve “onaylanma” bekleyen şeydir. Zygmunt, kişisel imaj üzerine kurulu yeni akım kişisel gelişimi, “*kişinin kendi benliğinden kurtulma ve ismarlama bir benlik edinme düşü*” olarak değerlendirmektedir.<sup>115</sup>

Stephan R. Covey’in “karakter etiği-kişilik etiği” arasında yapmış olduğu bu ayırım, tezimizin ana çizgisine işaret etmektedir. Biz bu çalışmada karakter etiği olarak kadim bir medeniyetin ürünü olan tasavvufî eğitimin öğretilerini; kişilik etiği olarak da Covey’in eleştirdiği toplumsal imaj üzerine kurulu, yeni akım kişisel gelişimin öğretilerini değerlendirdik. Zira Batı’da gerçekleşen bu evrilme, Batı’lı eserlerin dilimize çevrilmesi sebebiyle ülkemizde de yaşanmıştır. Batı’da ortaya çıkan yeni akım kişisel gelişimin seküler mantığı, ülkemizdeki takipçileri tarafından içselleştirilmekle beraber, onları kendi değerlerine karşı yabancılaştırmıştır.

Türkiye’de kişisel gelişim, Nüvit Osmay’ın “İnsan mühendisliği” kitabı ve Dale Carnegie’nin eserlerinin Türkçe’ye çevrilmesiyle başlamıştır.<sup>116</sup> Nüvit Osmay Amerika’da Dale Carnegie ile tanışarak onun kurslarına katılmış ve eğitimci sertifikası almıştır. Bu sertifikayla 1964 yılında Türkiye’de D.K.D. (Düşün, Konuş, Dinle)

<sup>114</sup> Stephan Covey, *Etkili İnsanların 7 Alışkanlığı*, Trc. Osman Deniztekin-Filiz Nayır Deniztekin, 28.Baskı (İstanbul:Varlık Yayınları, 2005), 19-23.

<sup>115</sup> Zygmunt Bauman, *Yaşam Sanatı*, Trc: Akın Sarı, (İstanbul: Vernüs Kitap Yayınları, 2011), 25-27.

<sup>116</sup> Şirin, *Kişisel Gelişim Medeniyeti*, 13.

“Toplum Önünde Söz Söyleme Kursları”nı açmıştır.<sup>117</sup> Nüvit Osmay eserinde, insanın gelişimini farklı alanlar üzerinden ele almıştır. Bu başlıkların bazıları şunlardır; düşünme sanatı, dost kazanma sanatı, insanlarla geçinmenin yolları, karar verme sanatı, dinleme sanatı, konuşma sanatı, iş yaptırma sanatı, işletmeciliğin sırrı, iyi liderlik sanatı, idarecilerin eğitimi, milletvekili adaylarının eğitimi, trafik eğitimine olan ihtiyacımız vb...

Türkiye’deki kişisel gelişimin öncüsü kabul edilen Nüvit Osmay, Doğu ve Batı arasındaki düşünüş farkında Doğu’nun yani İslam Kültürünün eksikliğinin “şevk ve heyecan” olduğunu söylemiştir. Doğu’nun “bir lokma bir hırka” anlayışıyla, insanın ilgisinin bu dünyadan ziyâde öteki dünyaya çekildiğini ifade etmiştir. Batı’yı ise, insana yaşama heyecanı kattığı ve onu dünya nimetlerinden faydalanmaya sevk ettiği<sup>118</sup> için övmüştür. Bu düşüncelerle Batı’nın, karakter etiğini ikincil; kişilik etiğini ise öncelikli tuttuğu yeni akım kişisel gelişimi, Batı’nın seküler ifadelerinden ayıklanmadan ve kendi kültürümüze uyarlanmadan olduğu şekliyle ülkemize getirilmiştir. Ayrıca Nüvit Osmay’ın Türkiye’de başlattığı kişisel gelişim, Stephen Covey’in eleştirdiği tür kişisel gelişimi içermektedir. Covey, ahlâkî gelişim yerine insanları etkilemek için çalışmayı eleştirirken, Osmay’ın takip ettiği Dale Carnegie’nin kişisel gelişimden hedeflediği de kişisel imajdır. Zira Carnegie’nin *Dost Kazanmak ve İnsanları Etkileme Sanatı* adındaki eseri, Nüvit Osmay’ın Türkiye’ye getirdiği kişisel gelişimin ‘karakter etiği’ni değil, ‘kişilik etiği’ni önceliklediğini göstermektedir.

Nüvit Osmay’la başlayan kişisel gelişim, Reha Oğuz Türkkân’la devam etmiştir. 1980 sonrasında Doğan Cüceloğlu, Üstün Dökmen’le gelişen bu akım, 1990’lı yıllarda hız kazanmış 2001 krizinden sonra tamamen yaygınlık kazanmıştır. İnsana ancak kendisinin yardım edebileceği bu sebeple hedef belirleyip çok çalışmasının gerektiği düşüncesi kriz ortamındaki kendini çaresiz hisseden insana ilaç gibi gelmiştir.<sup>119</sup> Ayrıca psikoloji ve sosyal bilimler başta olmak üzere yüksek lisans yapmak için yurt dışına giden akademisyenler, Batı’daki kişisel gelişim furyasının popülaritesinden etkilenmiş ve batı kültürünün etkisiyle Türkiye’de kişisel gelişimi inşa etmişlerdir. Sadece kişisel gelişim kitaplarını kaleme almakla kalmayarak, Nüvit Osmay’ın başlattığı kişisel

---

<sup>117</sup> Osmay, *İnsan Mühendisliği*, IX.

<sup>118</sup> Osmay, *İnsan Mühendisliği*, 31

<sup>119</sup> İlker Özdemir, “Kişisel Gelişim Kitaplarının Eleştirel Değerlendirmesi”, *Ankara Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 1/2, 2010, 68.

gelişim danışmanlık şirketlerinin sayısını da arttırmışlardır. Kişisel gelişim akımına ilginin artmasıyla birlikte bu şirketlerin düzenlediği seminerlere katılmak ve yüksek ücretler ödemek, özellikle ilk zamanlarda, entelektüellik olarak kabul edilmiştir. Ancak semineri verenlerin birçoğunun, konunun uzmanı olmanın aksine, piyasada bulunan kişisel gelişim eserlerinin bir kısmını okuyarak kendisini kişisel gelişim uzmanı ilan etmiş kişiler olduğu gözlenmiştir.<sup>120</sup>

Kısaca, insanların potansiyelini geliştirmek adına ortaya atılan kişisel gelişim teorileri, kişisel gelişimin müstakil bir ilim olmaması hasebiyle, “başarı ve mutluluk” üzerine kurulu bir hayat felsefesinden ibaret kalmıştır. Son yirmi yıldır, kişisel gelişimin, olumlu düşünmek ve mutlu olmak gibi konularını içeren, ancak popüler kişisel gelişimden farklı olarak erdemliliği öncelikleyen, bu farktan dolayı da kişisel gelişim ve NLP olmadığını vurgulayan “pozitif psikoloji”<sup>121</sup> psikolojinin içinden müstakil bir ilim olarak doğmuştur.

#### 1.4. Tasavvufî Eğitimde Kişilik Kavramı

Türkçe’deki kişilik kavramı Arapça’daki şahsiyet kavramıyla eş anlamlıdır. ‘Şahasa’ kelimesinden müştak olup “yükselmek, uzaktan görünmek, ortaya çıkmak, açıklamak” gibi anlamlara gelen ‘şahsiyet’ kelimesi modern psikolojinin bir kavramı olduğundan klasik İslamî kaynaklarda mevcut değildir.<sup>122</sup> Bunun yerine kişiliğin en kapsamlı ifadesi olarak nefis kelimesi kullanılmıştır. Nefis sözlükte “zat, kişi, şahıs, can, benlik ve ruh” gibi birçok anlamda geçmektedir. Kişiliği oluşturan bütün özellikler ve kabiliyetler, nefis kavramına dâhildir.<sup>123</sup> İnsan, dünyaya nefsânî zaafırlarla gönderilmiştir. Bu sebeple kişiliğin en alt basamağı bu zaafırların etkisi altında olan nefis-i emmâredir. İlk olarak

<sup>120</sup> Şirin, *Kişisel Gelişim Medeniyeti*, 13.

<sup>121</sup> 1998’de Martin Seligman, dünya savaşları sonrasında psikolojinin insanın olumsuz yönlerine odaklanıp, olumlu yönlerini göz ardı etmesini eleştirerek, psikolojinin aynı zamanda erdem de ilmi olduğuna vurgu yapmıştır. Böylece pozitif psikolojinin temellerini atan Seligman, ‘insan mutluluğunu ve erdemliliğini hedef olarak almıştır. Felsefenin bünyesinde asırlardır yer alan ‘erdemlilik’ psikolojiye de dâhil edilmiştir. Dinlerin ve kadim kültürlerin değerleri araştırılarak insanın altı temel güç ve erdemi ortaya konulmuştur. Pozitif psikoloji bu altı temel erdem (hikmet ve bilgi, cesaret, insanlık, adâlet, ılımlılık ve ölçülülük, maneviyat ve aşkınlık) geliştirilmesini hedef alır. Bknz: Köse ve Ayten, *Din Psikolojisi*, s. 16; Yunus Emre Temiz, *Erdeme Dönüş Psikolojisi ve Mutluluk Yolu*, (Ali Ayten, İz Yayıncılık, İstanbul, 2014, 190 s.), Sakarya Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi, Cilt: XVII, Sayı 31 (Haziran, 2015); Ali Ayten, *Erdeme Dönüş Psikolojisi ve Mutluluk Yolu*, (İstanbul: İz Yayıncılık, 2014),

<sup>122</sup> Mehmetoğlu, *Kişilik ve Din*, 43; Hökelekli, “Şahsiyet”, 297.

<sup>123</sup> Süleyman Uludağ, *Tasavvuf Terimleri Sözlüğü*, 2. baskı ( İstanbul: Kabalcı Yayınları, 2016), 274; Hökelekli, “Şahsiyet”, 297.



ailenin ve çevrenin etkisiyle, bu zaaf lar artarken ya da azalırken, kişilik de o yönde şekillenmektedir.<sup>124</sup> Dış etkenlerle birlikte değişkenlik gösteren nefis, yedi basamaklı olarak değerlendirilmiştir. Bu dikey gelişim yönüyle nefis, kişiliğin her yönünü kapsamaktadır. Nefs-i emmâre, kişilik bozukluklarını ifade ederken; nefis-i kâmile en mükemmel kişilik örneği sunmaktadır. Bu ikisi arasındaki mertebeleri de kişiliğin gelişim aşamaları olarak değerlendirebiliriz.

Tasavvufta kişilik, yalnız nefis mertebelerinin oluşturduğu bir yapı değildir. Nefsin yedi aşamalı gelişim sürecine, kalp ve ruh da dâhildir. Davranış ve eylemde bulunma mekânı nefistir; kalp hissetmekte nefis ise kalpteki düşünce ve niyetleri eyleme dönüştürmektedir.<sup>125</sup> Kalp doğru işleyip, düşünce ve niyet iyi olduğunda; nefsin eyleme döneceği davranışların da iyi olacağı kabul edilir. Kalp ve nefsin bu uyumu ruhu ihya etmekte ve sağlam bir kişilik ortaya çıkmaktadır. Kalbin düşünce ve niyetindeki uyumluluğun sağlanması için nefsin tanınması mühim görülmektedir. Zira nefis-i emmâre kaynaklı öfke, haset, kibir gibi kötü duygular, kalpte yer ettiğinde artık bu duygular, düşünce ve niyet olarak kalpte şekillenmektedir. Böylece kalp nefis-i emmâre ile hareket ederek onun etkisine girmektedir.<sup>126</sup>

Nefsin yani kişiliğin şekillenmesinde merkez olan kalp, sözlükte “döndürme, değişme”<sup>127</sup> manasındadır. Kalbin bu “dönme” manası genellikle olumsuz olarak algılanmış ve onun değişkenliği olarak yorumlanmıştır. Robert Frager, bu “dönme” manasına olumlu bir açıdan bakarak kalbi “mânen sağlıklı bir radar”<sup>128</sup> olarak değerlendirmiştir. Bu manasıyla kalp yanlıştan dönerek, daima Hakk’ı ve hakikati aramaktadır.

Kalp, bedende canlılığı sağlayan bir organ olmasıyla maddî, ruh ve nefis arasında dengeyi sağlamasıyla da mânevi, nûrânî, rûhânî bir anlam içermektedir. Mânevî yönüyle kalbin bir yönü rûha ve kutsal olana bakarken, diğer yönüyle de nefse ve

---

<sup>124</sup> Mustafa Merter, *Psikolojinin Üçüncü Boyutu: Nefs Psikolojisi ve Rüyaların Dili*, 1. Basım (İstanbul: Kaknüs Yayınları, 2014), 366.

<sup>125</sup> Robert Frager, *Kalp, Nefs ve Ruh, Tasavvuf Psikolojisinde Gelişim, Denge ve Uyum*, Trc. İbrahim Kapaklıkaya, 2. Baskı (İstanbul: Sûfi Kitap, 2018), 59.

<sup>126</sup> Hakîm Tirmizi, *Kalbin Anlamı*, 49, 50; Frager, *Kalp, Nefs ve Ruh*, 59.

<sup>127</sup> İbn Manzur, Muhammed b. Mûkerrem el-Afrîkî el-Mısırî, *Lisânü'l-Arab*, I-XV, Daru'l-Sadr, Beyrut, ts. I:685; Uludağ, *Tasavvuf Terimleri Sözlüğü*, 205.

<sup>128</sup> Frager, *Kalp, Nefs ve Ruh*, 61.

nefsânî olana bakmaktadır.<sup>129</sup> Nefis, kalbe kötü duyguları atarken; ruh, kalbe takvayı ilham etmektedir. Ebu Talip el-Mekkî, kalbi bu yönüyle değerlendirirken, melek ve şeytanın karşılaştığı yer olarak teşbihte bulunmuştur.<sup>130</sup> Kalpte şeytânî ve nefsânî duygular hâkim olduğunda insan, dünyevî arzular peşinde koşan, maddî, biyolojik ve fizyolojik yönün ağırlıkta olduğu bir kişiliğe sahip olmaktadır. Olgunluğa erişmiş ruh, kalbe hâkim olduğunda ise insan, üstün bir kişilik sergilemektedir.<sup>131</sup>

Mânevî kalp; *sadr, kalp, lüb ve lübbü'l-lüb* olmak üzere dört evrede değerlendirilmiştir. Bunların ilki olan *sadr*, kalbin evi olarak tarif edilen *göğüs* anlamındadır ve kuruntu ve tehlikelerin kalbe giriş yeridir.<sup>132</sup> Göğüs, dış dünya ile irtibat kuran, kalp ve nefsin arasında bulunan “en dış kalp” de denen, dinin zâhirî amellerine muhatab olan mekândır. Burada zâhirî kişilik ile mânevî kişilik etkileşim halindedir. Göğüs, dinin zâhirine riâyet etmek ve Allah’ı zikretmekle amel nurunu elde etmekte ve mânevî olarak genişlemekte ve huzur hali hissedilmektedir. Ancak itaatsiz ve isyankâr olan nefsin; haset, kibir, tamâh gibi duygularla göğse hâkim olması sonucu, göğüs daralmakta, katılaşmakta, kararmaktadır. Bu sebeple de amel nuru ortaya çıkamamaktadır. *Sadr*, aklı meâş ile aynı kökten gelmektedir.<sup>133</sup> Zira dış dünya ile irtibatlı oluşu ve amelle muhatap oluşu, göğsün bunlara ait bilgilere sahip olduğunu göstermektedir. Kalp, his mahalli olduğundan, beynin akletmesinden farklı olarak kalbin akletmesi bilgilerin burada içselleştirilip nefis aracılığıyla eyleme dökülmesini ifade etmektedir.

Sadrda bir iç noktada kalp vardır. İman nurunun mekânı olan kalp, idrak etme özelliğine sahiptir. İnsanın sahip olduğu, üretkenlik bu derecedeki kalbe aittir. Bilginin uygulanması, kalbin ilminin tecrübe ile derinleşmesini sağlamaktadır. Robert Frager bu konuda “*Uygulamaya konulan az bir ilim kişiye irfan kazandırır; ancak çok fazla kitabî bilgi zihinsel ve mânevi hazımsızlığa yol açar.*”<sup>134</sup> demiştir. Kısaca, iman nurunun mekânı olan bu derecedeki kalpte, amel olmadan, iman nuru ortaya çıkamamaktadır. İman nuru, amel nurunda olduğu gibi genişleyip daralmamaktadır. İman nuru, bütün

---

<sup>129</sup> Frager, *Kalp, Nefs ve Ruh*, 58; Hasan Kayıklık, *Tasavvuf Psikolojisi*, 2. Baskı, (Ankara: Akçağ Yayınları, 2011), 86, 114

<sup>130</sup> Ebu Tâlip el-Mekkî, *Kûtu'l-Kulûb, Kalplerin Azığı*, 4.Baskı ( İstanbul: Semerkand Yayınları, 2011), 1: 458.

<sup>131</sup> Kayıklık, *Tasavvuf Psikolojisi*, 114.

<sup>132</sup> Hakîm Tirmizi, *Kalbin Anlamı, Allah'ın Nuruna Kavuşmak İçin Kalbimizin Güçlerini Nasıl Kullanmalıyız?*, Trc: Ekrem Demirli, 3.Baskı (İstanbul: Hayy Kitap Yayınları, 2013), 17.

<sup>133</sup> Frager, *Kalp, Nefs ve Ruh*, 62-66.

<sup>134</sup> Frager, *Kalp, Nefs ve Ruh*, 67-68.

kalplerde mevcut olmasına rağmen, insanın hataları ve mâsiyetleri sebebiyle perdelenmektedir. Ancak tevbe ve istiğfar ile insan, kalbindeki iman nurunun üzerinden örtüleri kaldırılabilir. Kalp derecesinden biraz daha derinde iç kalp denilen “lüb” vardır. İç kalp, ferâsetin mekânı ve mârifet nurunun çıkış noktasıdır. İç kalpten daha içte “bâtınî idrak” anlamında “lubbü’l-lüb” yani en iç kalp vardır. Bu kalp, teslimiyet nuruyla dolu, genişliği sınırsız bir kalptir. “Onlar kaplarıyla aklederler” (el-Hac 22/46.) ayetinde buyrulduğu üzere her kalp evresi akletme özelliğine sahiptir. Kalp ilme’l-yakîn, Lüb hakka’l-yakîn, lubbü’l-lüb ise ayne’l-yakîn derecesindedir. Kötü huylardan arınan lubbü’l-lüb derecesindeki kalp, en derin hakikatleri idrak edebilmektedir. Bu kalp dereceleri arasında derine inildikçe kişilik gelişmektedir. Zira göğüsü daraltan, kalbi karartan, Lüb ve lubbü’l-lüb derecesine ulaşmaya engel olan unsurun, kötü ahlâk ve bozuk kişilik olduğu kabul edilmektedir.<sup>135</sup>

Mutasavvıfların bazıları nefis ile ruhun aynı şeyler olduğunu söylemişlerdir. Bu mutasavvıflara göre, benliğin olumlu kısmına ruh, olumsuz kısmına da nefis denmektedir. Bu düşünceye göre, ruhun madde ile yani bedenle birleşmesi sonucunda meydana gelen ilk derece nefistir. Bu sebeple de psikolojinin inceleme konusu yaptığı ruh, aslında nefis olmaktadır. Nefis dikey gelişim evrelerinde ilerlemek suretiyle rûhâniyet kazanmaktadır. Mutmainne derecesine eren nefse artık ruh denmektedir.<sup>136</sup>

Ayrıca nefsin dışında *tab’* (tabiat/karakter), *garîze* (huy), *mizâc* (huy, fıtrat), *hulk* (ahlak, tabiat), *seciyye* (huy, karakter), *şâkile* (yaratılış, mizaç, tıynet) gibi kişiliğin çeşitli yönlerini anlatan kelimeler de İslâm kaynaklarında kullanılmıştır.<sup>137</sup> Gazzâlî, kişinin doğuştan getirdiği kısmen sabit olan özellikler için “*hulk*” kavramını kullanmıştır. Aslında Gazzâlî bu kavramla insanın içinde var olan istidatları(fıtratını) kastetmiştir. Gazzâlî’nin “*hulk*” kavramı ile kişilik psikolojisinin öncüsü kabul edilen Gordon Allport’un “*karakter (trait)*” kavramı benzer kabul edilmiştir.<sup>138</sup>

Tasavvufun oluşturmak istediği kişiliğe sahip olanlara “sûfî ya da derviş” denmektedir. Sûfî, nefis ile mücâdelesini tamamlayarak gönlünü saflaştıran kişidir. Nefsiyle mücâdele etmek isteyen ve tarîkata girmeye karar verene mürid, nefsini terbiye etmeye

<sup>135</sup> Hakîm Tirmizi, *Kalbin Anlamı*, 59, 67, Frager, *Kalp, Nefs ve Ruh*, 72, 74, 82.

<sup>136</sup> Hasan Kâmil Yılmaz, *Ana Hatlarıyla Tasavvuf ve Tarikatlar*, 19. Baskı, (İstanbul: Ensar Yayınları, 2015), 394.

<sup>137</sup> Hökelekli, “Şahsiyet”, 297.

<sup>138</sup> Köse ve Ayten, *Din Psikolojisi*, 99-100.

başlayıp bu mânevî yolculukta olana sâlik, bu mânevi yolculuğu tamamlayana müntehî ya da eren denmektedir.<sup>139</sup> Sufî olmadıkları halde onları sevenlere “mûhîb”, mizaç ve tabiatları itibariyle onlara benzeyenlere de “sûfî meşreb” denmektedir.<sup>140</sup>

### 1.5. Tasavvufî Eğitimde Kişilik Gelişiminin Seyri

Tasavvuf, Kur’an ve sünnet kaynaklı kalp, nefis ve ruh dönüşüm ve gelişimini esas alan bir ilimdir ve sûfîlerin nihâi gayesi Hz. Peygamber’in ahlâkıyla ahlaklanmaktır.<sup>141</sup> Bu sebeple tasavvuftaki kişilik gelişiminin seyri Hz. Peygamber’e uzanmaktadır.

Sûfîler, Hz. Peygamberin özellikle zühdünü yani dünyaya gönül bağlamamasını örnek almışlardır. Hz. Peygamber, dünyaya gönül bağlanmaması emrini Kur’an-ı Kerim’den almıştır. Nitekim Kur’an’da dünya hayatının ancak oyun ve eğlenceden ibâret olduğu,<sup>142</sup> kâfirlere süslü gösterildiği,<sup>143</sup> dünyadaki menfaatlerin geçici olduğu,<sup>144</sup> dünyanın geçici bir yararlanma, ahiret yurdunun ise ebedi kalınacak bir yer olduğu,<sup>145</sup> dünya menfaatini isteyene dünyadan, âhiret menfâtini isteyene âhiretten mükafaat verileceği<sup>146</sup> bildirilmiştir. Ayrıca Hz. Peygamber, yokluk sebebiyle değil kendi iradesiyle zühdü tercih ettiğini şöyle ifade etmiştir: “*Ben melik peygamber ya da kul peygamber olma konusunda muhayyer bırakıldım. Cebrâil bana tevâzû göstermemi işaret etti. Ben de kul peygamber olmayı tercih ederek, bir gün aç bir gün tok olayım dedim.*”<sup>147</sup> Hz. Peygamber insanın en tehlikeli kabının midesi olduğuna dikkat çekerek insanın belini doğrultacak kadar yemek yemesinin ona yeteceğini söylemiştir.<sup>148</sup> Hâkezâ acıkmadan sofraya oturmaz, doymadan da kalkardı.<sup>149</sup> Dünyadan yüz çevirdiğini<sup>150</sup> ifade eden Hz.

<sup>139</sup> Uludağ, *Tasavvuf Terimleri Sözlüğü*, 263 ve 306.

<sup>140</sup> Reşat Öngören, “Sûfî”, *DİA*, (Ankara: TDV Yayınları, 2009), 37: 471-472.

<sup>141</sup> Sûfîlerin yaşantı ve davranışlarında Hz. Peygamberi örnek almalarıyla ilgili olarak Bk.: Ebu Nasr Serrâc Tûsî, *el- Lüma’*, *İslam Tasavvufu*, Trc. Hasan Kâmil Yılmaz, (İstanbul: Erkam Yayınları, 2012), 115.

<sup>142</sup> Ankebût, 29/64.

<sup>143</sup> Bakara, 2/212.

<sup>144</sup> Âl-i-İmran, 3/14.

<sup>145</sup> Mü’min, 40/39.

<sup>146</sup> Âl-i İmran, 3/145.

<sup>147</sup> Nüreddîn Ebu’l-Hasan Ali b. Ebî Bekir b. Süleyman el-Heysemî el-Kahiri eş-Şafii, *Me cmau’z-Zevâid ve Menbau’l-Fevâid*, (İstanbul: Ocak Yayıncılık, 2007), 9: 192.

<sup>148</sup> Ebu İsa Muhammed bin İsa bin SevreTirmizî, *Sünen-i Tirmizî Tercemesi*, Trc: Osman Zeki Mollamehmetoğlu, (İstanbul, Yunus Emre Yayınevi, basım yılı yok), Zühd, 47.

<sup>149</sup> İbrahim-i Halebî, *Mültekâ el-Ebhur Tercümesi*, Trc: Mustafa Uysal, 3.Baskı (İstanbul: Elif Ofset Tesisleri, 1979), 3: 299.

Peygamber, fetihler ve ganimetlerle bolluğa eriştikleri dönemde dahi dünyaya meyletmemiştir. Ancak Hz. Peygamber dünyaya gönül bağlamamakla birlikte “dünyadan nasibin unutulmamasıyla”<sup>151</sup> ilgili ayete işaret ederek zühtte aşırıya gitmenin ve ruhbanlara benzemenin önüne geçmiştir.<sup>152</sup> Çünkü Hz. Peygamber evlenmiş, çocuk sahibi olmuş, yemiş, içmiş, uyumuş, şakalaşmış, torunlarıyla oyunlar oynamış, gülmüş ve ağlamıştır. Ancak beşer olmasının gerektirdiği davranışları sergilerken Rabbinden gâfil olmamıştır. Hz. Peygamberin bu ahlâkı, tasavvuf için ölçü olmuştur. Halkla sosyal ilişkilerini devam ettirirken Hakk ile olmayı düstur edinmişler ve “halvet der encümen”<sup>153</sup> kavramını geliştirmişlerdir.

Hz. Peygamber, nefis konusunda insanları uyararak, cehennemın nefsin arzu ettiği şeylerle; cennetin ise nefsin sevmediği şeylerle kuşatıldığını<sup>154</sup> bildirmiş ve nefse muhalefet etmenin gerektiğini ifade etmiştir. Başka bir hadisinde de gerçek mücâhidin nefisine karşı cihad açan kimse<sup>155</sup> olduğunu söylemiştir. Nefisle mücâhede ederek kişiliklerini geliştirmek isteyen sûfiler için Hz. Peygamberin şu sünnetleri yol gösterici olmuştur:

- Ölümü çokça hatırlamak,<sup>156</sup>
- Az yemek,<sup>157</sup>
- Az konuşmak (ya hayır söylemek ya susmak),<sup>158</sup>
- Az uyumak,<sup>159</sup>
- Sade yaşamak,<sup>160</sup>
- Servet ve mevki düşkünü olmamak,<sup>161</sup>
- Gönlünü dünyaya kaptırmamak,<sup>162</sup>

---

<sup>150</sup> Tirmizi, Zühd, 35; Ebu Abdullah Ahmed b. Muhammed b. Hanbel eş-Şeybânî el-Mervezî, *Müsned*, (İstanbul: Ocak Yayıncılık, 2014), 5: 254.

<sup>151</sup> Kasas, 28/ 77.

<sup>152</sup> “İslam’da ruhbanlık yoktur” (Ahmed b. Hanbel, Müsned, 6: 226)

<sup>153</sup> Halvet Der Encümen: Halk içinde Hakk ile beraber olmak anlamına gelen tasavvufî bir deyimdir. İleride bu konuyu detaylı olarak ele alacağız.

<sup>154</sup> Buhârî, Ebu Abdullah Muhammed bin İsmail, *el-Camû’s-Sâhîh*, Mütercim: Mehmet Sofuoğlu, (İstanbul: Ötüken Yayınları, 2013), Rikâk, 28; Müslim, “Cennet”, 1.

<sup>155</sup> Tirmizî, Cihad, 2.

<sup>156</sup> Tirmizî, Zühd, 4.

<sup>157</sup> Tirmizî, Zühd, 47.

<sup>158</sup> Buhârî, Edeb, 31, 85, Rikâk, 23.

<sup>159</sup> El-İhtisas, 218.

<sup>160</sup> Ebû Davûd, Tereccül, 2.

<sup>161</sup> Tirmizî, Zühd, 43.

- Kötü sözlü olmamak,<sup>163</sup>
- Yumuşak huylu olmak,<sup>164</sup>
- Haksızlık etmemek,<sup>165</sup>
- Cimri olmamak,<sup>166</sup>
- Münakaşayı terk etmek,<sup>167</sup>
- Kibirli ve gururlu olmamak,<sup>168</sup>
- Öfke anında iradeye hâkim olmak,<sup>169</sup>
- Kendini ilgilendirmeyen boş işleri terk etmek,<sup>170</sup>
- Kendini hesaba çekmek ve ölümden sonraki hayat için çalışmak,<sup>171</sup>
- Takvalı ve iffetli olmak.<sup>172</sup>

Henüz Hz. Peygamber hayatta iken Allah'ın peygamberine gönderdiği hidayet ve ilim tüm insanlar için yeterli idi. Hatta insanlar arasında bir ayırtırmaya sebep olacak isimlendirmeler de mevcut değildi. Abdulkerîm Kuşeyri (ö.465/1072) *Risale*'sinde, o dönemde elde edilebilecek en büyük üstünlük ve faziletin peygamberle beraber olmaktan başka bir şey olamayacağından, kazanılabilecek en güzel tek vasfın da "sahabe" olduğunu ifade etmiştir.<sup>173</sup>

Ashâbın içinden hem onlara hem de asırlar sonra yaşayacak olan Müslümanlara örneklik teşkil edecek, peygamberin ahlakıyla ahlaklanmış yüce kişilikler ortaya çıkmıştır. Bu şahsiyetlerden biri, tasavvufta Sıddikiyye<sup>174</sup> olarak anılan silsilenin uzandığı Hz.Ebu Bekir'dir. Ebu'l- Abbâs b. Atâ, Hz. Ebu Bekir'in kişiliğini ele alırken "*Rabbânîler olun!*"<sup>175</sup> emrinin "*Hz. Ebu Bekir gibi olun*" demek olduğunu

<sup>162</sup> Tirmizî, Zühd, 20.

<sup>163</sup> Tirmizî, Birr, 61.

<sup>164</sup> "Size kime cehennem ateşinin haram olduğunu söyleyeyim mi? Cana yakın, geçimli, yumuşak huylu, insanlara kolaylık gösteren herkese." Tirmizî, "Kıyâmet", 45.

<sup>165</sup> Müslim, Birr, 56.

<sup>166</sup> Müslim, Birr, 56.

<sup>167</sup> Ebû Dâvûd, Edeb, 7.

<sup>168</sup> Müslim, İman, 147.

<sup>169</sup> Buhari, Edeb, 107; Müslim, Birr, 109.

<sup>170</sup> Tirmizî, Zühd, 11.

<sup>171</sup> Tirmizî, Kıyâmet, 25.

<sup>172</sup> Müslim, Zikir, 72.

<sup>173</sup> Abdulkerim Kuşeyri, *Kuşeyri Risâlesi*, Trc: Dilaver Selvi, 11. Baskı, (İstanbul: Semerkand Yayınları, 2014), 63.

<sup>174</sup> Bk. Necdet Tosun, "Sıddikiyye", *DİA*, (Ankara: TDV Yayınları, 2009), 37: 98.

<sup>175</sup> Âli-İmrân, 3/79.

söylemiştir.<sup>176</sup> Rabbanî kelimesinin manası çerçevesinde Hz.Ebu Bekir'in kişiliği şöyle özetlenebilir:

- Rabb'ini bilen ve O'na itaatte ve kullukta bulunan,
- İnsanları iyiliğe teşvik eden, topluma yön veren,
- İnsanlara eğitim veren, onları bilgilendiren, kısaca ilimde, amelde ve eğitimcilikte kemâl noktasındaki insandır.<sup>177</sup>

Hız.Ebu Bekir, bir savaşta bütün malını hibe etmesinin üzerine Hz. Peygamber, ailesine ne bıraktığını sorunca, o da “Allah ve Rasûlünü” diyerek cevap vermiştir. Ebu Bekir Vâsîfî, Hz. Ebu Bekir'in verdiği bu cevap üzerine onun sûfî lisanıyla konuşan ilk kişi olduğunu söylemiştir.<sup>178</sup> Hz. Ebu Bekir'in mânevî yaşantısı sûfîlere örnek olmuştur. Sadece Hz. Ebu Bekir değil Hz. Ömer, Hz. Ali, Hz. Osman ve ashâbın niceleri mânevî dereceleriyle sûfîlerin kişilik gelişimlerine katkı sağlamışlardır.

Hız.Ömer için Hz.Peygamber “*Her ümmetin muhaddesleri vardır. Bu ümmetin muhaddisi de Ömer b. Hattab'dır.*” buyurmuştur.<sup>179</sup> Muhaddes, ilham alan ve gaybden sesler işiten, ferâset sahibi veli zat demektir ve sıddıklar derecesinin en yücresi kabul edilir.<sup>180</sup> Hz. Ömer “*Bana kusurlarımı gösterene Allah merhamet etsin*” diyebilecek kadar mütevâzi ve gelişime açık bir kişiliğe sahipti.<sup>181</sup>

Hız.Osman, refah ve bolluk içinde olmasına rağmen zühd ve takva sahibi bir kişiliktir. Birçok hizmetlisi bulunmasına rağmen, onu bahçesinde odun taşıırken görenler olmuştur. Bu durumun sebebi kendisine sorulduğunda ise nefsinin bundan âcizlenip âcizlenmeyeceğini denemek istediğini söylemiştir. Hız.Osman'ın bu tavrı, nefsinin riyazetle kontrol altına almaya çalıştığına delil gösterilmiş ve sûfîler tarafından örnek alınmıştır.<sup>182</sup>

---

<sup>176</sup> Tûsî, *el-Lüma'*, 141.

<sup>177</sup> Hayrettin Karaman v.dğr., *Kur'an Yolu Türkçe Meâl ve Tefsir*, (Ankara: DİB Yayınları, 2014), 1: 616; Salime Leyla Gürkan, “Rabbâniyyûn”, *DİA*, (Ankara: TDV Yayınları, 2007), 34: 376.

<sup>178</sup> Tûsî, *el-Lüma'*, 141.

<sup>179</sup> Buhari, *Fedâilu's sahaba*, 6.

<sup>180</sup> Hakîm Tirmizî, *Hatmu'l-Evliya, Veliliğın Sonu, Velayet-Nübüvvet Tartışması*, Trc: Salih Çift, (İstanbul: İnsan Yayınları, 2006), 109; Tûsî, *el-Lüma'*, 144; Uludağ, *Tasavvuf Terimleri Sözlüğü*, 253.

<sup>181</sup> Tûsî, *el-Lüma'*, 145.

<sup>182</sup> Tûsî, *el-Lüma'*, 148.

H.z. Ali de Müslümanların kişiliklerini geliştirmesi noktasında etkili sözler söylemiştir. Bu sözler her devirdeki Müslümanlara örnek olduğu gibi sûflere de yol göstermiştir. Nefsin ayıplarından korunmak için “*Aklı kumandan, öğüdü dizgin, sabrı emir, takvayı azık, Allah korkusunu yoldaş, ölümü anmayı arkadaş*” yapmayı öğütlemiştir. İnsanların birbirlerini ölçülü sevmelerini ve birbirlerinden ölçülü buğzetmelerini, dünyalık hayal ve emellere kapılmamalarını, az yemelerini nasihat etmiştir. Hayrı dört şeyde görerek onları şöyle izah etmiştir: “*Susmak, konuşmak, bakmak ve harekettir. Allah’ın anılmadığı sohbet boş bir konuşmadır. Tefekkürsüz susmak unutmadır. İbretsiz bakış gaflettir. Allah’a kulluk için olmayan hareket fetret/gevşekliliktir.*”<sup>183</sup>

Ashâbın hemen hemen hepsinde örnek vasıflar bulmak mümkündür. Bununla beraber, Mescid-i Nebevi’nin bitişiğinde suffa denilen yerde kaldıkları için, ashâb-ı suffa diye anılan ashâbın kimsesizleri, zâhidâne hayatlarıyla dikkat çekmişlerdir. Bunlar Kur’an’ı ve peygamberin sözlerini hıfz eden, gece gündüz Allah’ı zikreden, az yiyen, yünden giysiler giyen yaklaşık üç yüz küsur sahabe idi. Onlar bu özellikleriyle, sûflerin hakikat ehli olanlarına örnek olabilecek vasıftadır.<sup>184</sup> Ebu Nasr Serrac et-Tûsî (ö.378/988), *el-Lüma*’da ashâb-ı suffayı anlatan ayetleri derlemiştir.<sup>185</sup> Bu ayetler çerçevesinde ashâb-ı suffanın, fakir ve muhtaç oldukları halde kanaatkâr, başkasına el açmayan, iffetli, Allah’tan gâfil olmayan, gece gündüz Hakk’ın rızasını arzulayan kimseler oldukları anlaşılmaktadır. Hatta ashâb-ı suffenin bu mânevî yönünden dolayı ‘sûfi’ kelimesini ashâb-ı suffaya nispet edenler olmuştur. Sûfiler, bu benzetmeyi lügat yönünden kabul etmemekle birlikte, mana yönünden doğru kabul ederler.<sup>186</sup>

*El-Lüma*’da, Ebu Utbe Halvânî’nin ashâb-ı kirâmın mânevi hallerini şöyle naklettiğine yer verilmiştir: “*Ashâb-ı kirâma, Allah’a kavuşmak yaşamaktan daha güzel gelirdi. Düşmanın azından da çoğundan da korkmazlardı. Dünyalık için endişe etmeden*

---

<sup>183</sup> Tûsî, *el-Lüma*, 149-151.

<sup>184</sup> Tûsî, *el-Lüma*, 152.

<sup>185</sup> 1-“(Sadakalar) kendilerini Allah yoluna adanmış, bu sebeplede yeryüzünde kazanç için dolaşmayan fakirler içindir. İffetlerinden dolayı dilenmedikleri için, tanımayanlar onları zengin sanır...” Bakara, 2/273.

2-“Sabah akşam Rabblerine O’nun rızasını isteyerek, yalvaranları yanından kovma!” En’âm, 6/52.

3-“Sabah akşam Rabblerine, O’nun rızasını anarak dua edenlerle birlikte candan sebât et! Dünya hayatının zînetini arzu edip de gözlerini onlardan ayırma!” Kehf, 18/28.

<sup>186</sup> Ebu Hafs Şehabettin Ömer Sühreverdî, *Gerçek Tasavvuf Avârifül’l-Maârif*, 11. Baskı, (İstanbul: Semerkand Yayınları, 2016), 96.



*Allah'ın vereceği rızıkla yetinirlerdi. Allah'tan gelene razı olurlardı.*"<sup>187</sup> Bu rivayet ashâbın Allah'a duyduğu sevginin ve tevekkülün boyutunu göstermekle birlikte, kişiliklerini Hz. Peygamberin ahlâkıyla ahlâklandırdıklarına işaret etmektedir.

Tâbiîn dönemine gelindiğinde ise, bu dönemde hulefâ-i râşidinin beşincisi kabul edilen ve zâhid kişiliğiyle dikkat çeken önemli bir şahsiyet bulunmaktadır. Sehl b. Abdullah (ö.283/896), bu zühd sahibine işaret etmek için, dünya malına sahip bulunduğu halde insanların en zâhidi olunabileceğini söylemiştir. Örnek vermesi istendiğinde de Ömer bin Abdulaziz'in (ö.101/720) ismini vererek, halkın işlerine kullandığı kandilin yağı ile kendi işlerinde kullandığı kandilin yağın ayırdığını anlatarak onun üstün zâhid kişiliğine dikkat çekmiştir.<sup>188</sup>

Bu dönemde başta peygamber şehri Medîne olmak üzere Kûfe, Basra ve Horasan'da zühd mektepleri oluşmuştur. Medîne, zâhidâne hayatın daima merkezi olmuştur. Hz. Peygamberle başlayan bu zühd hayatı, âshâb-ı kirâm, âshâb-ı suffa, hulefa-i raşidin ve tâbiîn zâhidleriyle devam etmiştir.

Tasavvuf tarihinde, hicrî I. ve II. asrın en önemli kişilik gelişim metodu korku ve hüzn kabul edilir. Korku ve hüzn ekolünün öncüsü kabul edilen Hasan-i Basrî'nin temel düşüncesi insan ve insanın hayatıdır. Hümanist bir bakış açısıyla insanın kişilik gelişimine katkı sağlayan Hasan-ı Basrî'ye göre, insan hayatı önemlidir; zira hayat, insanın fillerinin toplamıdır. Bununla beraber bu fiillerin ahlâk çerçevesinde olmasının gerektiğini vurgulamaktadır. Ancak ona göre ahlâk, neyin iyi neyin kötü olduğunun tartışıldığı bir alan değildir. Onun ortaya koyduğu ahlâk kavramı: insanın kendi varoluşunun ve hayatının anlamını sorgulayan; bunun sonucunda davranışlarını ortaya koyabilen bir şuurluluk halidir. Bu şuurlulukla ortaya tefekkür hali çıkmakta ve insan etrafında olup bitenleri anlamlandırabilmektedir. Ayrıca Hasan-ı Basrî bilgi konusunda da insanı merkeze koyarak, bilginin temelinde insanın yönelişinin olduğunu ifade etmiştir. Bu yönelişte en güvenilir dayanak ise dünyanın geçici olduğunun farkına varmaktır. Bu farkındalıkla insanın içinde bulunduğu vakte uygun davranışlara yönelmesi beklenmektedir. Anın gerektirdiği davranış gerçekleştirilememiş ise, vakit ziyan edilmiş sayılmaktadır. Ayrıca dünyanın geçici olduğunu bilmek, insanı ahiret hazırlığına sevk etmektedir. Bu hazırlık gayesiyle ibadete yönelen kul, yaptıklarının Allah katında

---

<sup>187</sup> Tûsî, *el-Lüma'*, 140.

<sup>188</sup> Tûsî, *el-Lüma'*, 147.

makbul olup olmadığını bilememektedir. Hasan-ı Basrî, bu bilinmezliğin, insanı korku ve kaygıya sevk etmesi gerektiğini söylemektedir.<sup>189</sup> Bu korku ve kaygı, insanın kişilik gelişimini olumlu yönde etkileyecek bir durum kabul edilir. Zira yaptıklarının Allah katındaki geçerliliğine güvenmeyen kul, daha iyisini yapma gayretinde olmakta; kendisini üstün başkalarını aşağıda görmemekte; kibir ve ucba düşmemektedir. Ayrıca Hasan-ı Basrî, korkuya, kişilik gelişim aşamasında önem vermekle beraber, korkudan kurtulmanın da kişiliğin kemâle ulaştığının işareti sayar. Ona göre korkudan arınmak, sadece Hakk Teâlâ'nın rızasını arzulamakla ulaşılabilecek bir mertebedir.<sup>190</sup>

Tabiîn döneminde, Hasan-ı Basrî ile 'korku' ve Râbia el-Adeviyye ile de 'sevgi' kavramlarının temelleri atılarak, tasavvufî eğitimin kişilik gelişimin metotları şekillenmeye başlamıştır. Hasan-ı Basrî'nin düşüncesinde de 'sevgi' olmakla beraber, korku ve hüznün daha ağırlıklı iken hicri II. yüzyılın sonlarına doğru Râbia el-Adeviyye ile 'sevgi' kavramı daha da ağırlıklı kazanmıştır. Bununla beraber her iki düşüncenin temelinde "rıza" kavramı gizlidir. Yani her iki metotla da ulaşılmak istenen rıza-i ilâhîdir.

Râbia el-Adeviyye, Hasan-ı Basrî'nin korkudan arınmış ihlaslı bir kişilik<sup>191</sup> olarak tarif ettiği mertebeyi şu sözlerle ifade etmiştir:

*"Eğer cehennem azâbından korkarak sana ibadet ediyorsam beni cehenneminde yak!  
Eğer cennet ümidiyle ibadet ediyorsam bana cennetini haram kıl! Benim sana olan  
sevğim ve ibadetim, senin sevilmeye ve kul olunmaya lâyık oluşundandır."*<sup>192</sup>

Râbia el-Adeviyye'nin sevgi ağırlıklı zâhidliği, gönülde bulunan Allah sevgisi sebebiyle dünya sevgisine gönülde yer vermemeyi ve dünyaya meyletmemeyi esas alır. Ancak Allah'a duyduğu bu sevgi sayesinde sadece dünyaya değil, cennete de meyletmekten kendisini men etmiştir. Cennetteki nimetlere kavuşmak ya da cehennemde yaşanacak acılardan kaçabilmek arzusuyla ibadet etmeyi, ücret karşılığında yapılan kulluk olarak görmektedir. Kulluğun, sadece Allah'a duyulan muhâbbetle kemâle ereceğini ve Allah'tan başka her şeye duyulan aşırı sevginin de Allah sevgisinin önünde birer hicâb olacağını ifade etmiştir. Râbia el-Adeviyye'nin başlatmış olduğu tasavvuf anlayışında

<sup>189</sup> Tahsin Görgün, "Hasan-ı Basrî", *DİA*, (Ankara: TDV Yayınları, 1997), 16: 294-295.

<sup>190</sup> Hucvirî, *Keşfü'l-Mahcub Hakikat Bilgisi*, Haz. Süleyman Uludağ, 2. Baskı (İstanbul: Dergâh Yayınları, 1996), 152.

<sup>191</sup> Hucvirî, *Keşfü'l-Mahcub*, 152.

<sup>192</sup> Hülya Küçük-Semih Ceylan, "Rabia el-Adeviyye", *DİA*, (Ankara: TDV Yayınları, 2007), 34: 381.

korku, kaygı ve hüznün yerini sevgi, ümit ve iyimserlik almıştır.<sup>193</sup> sevgi ekolü (muhabbetullah), korku ekolüne nazaran daha fazla kabul görmüştür. Bu sebeple ilerleyen dönemlerde tasavvuf, tamamen sevgi ekolü haline gelmiştir.

Kısaca zühd döneminde gelişen zâhid kişiliklerin özelliklerini şöyle özetleyebiliriz:

- Dünya malına, makamına, şöhretine meyletmemek,
- Allah'tan korkarak gözyaşı dökmek,
- Allah sevgisiyle kulluk etmek,
- Allah'tan gelene rıza göstermek,
- İbadet ve riyâzetle meşgul olmak ve yaptıklarına güvenmemek,
- Nefsin kötü hasletlerini tezkiye etmek ve kalbi tasfiye ederek Allah'ın rızasını kazanmak.<sup>194</sup>

Ashâb, Hz. Peygamberin “*Dünya üzerinde garip bir yolcu gibi ol*”<sup>195</sup> hadisi üzerine, dünyaya gönül bağlamadan zühd ve takva içinde ömür geçirmişlerdir. Daha sonraki dönemde ise genişleyen İslam toprakları ve zenginleşen halkın içinde Kur'an'ın ve Peygamberin yolundan giderek mânevi gelişimlerine ağırlık verenler, toplumda fark edilir olmuştur. Kuşeyrî, bu durumu şöyle özetler:

*“Hicri ikinci asırda sahâbe-i kirâma ulaşarak onlara güzelce tâbi olanlara ‘tâbiîn’, onlardan sonra gelerek İslam’a uyanlara ‘etbâu’t-tâiîn’ dendi. Bu nesillerden sonra, İslam âlemindeki insanlar farklı yollara yönelerek birçok grup oluşturdular. Bunlardan bir grup dini yaşamada hassasiyet gösterdikleri için onlara ‘zâhidler’ ve ‘âbidler’ dendi. Daha sonra dinde yeri olmayan birçok şey ortaya çıktı. İnsanlar arasında ihtilaflar meydana geldi. Her grup dini en güzel yaşayanın kendileri olduğunu iddia ediyordu. Böyle bir dönemde kalplerini gafletten korumaya gayret ederek, her anını Allah’ı anarak geçiren, seçkin insanlar bu tartışmalardan ayrılarak ‘sûfi’ ismini aldılar.”<sup>196</sup>*

<sup>193</sup> Küçük-Ceylan, “Rabia el-Adeviyye”, 381.

<sup>194</sup> Bk. Semih Ceylan, “Zühd”, *DİA*, (Ankara: TDV Yayınları, 2013), 44: 530-533.

<sup>195</sup> Buhari, Rikak, 3; Tirmizi, Zühd, 25; İbn Mâce, Zühd, 3.

<sup>196</sup> Kuşeyri, *Kuşeyri Risâlesi*, 63-64.

Tefsir, hadis, fıkıh ve kelam gibi İslamî ilimlerin teşekkül etmeye başladığı bu asırda tasavvuf da varlığını ortaya koymuştur. Tasavvuf, Hz. Peygamberin mânevi yaşantısını ve Cibril hadisinde “*ihsan nedir?*” sorusuna verdiği “*Allah’ı görüyormuşçasına yaşamak*” cevabını, esas almaktadır. İslam’ın özü niyette ihlas, amelde ihsan, ilimde tevazu, ibadette istikamet kabul edilir. İlimlerin ayrıştığı dönemde İslam’ın zahirî konularından fıkıh, tefsir, hadis ve kelam ilmi; İslam’ın bâtinî konularından da tasavvuf ilmi doğmuştur. Hz. Peygamber bir hadisinde şöyle buyurmuştur:

*“Allah Teâlâ’nın benimle gönderdiği hidayet ve ilim, yeryüzüne bolca yağan yağmura benzer. Yağmurun yağdığı bir kısım toprak verimlidir ve suyu içine çekerek otlar yeşillikler bitirir. Bazı topraklar da suyu emmeyip suyu üstünde tutar. Allah burada biriken sudan insanları faydalandırır; hem kendileri hem hayvanları bu sudan içer hem de ziraatta bu suyu kullanırlar. Bazı topraklar da vardır ki kaygandır; ne suyu emerek üzerinde ot bitirir, ne de suyu tutarak faydalı hale getirir. İşte Allah’ın dininde derin anlayış ve ilim sahibi olan, Allah’ın benimle gönderdiği hidayet ve ilimden istifade eden, ilmi bilen ve öğrenen kimse, temiz verimli toprağa benzer. Âlim ve âmil olmayan sadece bildiğini aktaran kimse ise suyu tutup istifadeye hazır bulunduran toprağa benzer. Allah’ın benimle gönderdiği hidayeti kabul etmeyen kimse ise bolca yağan yağmurdan istifade edemeyen kaygan toprağa benzer.”*<sup>197</sup>

Hz. Peygamber insanlara öğrendikleriyle amel etmelerinin gerekliliğini bu ve benzeri birçok hadiste tavsiye etmiştir. İlim ile amel etme esası gerek fıkıh gerek hadis bütün ilimler için ortaktır. Zira Hasan-ı Basrî gerçek fâkihın dünyaya gönlünü kaptırmayan kimse olduğunu söyleyerek, İslam dininin zahirde birçok ilimden müteşekkil oluşunun, mana ve öz itibarıyla bütünlük arz ettiğini ifade etmektedir. İlimle amel etmenin yanında sûfiler, sünneti ihya edenlerin en önde gelenleri kabul edilirler. Sûfiler için en önemli esas, kapte kin ve düşmanlığın temizlenmesidir. Kin ve düşmanlığın kaynağı ise, dünya sevgisi, baş olma sevdası ve mevkî arzusudur. Bu sebeple sûfiler bunların hepsinden el etek çekerek zühdü tercih etmişlerdir.<sup>198</sup>

Henüz sûfî ve tasavvuf kelimelerinin yaygın olarak kullanılmadığı (H. I-II. yy)dönemde zühd akımı dikkat çekmiştir. Bunlardan biri Irak’ta sûfiyye ve Horasan’da

<sup>197</sup> Buhari, İlim, 20; Müslim, Fezail, 15; Müsned, IV, 399.

<sup>198</sup> Sühreverdi, *Avârifül'l-Maârif*, 33 ve 77.

Melâmiyyedir.<sup>199</sup> Zühd döneminde melâmi, sûfiden ayrı değerlendirilirken, daha sonraki dönemlerde bir tür meşreb, mizaç ve yaşayış tarzı olarak kendisini göstermiştir. Kısaca kınama anlamına gelen melâmîlik, bir sûfi ekolü değil fütüvvet gibi sosyal ilkelere dayalı, nefsi kontrol altına almayı hedefleyen ve insanların arasında ayırıştırıcı bir alâmet buldurmeyen bir meşreptir. Melâmîliğin kurucusu kabul edilen Hamdun Kassâr'ın(ö. 271/885):“*Nefsîmî firavununun nefsinde üstün görmem, çünkü ikisi de nefistir. Fakat gönlümü firavunun gönlüne tafdil ederim*”<sup>200</sup> sözü melâmîliğin önemli düsturunun kendi nefsinin üstün görmemek olduğunu göstermektedir. Melâmî meşreb olan kimseden kişiliğini şu yönde geliştirmesi beklenmektedir:

- Kınayanın kınamasından korkmamak,
- Başkalarının kusurlarıyla ilgilenmeyi bırakarak, kendi kusurlarıyla meşgul olmak,
- Tâat ve kulluklarını bilhassa nafile ibadetlerini halktan gizlemek,
- Halkın içinde onlardan biri gibi davranıp, Hakk'tan bir an bile gafil olmamak,
- İbadeti gizlemek günahlarını halktan gizlememek,
- Riyâdan ve kibirden şiddetle kaçınmak,
- Halkın arasında, tarîk ve meşrebini belirtecek suf, hırka, tac gibi bir işaretten kaçınmak,
- Sohbeta önem vermek,
- Farzları terk etmemek ve harama düşmemek şartıyla halkın kınamasına yol açacak şekilde yerleşik töre, gelenek ve göreneklere aykırı davranmak,
- İsyân da etse itaat de etse nefsi levmetmek.<sup>201</sup>

Bu dönemde, “cesur” anlamına gelen fütüvvet farklı anlamlar kazanarak, tasavvufî eğitimin kişilik gelişiminde önemli bir unsur haline gelmiştir. Sûfiler, mert, cesur ve cömert bir kişide bulunması gereken kişilik özelliklerinin sûfinin özellikleri olduğunu söyleyerek sûfinin fetâ, tasavvufun da fütüvvet olduğunu ifade etmişlerdir. Fütüvvet kavramıyla birlikte sûfinin kişilik gelişiminde şu özellikleri kazanması hedeflenmiştir:

- Şecaat<sup>202</sup>/öfke kontrolü,

<sup>199</sup> DİA, “Melâmiyye”, *DİA*, (Ankara: TDV Yayınları, 2004), 29: 25.

<sup>200</sup> Naci Özsoy, “İlk Dönem Tasavvuf Kültüründe Horasan Melâmîliği ve Anadolu’da Bir Melâmî Karakter: Zembilfroş”, *Muş Alpaslan Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 2/2, (2014) 85-88.

<sup>201</sup> Uludağ, *Tasavvuf Terimleri Sözlüğü*, 241-242.

<sup>202</sup> Şecaat “Cesaret, yiğitlik, kahramanlık” gibi anlamlara gelmekle birlikte, ahlâk literatüründe öfkeyi kontrol altına alarak onun akla itaat etmesini sağlamaktır. Mustafa Çağrı, “Şecaat”, *DİA*, (Ankara: TDV Yayınları, 2010), 38: 402. Hz. Peygamber’in “Yiğit güreşte rakibini yenen değil; asıl yiğit öfkelenmediğinde

- Mürüvvet<sup>203</sup>/ruhî yetenek,
- Sehâvet/cömertlik,
- Kerem/karşılık beklemeden yardım yapmak,
- Îsâr<sup>204</sup>/diğerkâm,
- Allah rızası için insanların işlerine koşmak,
- Başkalarına eziyet vermemek, kimseyi incitmemek,
- Kimseye düşmanlık beslememek, herkesle barışık olmak,
- Kusurları affetmek,
- İnsanlar arasında iyiliği yaymak,
- Halka karşı sızlanmayı bırakmak,
- Makam ve mevki sevgisini terk etmek,
- Kendini başkalarından üstün görmemek,
- Özür dilemeyi gerektirecek davranışlardan kaçınmak,
- Nefisle mücâhede içinde olmak ve nefesine söz geçirmek.<sup>205</sup>

Tasavvufî eğitimde iki zıt kişiliği temsil eden Beyâzid Bistâmî ve Cüneyd-i Bağdadî, sûfî kişilik gelişimine önemli katkı sağlamışlardır. Beyâzid Bistâmî, sekr, melâmet, tevhid, mârifet, muhabbet, mîrac ve îsâr konularında konuşarak<sup>206</sup> zühd ve tasavvufa yeni boyutlar kazandıran ve şathiyeleriyle dikkatleri üzerine çeken bir sûfidir. Beyâzid Bistâmî, ‘sekr’i<sup>207</sup> esas alarak bekâdan ziyâde fenâyı, farktan ziyâde cem’i, isbattan ziyâde mahvı, temkinden ziyâde telvini, huzurdan ziyâde gaybeti tercih etmesiyle

---

öfkesine hâkim olandır” hadis-i şerifine binaen, yiğitlik anlamına gelen şecaatte de öfkesini yenen kişi için bir yiğitlik söz konusudur.

<sup>203</sup> Övülmeye değer güzel davranışların ortaya çıkmasını sağlayan nefsin kuvveti, ruhî yetenek; Kişinin hal ve hareketlerini en güzel seviyede tutması; Sağlam ve güçlü ahlâkî faziletlerle donatılmış kişilik. Uludağ, *Tasavvuf Terimleri Sözlüğü*, 264.

<sup>204</sup> Fedakârlık anlamına gelen îsâr, tasavvuf istilâhında diğerkâmlığı ifade eder ve “Fayda sağlama veya zarardan korunma konusunda, din kardeşini ve dostunu kendisinden çok düşünmek” anlamına gelmektedir. Uludağ, *Tasavvuf Terimleri Sözlüğü*, 190.

<sup>205</sup> Kuşeyrî, *er-Risâle*, 440-443; Süleyman Uludağ, “Fütüvvet”, *DİA*, (Ankara: TDV Yayınları, 1996), 13: 259-261.

<sup>206</sup> Süleyman Uludağ, “Bâyezîd-i Bistâmî”, *DİA*, (Ankara: TDV Yayınları, 1992) 5: 239.

<sup>207</sup> Sekr: Kalbe gelen kuvvetli bir mânevî hal ile kişinin kendisinden geçmesi halidir. Kelime anlamı “sarhoşluk” olan sekr, tasavvuf istilâhında mânevî sarhoşluğu ifade eder. Sûfiler bu ruhî zevk ile kendilerinden geçtikleri sekr halinde, bazen şer’î hükümlere aykırı sözler sarf etmişlerdir. Bu sözlere şathîye veya şatahat denmektedir. Beyâzid Bistâmî de sekr halinde dilinden dökülen şathiyeleriyle meşhurdur. “Cübbemin içindeki Allah’tan başkası değildir.” şathîye türünden bir sözdür ve Beyâzid Bistâmî’ye aittir. Sekr konusunda Bknz: Kuşeyri, *er-Risale*, 206; Kara, *Tasavvuf ve Tarikatlar Tarihi*, 125; Abdullah Kartal, “Sekr”, *DİA*, (Ankara: TDV Yayınları, 2009), 36.

tasavvufta farklı bir ıgır açmıştır.<sup>208</sup> Onun izinden giden sũflerin kişilik gelişim unsurları şunlardır:

- Kuvvetli bir tecelli ile kendinden geçip sekr halini yakalayana dek riyâzet, nefis mũcâhedesi, derin tefekkür ve murâkabede olmak,
- İbâdeti, cehennem korkusu ya da cennet sevdâsıyla yapmayıp sadece Allah için yapmak,
- Asıl kerâmetin şer'i hükümlere bağlılık olduğunu bilerek, kerâmete önem vermemek,
- Kendi benliğinden geçip Hakk'a vâsıl olmayı bir mĩrac olarak görmek.<sup>209</sup>

Sekr halini benimseyen Beyâzid Bistâmî'nin aksine Cüneyd-i Bağdadî (ö.297/909) sahv ve temkin<sup>210</sup> halini savunarak, ölçülü bir sũfî kişiliği temsil etmiştir. Cüneyd-i Bağdadî, tasavvufu, nefse karşı sulhu olmayan bir savaş<sup>211</sup> olarak nitelendirmesiyle ruhun bedenden ayrılacağı güne kadar nefse karşı uyanık olunmasına dikkat çekmiştir. Nitekim başka bir sözünde bir kul bin yıl Allah'a ibadet etse ve bir an Allah'tan yüz çevirse, o anda kaybettiğinin bin yıldır elde ettiğinden fazla olacağını<sup>212</sup> söyleyerek nefis ile mũcâhededen hiçbir zaman vazgeilmemesinin gerektiğini vurgulamıştır. Başka bir ifadeyle Cüneyd-i Bağdadî'ye göre insanın kişilik gelişim süreci, sonu olmayan bir süreçtir. Onun sahvaya dayalı, geliştirmek istediği sũfî kişilik özellikleri şöyledir:

- Nefisle mũcadeleyi ve kişilik gelişimini hiçbir zaman durdurmamak,
- Alışılan ve nefse hoş gelen şeyleri terk etmek,
- Açlıkla nefsi terbiye etmek,
- Dünyaya gönül bağlamamak,
- Gaflete dũřmemek için uyanık ve şuurlu olmak,
- Cezbeye kapılıp sayhalar atmamak için kendini tutmak ve temkinli olmak,

---

<sup>208</sup> Yılmaz, *Ana Hatlarıyla Tasavvuf ve Tarikatlar*, 120.

<sup>209</sup> Uludağ, "Bâyezîd-i Bistâmî", 239.

<sup>210</sup> Sahv: Mânevi sarhoşluğun ardından his ve şuurun geri gelmesi, kişinin kendinde olması halidir.

Cüneyd-i Bağdadî sahvı mânevi sarhoşluk ardından ayılma ve şuur hali olarak değil, böyle bir sarhoşluğa dũřmeden daima uyanık ve temkinli olma hali olarak yorumlamıştır. Bu sebeple de sayha atmaya varan cezbeden ve şathiyeden uzak durmuştur. Sahv konusunda Bk. Kuşeyri, *er-Risale*, 206; Kara, *Tasavvuf ve Tarikatlar Tarihi*, 125; Yılmaz, *Ana Hatlarıyla Tasavvuf ve Tarikatlar*, 214.

<sup>211</sup> Kuşeyri, *er-Risale*, 529.

<sup>212</sup> Kuşeyri, *er-Risale*, 112.

- Sekr halinde şer’i hükümlere aykırı sözler sarf etmemek için sahv ve temkini esas almak.<sup>213</sup>

Bu dönemin diğer önemli ismi, nefisini hesaba çekmesiyle tanınan Hâris Muhâsibî’dir. Hasan-i Basrî gibi nefis terbiyesinde Allah korkusunu esas alan Muhâsibî, ihlâstan ziyâde riyâ konusu üzerinde durmuştur. Kişilik gelişiminde riyadan uzak durmanın daha önemli olduğuna inandığından, riya başlıklı eser kaleme almıştır. Muhâsibi’nin geliştirmek istediği sûfi kişiliği şöyledir:

- Kendini her dâim muhâsebeye çekmek,
- Nefsin hallerini tanımak ve uyanık olmak,
- Riya ve kibirden uzak durmak,
- Dünya malı için hırsla kapılmamak,
- Sahip olduğu dünya malına gönlünde sevgi beslememektir.<sup>214</sup>

Bu dönemde Hakîm Tirmizî (ö. 320/932) ilk defa velilik üzerine eser kaleme alarak dikkat çekmiştir. Tasavvufî eğitimde kişilik gelişimi, kişilik dönüşümünün ardından gerçekleştirilmektedir. Bu bakımdan Tirmizî, veliliğin mertebelerini sıralayarak doğrudan kişilik gelişim unsurlarını tespit etmiş olmaktadır. Hakîm Tirmizî’nin belirlediği velilik mertebeleri şöyledir:

- 1- Mülkü’l-Ceberût: Kişi Allah’a yakınlığı elde etmek için amelî olarak çalıştıktan sonra, Ceberût gücüyle, yani Allah’ın esma ve sıfatlarının yardımıyla, nefisini kontrol altına alarak onu terbiye etmeye gayret eder. Nefsin terbiye edilmesi ve korkup uysallaşması için Ceberût mülküne nakledilir.<sup>215</sup> İlk mertebe “haşyet”i esas almaktadır. Kur’an da “*Kulları içinden ancak âlimler Allah’tan gereğince korkar*” (el-Fatır, 35/28) ayeti üzerine nefsin korkarak ıslah edilmesi veliliğin ilk adımı kabul edilmiştir.
- 2- Mülkü’l-Sultan/Kudret Mülkü: Bu mertebede nefsin arındırılması esastır. Böylece nefsin arzu ve şehvetlerinin dayanağı olan gücün azaltılması hedeflenmektedir.
- 3- Mülkü’l-Celâl: Bu mertebede, önceki adımda arındırılan nefis, edeple süslenmektedir.

<sup>213</sup> Kuşeyri, *er-Risâle*, 112, 529,

<sup>214</sup> Zafer Erginli, “Muhâsibî”, *DİA*, (Ankara: TDV Yayınları, 2006), 31: 13-16.

<sup>215</sup> Hakîm Tirmizî, *Hatmu’l-Evliyâ, Veliliğin Sonu, Velâyet- Nübüvvet Tartışması*, Hazırlayan: Salih Çift, (İstanbul: İnsan Yayınları, 2006), 89.



- 4- Mülkü'l-Cemâl: Nefis saflaştırılır.
- 5- Mülkü'l- Azâmet: Nefis temizlenir.
- 6- Mülkü'l-Heybet: Nefis tezkiye edilir.
- 7- Mülkü'l- Rahmet: Bu mertebede kalp muhabbetle dolar ve bütün işlerinde inbisat yani genişliğe ulaşır.
- 8- Mülkü'l- Behâ: Nefis terbiye olunur.
- 9- Mülkü'l Behçet: Nefis hoş hale getirilir.
- 10- Mülkü'l-Ferdâniyet: En sonunda tek (ferd) olması sağlanır.<sup>216</sup> Bu mertebede artık insan nefsinin azgınlığından kurtularak gerçek manada özgürlüğe kavuşmuş kabul edilir. Başka bir ifadeyle bu mertebede insan benlik iddiasından arınmaktadır.

Hâkim Tirmizî, bu mertebeleri veliliğin ilk basamağından itibaren sıralamıştır. İlk basamak olan haşyetten geriye gittiğimizde veliliğe götüren ilk adımın Allah'ı bilmek olduğu görülmektedir. Zira tasavvufta, haşyetin Allah'ı bilmek ve tanımaktan kaynaklandığı kabul edilmektedir. Sûfilere göre, Allah'ı hakkıyla bilen O'ndan büyük bir tazim ile korkar; bu korku devam ettiği sürece kişide muhabbet hâsıl olur. Bu muhabbetle kalbini saflaştıran ve nefisini tezkiye eden insanın gönlünü Allah genişletir. Eğer dikey bir yükselme sağlanmamış ve sâlik bulunduğu mertebede takılıp kalmışsa, bu durum onun için derece değil dereke, başka ifadeyle gelişim değil gerileme kabul edilir. Mesela; haşyet makamında takılıp ilerlemezse, korkunun uzun süre yaşanması durumunda, inkıbaz, yani gönlün daralması, hali yaşanır. Muhabbet makamında kalırsa, kalpte gevşeklik ve rahatlık hâsıl olur. Aynı şekilde heybet ve ünste de bu ölçüyü korumak esas kabul edilir. Heybet Allah'ın celâlinden, üns ise cemâlindedir. Kul celâle bakınca korkar, cemâle bakınca da muhabbetle dolar ve hoşnut olur. "*Cemâl içre celâl, celâl içre cemâl vardır*" ölçüsüyle hareket eden sâlikten, nefisini bu şekilde dengede tutması istenmektedir. Hâkim Tirmizî, heybeti içe giyilen elbise, ünsü de kaftana benzetererek nefsin istikamet üzere olmasına dikkat çekmiştir.<sup>217</sup> Böylece oluşacak kişiliğin itidal üzere olması hedeflenmektedir.

Belli bir makama ulaştığı halde, nefsinde gizli hastalıklar olan kişinin, bu afetlerden arınana kadar bulunduğu mertebede kalması sağlanır. Tıpkı binlerce liralık borcu varken çalışıp borucunu yüz liraya kadar düşüren kişinin halen daha borçlu sayılması gibi,

---

<sup>216</sup> Tirmizî, *Hatmu'l-Evliyâ*, 89.

<sup>217</sup> Tirmizî, *Hatmu'l-Evliyâ*, 154, 155.

nefsinin kötü hasletlerini tamamen ıslah etmeyenin de halâ nefsinin köleliğinden kurtulmuş sayılmayacağı ifade edilmiştir. Zira sûfler, şeytanın kalbin kapısında beklediğini; o kapıyı da nefsin arzu ve isteklerinin araladığını kabul ederler. Başka bir ifadeyle şeytan, havâtır, yani kalbe gelen kötü düşüncelerle kalbe girecek bir yol bulmaktadır.<sup>218</sup> O halde sûflere göre, evvelâ kötü düşüncelere fırsat vermemek gerekmektedir. Bu sebeple de evliyaların ilk özelliği olarak niyet temizliği kabul edilmiştir. Hakîm Tirmizî bu çerçevede evliyalarda bulunması gereken kişilik özelliklerini şöyle sıralamıştır:

- Onların niyeti halisâne ve sâfiyânedir. Kötü niyet beslemezler.
- Rehber ve yol göstericidirler. (Onlar görüldüklerinde, Allah'ı hatırlatırlar ve insanlara Allah'ın dininde rehberlik ederek nasihatte bulunurlar.)
- Hayâlî ve edeblidirler.
- Küçük büyük her şeyde hakkı gözetirler.
- Cömerttirler.
- Ezâya tamammülleri üst düzeydedir.
- Tüm yaratılmışlara karşı merhametlidirler.
- Kalp huzurunu elde etmişlerdir.
- Güzel ahlâk sahibidirler.<sup>219</sup>
- Amellere güvenmezler ve sahip oldukları mertebeden dolayı halkın yanında övünmezler.<sup>220</sup>

Hicrî VI. ve VII yüzyıllar, tarikatların oluşmaya başladığı dönemlerdir. Tarikatlar, tasavvufun eğitim kurumlarıdır. Tasavvufî eğitimin verildiği sosyal kurumlara da tekke adı verilmiştir. Tarikatların ortaya çıkması ve tekkelerin inşa edilmesiyle birlikte, tasavvufî eğitimde, kişilik gelişim unsurları sistemleştirilmiştir.

Tasavvufun gayesi, nefsi, Allah Teala'ya, O'nun dilediği şekilde tâbi ve teslim kılmaktır.<sup>221</sup> Bu gayeye erişmek için, azgın olan nefsin tezkiye edilmesi gerekli görülür. Her insanın mizacı ve nefsânî zaafiyetleri farklı olduğundan, nefsi terbiye konusunda tasavvufun uygulanacağı yol ve yöntemler de çeşitlilik göstermektedir. Bu bağlamda düşünüldüğünde konusu insan, maksadı da insanın nefis/kişilik gelişimi ve dönüşümü

<sup>218</sup> Tirmizî, *Hatmu'l-Evliyâ*, 108 ve 111.

<sup>219</sup> Tirmizî, *Hatmu'l-Evliyâ*, 112-113.

<sup>220</sup> Tirmizî, *Hatmu'l-Evliyâ*, 56.

<sup>221</sup> Sühreverdî, *Avârifü'l-Maârif*, 89.

olan tasavvufun izlediği yolun tek bir usûl üzere olması beklenmemektedir. İşte bu çeşitlilik tasavvufun belli yol ve yöntemi temsil eden bir “izm” olmaktan uzak olduğunu göstermektedir. Osho, tasavvufa sufizm denmesinin doğru olmadığını, onun bir “izm” olmadığını şöyle ifade etmiştir:

*“Sufizm bir dünya görüşü değil, dünyayı görmektir. Dünya görüşü, sizi biraz bilgilendirir; aynı kalırsınız değişmezsiniz. Görmek ise sizi dönüştürür. Dönüştüğünüzde, yaşamın başka yüksekliklerini ve derinliklerini deneyimleyebilirsiniz. Sufizm bir görüştür. Aslında sufizm demek doğru değildir; çünkü bir izm değildir. Süfler, sufizm demezler, tasavvuf derler. Tasavvuf aşk görüşüdür, gerçeğe aşk ile yaklaşmaktır.”<sup>222</sup>*

Tasavvufu ağaca benzetebiliriz: Kökü tek yani şariat olan, dalları ise (insanın kişilik gelişimini sağlamak için) çeşitlilik arz eden kadîm bir ağaç... Tasavvufun metod ve yöntemindeki farklılıklar, seyr-ü sülûk yöntemlerine göre genel anlamda ruhânî tarikatlar ve nefsânî tarikatlar olarak iki başlıkta toplanmıştır:

Ruhânî tarikatlarda:

- Kalp tasfiyesi ile meşgul olmak,
- Nafî ibadetler, zikir, teslimiyet ve râbîta gibi mânevi gıdalarla ruhu beslemek,
- “Hafî zikri” yani zikirde gizliliği esas almak,
- Zikir ile letâifleri<sup>223</sup> sırasıyla geçerek, seyr-ü sülûku tamamlamak esastır.
- Çile/halvet yoktur.<sup>224</sup>

Nefsânî tarikatlarda ise;

- Riyâzet ve mücâhedelerle nefsi terbiye etmek,
- Allah’ın bazı isimleriyle nefis mertebelerinde<sup>225</sup> sırasıyla yükselmek,

---

<sup>222</sup> Osho Bhagwan Shree Rajnees, *Zen Yolu Tasavvuf Yolu*, Der. ve Trc. Sertaç Kartal, 3. Basım (İstanbul: Okyanus Yayınları, 2003), 110.

<sup>223</sup> Letâifî hamse, İmam Rabbânî tarafından sistemleştirilerek seyr-ü sülûk esası yapılmıştır. Bu esasa göre insanda beşi halk âlemine, beşi de emir âlemine ait olmak üzere on letâif vardır. Halk âlemine ait letâifler; anâsır-ı erbaa (hava, su, ateş, toprak) ile nefistir. Emir âlemine ait letâifler; kalp, ruh, sır, hafî, ahfâdır. Bu beş letâife, insan vücudunda yer taksim edilmiş ve zikirle bu yerlere odaklanarak bu noktaların çalışması hedeflenmiştir. Nakşibendiyye Tarikatında seyr-ü sülûk, kalp ile başlayarak diğer letâifler arasında sırasıyla ilerlemek suretiyle gerçekleşir. Letâif sadece Nakşibendiyye tarikatının değil, Müceddidiyye ve Hâlidîyye tarikatlarının seyr-ü sülûk usûlüdür. (Bk. Osman Türer, “Letâif-i Hamse”, *DİA*, (Ankara: TDV Yayınları, 2003), 27: 143.

<sup>224</sup> Yılmaz, *Ana Hatlarıyla Tasavvuf ve Tarikatlar*, 234.

- Rüyalara önem vermek esastır.<sup>226</sup>

Rûhanî tarikatlara bir örnek olarak nakşibendiyye; nefsânî tarikatlara bir örnek olarak mevlevîyye tarikatını verebiliriz. Tarîkat şeyhlerinin sahip olduğu kişilik özellikleri, sûfilerin kişilik gelişimde örneklik teşkil etmiştir.

Nakşibendiyye tarikatının kurucusu, Şah-ı Nakşibend olarak tanınan Bahâeddin Nakşibend (ö.791/1389), şeyhlerinin aksine cehri zikri benimsemeyip hafî zikri esas almıştır. Bu sebeple de sema ve halveti, kendi yolunun mânevi gelişim esasları arasına almamıştır. Nefsi terbiye için gayret olmadığında, bir tarîkata bağlı olmanın hiçbir anlam ifade etmeyeceğini savunmuştur. Şah-ı Nakşibend, kerametlere değer vermemiş, belli tarz giyinmekten kaçmış, tekkede oturmayı sevmemiş, kısaca geleneksel sûfliğin birçok adetlerine karşı çıkmıştır. Bu ahlâkından, Bahâeddin Nakşibend'in melâmiliği meşreb olarak esas aldığı anlaşılmaktadır.<sup>227</sup> Melâmî meşreplikten gelen düsturla, işlerinde yardımcı olacak hizmetli dahi buldurmamıştır. Bunun sebebi kendisine sorulduğunda; kulluk ile efendiliğin beraber olamayacağını, kendisinin zaten bir kul olduğunu söylemiştir. Müridlerine; nefislerinin suçlarını kabul ederek, onun hile ve tuzaklarına karşı uyanık olmalarını öğütlemiştir. Tarîkini, Hz. Peygamberin sünnetine sarılmak ve ashâb-ı kirâmın sözlerine uymak olarak tarif etmiştir. Yolunun; “halvet der encümen” yani zâhirde halk ile beraber iken bâtınının Hakk Teâlâ ile olması esasına dayandığını ifade etmiştir. Bu makama Kur'an-ı Kerimdeki “*Öyle kimseler vardır ki, ticaret ve alış veriş onları Allah'ı zikretmekten, namaz kılmaktan ve zekât vermekten alıkoymaz. Onlar, kalplerin ve gözlerin donakalacağı günün dehşetinden sakınırlar.*” (el-Nur 24/37) ayeti işaret etmektedir. Bu yolda kişilik gelişiminde zikir esastır. Ancak Bâhaeddin Nakşibend, zikrin hakikatine erişmeksizin çokça zikretmenin insanın gelişimine katkı sağlamayacağını vurgulamaktadır. Ona göre zikrin hakikati, okunduğunda kalpte masivânın yok olmasıyla hâsıl olmaktadır. O, kelime-i tevhiddeki sırrı şöyle izah etmiştir:

---

<sup>225</sup> Nefs-i Emmâre, Nefs-i Levvâme, Nefs-i Mülhime, Nefs-i Mutmainne, Nefs-i Râdiyye, Nefs-i Merdiyye, Nefs-i Kâmile. (Nefis mertebelerini detaylı olarak ileride ele alacağız.)

<sup>226</sup> Reşat Öngören, “Tarîkat”, *DİA*, (Ankara: TDV Yayınları 2011), 40: 96

<sup>227</sup> Hamid Algar, “Bahâeddin Nakşibend”, *DİA*, (Ankara: TDV Yayınları 1991), 4: 459.

“*Kelime-i Tevhiddeki ‘Lailahe’ ifadesi madde ilahını yok etmektir. ‘İllallah’ ifadesi ise hakikî mabud olan Allah’ı ispat etmektir. ‘Muhammedü’r-Rasûlullah’ ifadesi ‘Bana tâbi olunuz’ (el-Al-i İmran 3/31) makamına ulaşmaktır.*”<sup>228</sup>

Nakşibendilikte gelişim esasları, ceviz misâli ile şöyle tasnif edilmiştir:

- Şeriatla zâhiri temizlemek, (Şeriat cevizin yeşil kabuğu gibidir. Cevizin dış kabuğu olmadan içindikilerin sağlıklı kalması mümkün olmayacağı gibi, şeriat olmadan da yol alınamaz denilmiştir.)
- Tarikatla bâtını temizlemek, (Cevizin sert kabuğuna benzetilmiştir. Bu kabuk, içindikileri koruduğundan önemli görülmüş ve tarıkata da ruhu koruma özelliği atfedilmiştir.)
- Hakikatla Allah’a yakınlığa ulaşmak, (Cevizin zarına benzetilmiştir.)
- Mârifetle Allah’a ulaşmaktır. (Bu da cevizin özüne benzetilmiştir.)<sup>229</sup>

Bu tasnifle, kişilik gelişiminde, şekilcilikten uzaklaşıp öze ulaşmanın esas olduğuna işaret edilmektedir. Zira şeriate uygunluk, ihlaslı yapılmadığı sürece dış kimlikten öteye geçememektedir. İhlaslı yapılmış olsa dahi nefis; kibir, riya, hırs gibi hastalıklarla insanın gelişimini engelleyebilmektedir. Bu noktada tasavvuf, nefsin elinde ibadetlerin ifsad olmasını engellemek adına, cevizdeki kabuk misali koruyucu bir unsur olmaktadır. Nakşibendiyye tarikatında, nefsi kontrol altında tutarak, terbiye olmasını kolaylaştırmak için sohbe ve râbitaya ayrıca önem verilmiştir. Mürid açısından mürşidden nasihat işitme, onun halini örnek alma; mürşid açısından ise müridi tanıma, onun nefsanî zafiyetlerini fark etme ve eğitimi bu çerçevede gerçekleştirme bakımından sohbet önemli görülmüştür. Râbita ise, sohbet dışında eğitimin devamlılığını sağlayan önemli bir unsurdur. Nefsini terbiye ederek kişiliğinde dönüşüm, ardından gelişim sağlamak isteyen mürid, mürşidinin karşısında iken gösterdiği edebi onun gıyabında da muhafaza etmeye özen göstermektedir. Bu metotla, mürşidini yanında hissederek davranışlarına dikkat eden müridin kişiliğinde değişimler gözlenmektedir.<sup>230</sup>

<sup>228</sup> Abdurrahman Câmî, *Nefahâtü'l-Üns, Evliya Menkıbeleri*, Trc. ve Şerh: Lâmiî Çelebi, Haz. Süleyman Uludağ ve Mustafa Kara, 3. Baskı, (İstanbul, Marifet Yayınları, 2005), 533.

<sup>229</sup> Kara, *Tasavvuf ve Tarikatlar Tarihi*, 233-234.

<sup>230</sup> Bk. Necdet Tosun, “Nakşibendiyye”, *DİA*, (Ankara: TDV Yayınları, 2006), 32: 342-343; Necdet Tosun, “Rabita”, *DİA*, (Ankara: TDV Yayınları, 2007), 34: 378-379; Süleyman Uludağ, “Sohbet”, *DİA*, (Ankara: TDV Yayınları, 2009), 37: 350-351; Kara, *Tasavvuf ve Tarikatlar Tarihi*, 233-234.

Hız. Mevlânâ (ö.672/1273), hicrî VII. yüzyılda yaşamış, tüm dünyada yankı uyandırmış büyük bir mutasavvıftır. Onun olgun ve bilgin karakteri tüm Müslümanlara örneklik teşkil etmektedir. Hatta onun kişilik gelişimine dair yapmış olduğu tespitler ve kullandığı metotlar günümüz kişisel gelişimcileri tarafından da ilgi görmektedir.<sup>231</sup> Kişisel gelişim uzmanları eserlerinde Hız. Mevlânâ'nın düşüncelerinden istifade etmenin yanı sıra, "Etkin Mesnevî Okumaları" başlıklı kişisel gelişim seminerleriyle *Mesnevi* okumaları yapılmakta ve "Mevlana Hikayeleri İle Ruhsal Tedavi" başlıklı konferanslar düzenlenmektedir. Kısaca kişisel gelişim sektörü tarafından Hız. Mevlânâ'nın sahiplenildiği kabul edilmektedir.<sup>232</sup> Kişisel gelişim ve NLP uzmanı Oğuz Saygın kendisine yöneltilen "Neden Mevlânâ değil de NLP?"<sup>233</sup> sorusunun üzerine Hız. Mevlânâ'nın eserlerindeki kişisel gelişim öğelerini tespit ederek yeni bir eser kaleme almıştır. Ancak kullandığı seküler dilin üzerine Hız.Mevlânâ'nın sözlerini yerleştirmekten öteye gidememiştir. Böylece tasavvufun ana düşüncesinden uzak olmakla birlikte, sadece başlığında Hız.Mevlânâ'nın zikredildiği bir eser ortaya çıkmıştır. Zira Mevlâna sahip olduğu örnek şahsiyete, Kur'an'ın ve Hız. Peygamberin yolundan giderek erişmiştir. Kur'an ve sünnet yoluyla şekillenen güzel hasletlerini, şiirleri yoluyla insanlara öğütlemiştir.<sup>234</sup> *Mesnevî-i Şerif*'te Hız.Mevlânâ, insanın mânevi ve şahsî gelişimi adına şunları tavsiye etmektedir:

- Allah'ın emrine ve Hız.Peygamberin sünnetine uyarak nefsanî isteklerden kurtul!<sup>235</sup>
- Gösterişten uzak dur, kendini gizle! Avama karşı da havasa karşı da tatlı dilli ol!<sup>236</sup>
- Nefsini övülme ile firavunlaştırma! Alçakgönüllü ol, hâkir ol, ululuk taslama! Kul ol, sultan olmaya kalkma!<sup>237</sup>
- Herşeyin sûretini bırak, mânâsına bak!<sup>238</sup>

---

<sup>231</sup> Bk. Oğuz Saygın, *Sen Düşünceden İbaretsin, Mevlana Işığında Düşünce Yönetimi*, (İstanbul: Karma Kitaplar Yayınları, 2016); Nevzat Tarhan, *Mesnevi Terapi*, 13. Baskı, (İstanbul: Timaş Yayınları, 2017)

<sup>232</sup> "Mevlânâ Kişisel Gelişim Piri", erişim: 05.07.2019,

<https://www.sabah.com.tr/aktuel/2012/12/16/mevlana-kisisel-gelisimin-piri>,

<sup>233</sup> Saygın, *Sen Düşünceden İbaretsin*,

<sup>234</sup> Abdulkadir Karahan, "Hız. Mevlâna'nın Şahsiyeti ve Dünya Görüşü", (17 Aralık 1994'te Hız. Mevlâna'nın 721. Vuslat Yıldönümünde Abdulkadir Karahan'ın yaptığı konferansın makaleye çevrilmiş halidir.) [akademik.semazen.net](http://akademik.semazen.net), (23.02.2018)

<sup>235</sup> Mevlânâ Celâleddin, Muhammed b. Muhammed el-Belhî er-Rumî, *Mesnevî*, Trc. Veled Çelebi, Gözden Geçiren: Abdalbaki Gölpinarlı, 2. Basım, (Konya: Konya Büyükşehir Kültür Yayınları, 2006), 1: 780.

<sup>236</sup> Mevlânâ, *Mesnevî*, 1:1833, 1835.

<sup>237</sup> Mevlânâ, *Mesnevî*, 1 1867.

<sup>238</sup> Mevlânâ, *Mesnevî*, 1: 2890.

- Daralıp kaldınsa sabret! Çünkü sabır genişliğin anahtarıdır.<sup>239</sup>
- Kötülere karşı sabretmek, iyi insanları mânen yükseltir. Sabır, gönlü temizler, süsler, güzelleştirir.<sup>240</sup>
- Başkalarının hatalarını değil, kendi hatalarını gör! Gâfil insan, kendi hatalarını göremez. İnsana kendi kusurlarını gösteren nur; iman ve gönül nurudur.<sup>241</sup>
- Cömert ol! Cömertlik ümit ve neşe getirir.<sup>242</sup>
- Hikmet sahibi ol! Kötülükten iyilik, mutsuzluktan mutluluk kokusu al! Her şikâyet insana şükretmeyi anlatır, unutma!<sup>243</sup>
- Uyanık ol! Allah'tan uyanık bir gönül iste, bunun için çalış, çabala!<sup>244</sup>
- Aceleci olma, sabırlı ol! Acele etmek şeytanın hilesidir; sabır ve tedbir ise Allah'ın lütfudur.<sup>245</sup>
- Gaflete düşme! Gaflet, hürmetsizlik ve küstahlıktan meydana gelir. Allah'ın heybeti, büyüklüğü insana uyanıklık ve anlayış verir.<sup>246</sup>
- Nefsinin peşine katılıp geri geri gitme! Onun şehvetini yemeden içmeden kes! Nefsinin yönünü şehvetten kurtar, mânâ tarafına çek!<sup>247</sup>
- Topluma, insanlara dost ol!<sup>248</sup>

Tarîkatlar döneminden sonra, Osmanlı dönemi tasavvufi yaşantısı da önemlidir. Zira bu dönemde yetişen sûfilerle, Türk kişilik yapısının tasavvufi değerlerle nasıl yoğrulduğu anlaşılmaktadır. Daha Osmanlı Devleti kuruluşundan itibaren, sûfiler kendilerini göstermiş ve halkın kişiliğinin ve ahlâkının gelişmesinde rol model olmuşlardır. Osmanlı döneminin ilk mutasavvıfı, aynı zamanda Osmanlı Devletinin ilk kadısı ve müftüsü olarak kaynaklara geçmiş olan Şeyh Edebâli'dir (ö.726/1326).<sup>249</sup> Şeyh Edebâli Selçuklu Devletinin son dönemleriyle birlikte, Osmanlı Devletinin kuruluşundan sonra 27 yıl kadar yaşamıştır. Şeyh Edebâli'nin, Osman Bey'deki potansiyeli farkederek, onu kendisine yakın tutması ve kızıyla evlendirmiş olması, Osmanlı Devletinin temellerinin

<sup>239</sup> Mevlânâ, *Mesnevî*, 1: 2890.

<sup>240</sup> Mevlânâ, *Mesnevî*, 6: 2041.

<sup>241</sup> Mevlânâ, *Mesnevî*, 2: 881, 885.

<sup>242</sup> Mevlânâ, *Mesnevî*, 2: 895.

<sup>243</sup> Mevlânâ, *Mesnevî*, 3: 990.

<sup>244</sup> Mevlânâ, *Mesnevî*, 3: 1222

<sup>245</sup> Mevlânâ, *Mesnevî*, 5: 2570

<sup>246</sup> Mevlânâ, *Mesnevî*, 5: 4096

<sup>247</sup> Mevlânâ, *Mesnevî*, 6: 1120, 1125

<sup>248</sup> Mevlânâ, *Mesnevî*, 2: 2154

<sup>249</sup> Kâmil Şahin, "Edebâli", *DİA*, (Ankara: TDV Yayınları, 1994), 10: 394

tasavvufî ahlâk üzerine atılmasını sağlamıştır. Şeyh Edebâli'nin Osman Bey'e verdiği öğütler, hem onun hem de gelecek olan nesillerin kişilik gelişimine önemli katkı sağlamıştır:

- Ey Oğul! Sabretmesini bil, vaktinden önce çiçek açmaz. İnsanı yaşat ki, devlet yaşasın!
- Çıktığın yolu, taşıdığın yükü iyi bil, her işin gereğini vaktinde yap!
- Açıksözlü ol, her sözü üstüne alınma, her gördüğünü söyleme!
- Sözüünü unutma, sözü laf olsun diye söyleme!
- Ananı, atanı say! Bereket büyüklerle beraberdir.
- Sevildiğin yere sık gidip gelme! Muhabbet kalkar, itibar olmaz.
- Haklıysan mücadeleden korkma!
- Gücünü, kuvvetini, aklını ve kelamını nerede nasıl kullanacağını bilmezsen rüzgârda savrulur gidersin.
- İncancını kaybedersen yeşilken çöllere dönersin.
- En büyük zafer nefsin tanımandır.<sup>250</sup>

Tasavvufî değerlerle ilerleyen Osmanlı Devletinin her döneminde büyük mutasavvıflar yetişmiş ve kişilik gelişimde örnek teşkil etmişlerdir. Örneğin; Şeyh Hâmidüddin Aksarayî (ö.815/1412), Melâmî meşreb sûfî olduğundan halk arasında Somoncu Baba olarak tanınmasına rağmen Emir Sultan onu “Gavs-ı Âzâm” olarak nitelendirmiştir.<sup>251</sup> Bu yönüyle, popüler kişisel gelişim kültürünün “şöhret” üzerine kurulu düzenine karşı, nefsi ön plana çıkarmamanın önemine işaret etmektedir.

Somoncu Baba'nın öğrencisi olan Hacı Bayrâm-ı Veli (ö.833/1430), ondan aldığı melâmîliği Türk'e özgün bir hale getirmiş ve Türkler arasında melâmîliği benimsetmiştir. Onun hayat felsefesi; çalışmak, elde ettiğini insanlığa hizmet için kullanmak ve insanı sevmek şeklinde özetlenmektedir. Hacı Bayram-ı Veli, halktan uzak bir tasavvuf anlayışının aksine, halk içinde halkla beraber bir tasavvuf anlayışını benimseyerek kişilik gelişiminde “hizmet” düsturunu öne çıkarmıştır. Halk içinde

---

<sup>250</sup>Seyfettin Erşahin, “Türk Hâkimiyet Geleneğinde Bilge Kişi: Osmanlı Hâkimiyetinde Şeyh Edebâli Örneği”, *İslâmî Araştırmalar Dergisi*, 12/3-4 (1999), 307-308; “Osmanlı Böyle Nasihat Eyledi”, erişim: 26.12.2018, <https://www.on5yirmi5.com/haber/kultur-sanat/etkinlikler/22052/osmanli-boyle-nasihata-eyledi.html>; “Şeyh Edebâli'nin Nasihatine Kulak Verelim”, erişim: 26.12.2018, <http://www.burhandergisi.com>

<sup>251</sup> Bk. Haşim Şahin, “Somoncu Baba”, *DİA*, (Ankara: TDV Yayınları, 2009), 37: 377.



Hakk'la beraber olmayı düstûr edindiğinden halka hizmeti de Hakk'a hizmet olarak görmüştür. Nitekim Allah'a duyduğu bu muhabbet onu yaratılanı yaratandan ötürü sevmeye sevk etmiş ve insan sevgisi konusunda örnek olmuştur.<sup>252</sup>

Hacı Bayrâm-ı Veli, müridlerine alınlarının teri ile çalışıp kazanmalarını, kimseye el açmamalarını, sanatla meşgul olmalarını ve insanlara faydalı olmalarını nasihat etmiştir. Ayrıca müridlerinin işsiz-güçsüz, amaçsız olmamalarına özen göstermiştir. Zanaati olmayanları kabiliyetine göre uygun işlere yönlendirerek, onları insanlığa faydalı hale getirmeye gayret etmiş ve topluma kazandırmıştır. Böylece etrafındaki müridler, çeşitli meslek kollarına sahip olmuştur. Toprağı işletmenin bereketine dikkat çeken Hacı Bayrâm-ı Veli, Türklerin yaşam tarzı olan göçebeliği bırakıp yerleşik hayata geçmelerini tavsiye etmiştir. Böylece daha üretken, daha bilgili ve mâhir olacaklarını ifade etmiştir. Bu düsturla, Hacı Bayrâm-ı Veli'nin tekkesinde müridler terbiye edilmiş, tembellikten kurtulup meslek sahibi olmuşlardır. Çalışamayacak kadar yaşlı ve hasta kimseler için de yine onun tekkesi bakımevi işlevini görmüştür. Ekinleri, müritleriyle, imece usulü birlik ve beraberlik içinde kaldırmasıyla, hem sosyal dayanışmaya destek vermiş hem de halkla içiçe bir mutasavvıf olmuştur. Halkın hem meslekî hem de mânevi hâmisi olan Hacı Bayrâm-ı Veli esnaf arasında "Ahi baba" olarak nam salmıştır.<sup>253</sup> Tüm bu yönleriyle Hacı Bayrâm-ı Veli, günümüz kişisel gelişim öğretilerinin hedeflediği yönlendiriciliği birebir uygulamış ve insanların kişilik gelişimlerini sağlamıştır.

Hz. Peygamberden sahâbe-i kirâma, sahâbe-i kiramdan tabiine uzanan zühd hayatında ve bu çizgide şekillenen tasavvufî hayatta öne çıkan şahsiyetler üzerinden tasavvufî eğitimdeki kişilik gelişimini tahlil etmiş olduk. Tasavvufî eğitimin uygulamalarının unutulmaya yüz tuttuğu yakın tarihimizde de tasavvufun kişilik yapısını yaşatmaya çalışan şahsiyetler bulunmaktadır. Bu şahsiyetlerin birkaçı üzerinden, yakın dönem sûfî kişilik yapısını görmüş olalım:

Yakın döneme gelindiğinde, İslam dinine karşı yapılan tüm olumsuzlukların karşısında istikrarla duran, çalışkan, azimli kişiliklerle karşılaşmaktadır.

---

<sup>252</sup> Mehmet Aydın, "Akşemseddin Muhammed'in Tasavvufî Boyutu", *Akşemseddin Sempozyumu Bildirileri*, 1, (1990), 74-75.

<sup>253</sup> İhsan Çapçioğlu, "Anadolu İrfan Geleneğinde Bir Arada Yaşamının Temel Değerleri: Hacı Bayram-ı Veli Örneği", *II. Uluslararası Hacı Bayrâm-ı Veli Sempozyumu Bildiriler Kitabı 1*, Nşr. Ethem Cebecioğlu v. dğr., (Ankara: Kalem Neşriyat, 2017), 147-149

Bu şahsiyetlerden biri, Tâhirü'l-Mevlevî olarak tanınan, Tahir Olgun'dur (1877-1951). Tahir Olgun, mevlevî dedesi ve mesnevî-hân oluşunun yanısıra iyi bir: şair, yazar, gazeteci, öğretmen, edebiyat tarihçisidir.<sup>254</sup> 1001 günlük çileyi tamamlayıp mevlevî dedesi olan Tahir Olgun, çile esnasında dahi dergâhtaki sorumluluklarının yanısıra ilmî ve edebî faaliyetlerine devam etmiştir. Sadece mevlevî tarikatından değil kadirî ve rufâî tarikatından da icazete sahip olması, onun çok yönlü bir kişiliğe sahip olduğunu göstermektedir.<sup>255</sup> Öğretmenlik vazifesinden emekli olduktan sonra da köşesine çekilmeyerek: Mesnevî dersleri, İstanbul kütüphanelerini tasnif komisyonu vazifesi ve İslam Yolu mecmuasında yayınlanan gündelik mevzulara değindiği, dinî ve içtimâî sahada yön verici makaleleri ile ömrünün son yıllarını ilim çalışmalarıyla yoğun olarak geçirmiştir. Müslüman aleyhtarlarına karşı, kaleminin gücü sayesinde, son nefesine kadar İslamı şiddetle savunmuş önemli bir şahsiyettir.<sup>256</sup>

Yakın dönemin önemli isimlerinden biri de Mehmed Zâhid Kotku'dur (1897-1980). Tasavvufun, dünyadan el etek çekip köşeye çekilmek olmadığını söyleyemesiyle ve Türkiye'nin gelişimine dair önerileriyle dikkat çekmiş bir kişiliktir. Bir yandan insanın yetişmesi için gayret ederken diğer yandan da ülkenin hatta dünyanın imarı için yapılması gerekenlere öncülük etmiştir. Hem siyasi kurumların, hem de okul, hastane gibi toplum yararına olan kurumların kurulmasını sağlamıştır. Türkiye'nin tarım ülkesi olarak kabul görüldüğü yıllarda Mehmet Zâhid Efendi, ülkenin ekonomik yönden dışarıya bağımlı hale gelmemesi için sanayileşmenin gerekliliğini dile getirmiştir. Ekonomik olarak dışarıya bağımlılık, ülkemizin kültürel olarak da dışarıya bağımlı olmasını doğuracağından bu hususun önemine işaret etmiştir. Mehmet Zâhid Efendi, topluma kalkınma konusunda bir olmalarını ve bu birliği bir ibadet bilincinde yapmalarını öğütlemiştir. Hilhassa öğrencilerini toplum yararına yatırımlar yapmaya teşvik etmiştir. O, yaşadığı dönemin Türkiye'sinin problemlerini dile getirmesiyle değil, bu problemlere akılcı çözümler yürütmesiyle dikkatleri üzerine toplamış ve üniversite öğrencilerinin dahi iştirak ettiği, geniş sohbet halkalarına hitap etmiştir.<sup>257</sup> Mehmet Zahid Kotku sadece mânevî alanda değil, günümüz kişisel gelişiminin alanlarına dahil olan içtimai ve ekonomik alanlarda da insanlara önerilerde bulunmuştur.

---

<sup>254</sup> Atillâ Şentürk, *Tahir 'ül-Mevlevî Hayatı ve Eserleri*, (İstanbul: Nehir Yayınları, 1991), VII ve 14.

<sup>255</sup> Âlim Kahraman, "Tâhir'ül-Mevlevî", *DİA*, (Ankara: TDV Yayınları, 2010), 39: 408, 409.

<sup>256</sup> Şentürk, *Tâhir 'ül-Mevlevî*, 56, 57

<sup>257</sup> Ali Cañçelik, "Mehmet Zâhid Kotku (1897-1980)", Edisyon, *Türkiye'nin Birikimleri-4 "Mutasavvıflar"*, 210-215.

Gençlerin gönüllerinde modernitenin açtığı buhranları, dinî ve ahlakî değerlerle dağıtan Mehmet Zâhid Efendi, yetiştirdiği üniversite öğrencilerini, bu ülkenin değerlerine bağlı kalarak hizmet etmeye teşvik etmiştir. Gerek üslubuyla gerekse mütebessim çehresiyle halkın sevgisini kazanan Mehmet Zâhid Kotku, halka birçok konuda nasihatte bulunarak farklı yönlerden kişilik gelişim metotları sunmuştur:

- Bir an evvel günahlarından tevbe et, İslam'ın yoluna dön!
- Namazını kıl, sohbetlere devam et ve nasihat dinle!
- Ben ondan daha iyi bilirim deme!
- Zekâtını fazlasıyla ver, yardımlardan ve sadakalardan kaçma!
- Kimseyi hor ve hakir görme, herkesi her bakımdan kendinden iyi ve üstün gör!
- Servete, bilgiye, varlığa, sağlığa sakın güvenme!
- Kimseyi incitme ve kimseden yardım bekleme!
- Asla sert konuşma ve çok da konuşma; yumuşak ve tatlı sözlü ol!
- Kat'iyen kimsede kusur görme ve kusur da arama; kendi kusurlarını ara ve onları gidermek için gayret et!
- Komşularınla güzel geçin ve onlara hediyelerle ikramda bulun!
- Çocuklarına da hediye ver, onların kusurlarını örtmeye çalış!
- Lokmalarının helalinden olmasına dikkat et!<sup>258</sup>

Yine yakın dönem sûfilerinden Alvarlı Efe olarak tanınan Muhammed Lütfî Budak (1868-1956), tasavvufî ahlâkî yaşayarak örnek olmuştur. Şair yönünden dolayı, irşâd faaliyetlerinde araç olarak, sohbetlerinde teberrüken söylediği, şiirlerini kullanmıştır. Akılda kalıcı, etkileyici ve öğüt verici şiirleriyle birlikte takdire şâyan cömertliği ile de halkın gözdesi olmuştur. Yarım yüzyılı aşkın süredir misafirsiz sofraya oturmadığı ve zengin olmadığı halde Allah ne verdi ise insanlarla paylaştığı anlatılmaktadır. İmamlık vazifesinde bulunduğu yerlerde, hangi ailenin neye ihtiyacı varsa gidermeye gayret etmiştir. Bu örnek davranışıyla kişiliğini gelişiminde, insanların ihtiyaçlarına karşı duyarlı olmayı teşvik etmiştir. Örnek kişiliği ve şiirleriyle nam salan Muhammed Lütfî'ye müftülük teklif edilmiş olmasına rağmen o mütevâzi hayatını makam ve mevkîye değişmemiştir.<sup>259</sup> Popüler kişisel gelişim eserlerindeki, başarı öykülerine

---

<sup>258</sup> Cançelik, "Mehmet Zâhid Kotku (1897-1980), 210-215.

<sup>259</sup> Hüseyin Türkan, "Muhammed Lütfî Budak (Alvarlı Efe) (1868/1956)", Edisyon, *Türkiye'nin Birikimleri-4 "Mutasavvıflar"*, 86-87

bakıldığında başarıya ulaşmış insanların genelde zengin ve popüler olma süreçleri anlatılmaktadır.<sup>260</sup> Tasavvufî eğitimin kişilik gelişiminde ise, verdiğimiz örneklerde de görüldüğü gibi, ahlâkî olgunluğa erişmek önemlidir.

Alvarlı Efe'nin çok tanınmış ve bestelenmiş olan “Hazer kıl” şiirinin her bir satırı, verdiği öğütlerle, olması gereken Müslüman kişiliğinin portresini çizmektedir.

*Hazer kıl kırma kalbin kimsenin cânını incitme*

*Esiri gurbet-i nâlan olan insanı incitme*

*Tarîk-i aşkta bî-çareyi hicrânı incitme*

*Sabır kıl her belaya hâne-i Rahman-ı incitme*

*Felekte hâsılı insan isen bir cânı incitme*

*Günahkâr olma fahr-i âlemi zîşan-ı incitme*

*Elin çek meyli dünyadan eğer âşık isen yâre*

*Muhabbet cânını nûş et asıl Mansur gibi dâre*

*Misafirsin felek bağında kendin salma efkâre*

*Düşersin bir belaya sabrı kıl Mevlâ verir çâre*

...

*Gönül âyinesin silmek gerektir kalb-i âgâhe*

*Muhabbet şemsi doğmuşken ne lazım mihr ile mâhe*

*Ne müşkil hâcetin var ise heman arz eyle Allah'e*

*Der-i Mevlâ dururken bakma Lütfi başka dergâhe<sup>261</sup>*

---

<sup>260</sup> Bk. Covey, *Etkili İnsanların 7 Alışkanlığı*, 38; Kevin Hogan, *Hayatınızı Değiştirecek İkna Sırları, Konuşarak İkna Psikolojisi*, Trc: Pınar Polat, (İstanbul: Yakamoz Kitap Yayınları, 2012), 20; Zygmunt, *Yaşama Sanatı*, 21; Kemal Sayar, *Yavaşla*, 3. Baskı (İstanbul: Timaş Yayınları, 2007), 161.

<sup>261</sup> Hâce Muhammed Lütfî, *Hulâsatü'l-Hakâyık ve Mektûbât-ı Hâce Muhammed Lütfî*, 5. Basım (İstanbul: Damla Yayınevi, 2011), 474

Alvarlı Efe'nin herkesçe bilinen ve bestelenmiş bu şiirinde; sabır olmak, cömert olmak, alçakgönüllü olmak, kibirlenmemek, tatlı dilli olmak, ilim ve irfan ehli insanlarla birlikte olmak, dünyaya meyletmemek, dünyanın geçici olduğunu ve insanın bu dünyada misafir olduğunu unutmamak gibi nasihatlerde bulunmaktadır.

“Felekte hâsılı insan isen bir canı incitme; Günahkâr olma fahri âlemi zîşanı incitme” beyiti şiirin ana temasının “incitmek” olduğunu göstermektedir. Bununla birlikte “hane-i Rahman'ı incitme” uyarısı ile; kalbin nazargâh-i ilâhi olduğundan kalp kırmak Allah'ın evini yıkmak olarak tasvir edilmiş ve dinimizde incitmenin haramlığına işaret edilmiştir. Fahri âlem-i zîşânı incitme” diye uyarıda bulunmasından maksat ise şöyle izâh edilebilir: Nasıl ki bir evladın yaptığı hatalar ana babasını üzmemekte ise, bu ümmetin yaptığı hatalar da ümmetin peygamberini üzmemektedir. Sûfiler, bu düşünce ile incitmek esasına dikkat çekerler. Bununla beraber “can”dan maksat sadece insan değildir. Allah'ın var ettiği tüm mahlûkata hatta cansız olarak atfettiğimiz varlıklara karşı bile hassas davranmak vurgulanır. Her şey insanın emrine sunuldu ise, bu lütfâ karşı insanın, şükrünü, varlıklara karşı şuurdu davranarak eda edeceği kabul edilmektedir. Ayrıca tasavvufî eğitimin kişilik gelişiminde sadece incitmek değil incinmemek de esastır.

İncinmemek ve incitmek esaslı düstûr Muzaffer Ozak'ta (1916-1985) da görülmektedir. Herkesin yükünü çekmeyi ancak kimseye yük olmamayı prensip edinen Muzaffer Ozak, kalplerin ihyası için gayret etmiştir. Nitekim ona göre, Allah dostunun en büyük kerameti, yolunu şaşırılmış birini doğru yola sevk edebilmesindedir. Bu da ancak kendi halinin istikrar ve istikametinin neticesinde mümkün olabilmektedir. Böylece asıl keramet de istikamet olmaktadır. Gençlik yıllarında heybetli yapısından dolayı güreşe merakı başlamış; bunun ardından Samî Efendi'nin “*Sen başkalarıyla güreş tutacağına nefsinle güreş oğlum!*” demesi üzerine pehlivanlıktan vazgeçerek kişilik gelişimine yönelmiştir. Sadece kendi nefsiyle mücâhede içinde olmamış insanların hidâyeti için hem yurt içinde hem de yurtdışında büyük çaba göstermiştir.<sup>262</sup>

Tasavvufun insana bakışı ve onun yaratılışına yüklediği anlam neticesinde yukarıdaki örneklerde olduğu gibi sufî kişilik örnekleri ortaya çıkmıştır. İslamiyetin özünü, Hz.Peygamberi örnek alarak yaşamaya gayret etmişlerdir. Sûfiler bu gayretlerini her

---

<sup>262</sup> Fadime Türkölmez, “Muzaffer Ozak (1916-1985)”Edisyon, *Türkiye'nin Birikimleri-4* “*Mutasavvıflar*”, (İstanbul: İlke Yayıncılık, 2015), 249-252

dönemde göstermişlerdir. Bu sebeple de zaman zaman buldukları dönemin Müslüman kişiliklerinden farklı olmuşlardır. Bu farklılığı ifade etmek için “Müslüman ince insandır; derviş ince Müslümandır.” denilmiştir.

## II. BÖLÜM: TASAVVUFÎ EĞİTİMDE KİŞİLİK GELİŞİMİ

Tasavvufun öngördüğü kişilik gelişimi akıl, ruh, kalp ve nefis dengesi ve sağlığı üzerine temellendirilmiştir.<sup>263</sup> Allah Teâlâ yarattığı her şeyi belli bir nizam, ölçü ve denge içinde yaratmıştır. Gerek makro âlem gerek mikro âlem bu denge ve düzenden berî değildir. İnsan, “küçük âlem” olarak kabul edilmekte ve bu denge insanı da kapsamaktadır. İnsanın denge ve düzeni, fitratı üzerine korunamadığında kişilik bozuklukları gözlenmeye başlamaktadır. Tasavvuf, insanın mânevî yapısını teşkil eden kalp, nefis ve ruh latifelerinin arasında denge oluşturmak suretiyle insanı fitratına en uygun hale getirmeyi hedeflemektedir.

Tasavvuf, insanı çift kutuplu bir varlık olarak vasıflandırır. Ruh insanın müspet kısmını, nefis de menfî kısmını ifade eder. Nefis ve ruhun işlevleri kalp aracılığıyla olmaktadır.<sup>264</sup> Ruh kalbe takvayı ilham ederken, nefis kötü düşüncelerle vesvese vermektedir. Sûfiler, bu düşünceleri ayırt edebilmesi ve doğrusunu seçebilmesi için kalbe, Allah’ın iman ve ilim gibi iki güçlü asker verdiğini ifade etmişlerdir. Ruhun ve nefsin işlevleri, onların mahiyetinden kaynaklanmaktadır. Nefis topraktan yaratıldığından, yere yani dünyada olanlara meyyal; ruh, Hakk’ın ruhundan ve nurundan yaratıldığından yüksekte, ulvî ve yüce olanlara meyyaldır.<sup>265</sup> İnsanın menfî kısmını ifade eden nefsi, Muhâsibî şöyle ifade etmektedir: “*Sen, az da olsa, iyiliği istesen, nefis bunun aksine hareket eder. Buna karşılık, sana az da olsa kötülük bulaşsa, mutlaka kötülüğü çağırıp senin ona rağbet etmeni ister. Dolayısıyla sen bir iyiliği nefsinin gayr-i ahlâkî tutumundan dolayı kaçırırsın; buna mukâbil herhangi bir kötülüğü de nefsinin ona olan tutkusu yüzünden işlerin.*”<sup>266</sup>

Sûfiler, insanı kötülüğe sevk eden ve onu Hakk’a itaatten uzaklaştırıp kendi arzusu peşinde heba eden nefsi, terbiye etmek için metodlar geliştirmişlerdir. Bu metodların geliştirilmesiyle, insanın; kendini tanıması, nefisini kontrol altına alması, sorumlulukları noktasında kendisini harekete geçirebilmesi, Hakk’ın emirlerine itaat etmesi ve sosyal ilişkilerini sağlıklı yürütmesi amaçlanmaktadır. Tasavvuftaki kişilik gelişimi, her insandan ideal insan olmasını beklerken, her insana aynı reçeteyi uygulamamaktadır.

<sup>263</sup> Kayıklık, *Tasavvuf Psikolojisi*, 85; Şirin, *Kişisel Gelişim Medeniyeti*, 96

<sup>264</sup> Kayıklık, *Tasavvuf Psikolojisi*, 85

<sup>265</sup> Ebu Tâlip el-Mekkî, *Kûtu’l-Kulûb*, 1: 458 ve 487

<sup>266</sup> Muhâsibî, *Er- Riâye, Nefs Muhasebesinin Temelleri*, Çeviren: Şahin Filiz- Hülya Küçük, 5. Baskı (İstanbul: İnsan Yayınları, 2014), 111

Her insana istitaat ve kabiliyeti ölçüsünde bir program belirlemekte ve bu programı uygularken de onu yalnız bırakmamaktadır. Başaramayacağını düşünüp umudunu kaybettiği noktada yüreklendirici; nefsinin ve şeytanın hilesine düşüp kibirlendiğinde uyarıcı rol oynamaktadır. Tasavvufî eğitimde, bu rehberlik vasfını üstlenenlere mürşid denilmektedir. Tasavvuf eğitiminde mürşid, olmazsa olmaz bir öneme haizdir.

Tasavvufta, kişilik gelişiminin amacı şöyle özetlenebilir: İnsanın fitratını korumak, kendini ve nefsinin tanımasını sağlamak, kabiliyetlerini fark edip bu çerçevede yönlendirmek, nefsinin terbiye altına almasına imkân sağlamak, bu sayede iyi bir insan ve iyi bir kul seviyesine yükseltmek, istikamet üzere yaşamasını öğretmek,<sup>267</sup> sadece insanlara karşı değil tüm canlılara ve doğaya karşı duyarlılığını arttırmak, sabır, şükür, kanaat, diğerkâmlık gibi ulvi değerleri ihya etmek, bireyin gelişimini sağlarken toplumun değişimine de katkı sağlamaktır. Nitekim tasavvufun konusu da “tahalluk ve tahakkuk”<sup>268</sup> olduğundan, tasavvufun bir tekâmül/gelişim ilmi olduğunu söyleyebiliriz.

İslam, insandan duygusal zekâsını geliştirmesini istemektedir. Bu isteğini gerçekleştirebilmesi için de ona bir takım sorumluluklar yüklemektedir.<sup>269</sup> Açların halinden anlaması, empati kurmayı öğrenmesi için oruç ibadetini emretmekte; Ganî Mutlak yalnızca Hakk Teala'nın olduğunu anlaması, fakrını idrak etmesi için sadaka ve zekatı emretmekte; dünyevî ve maddî âlemden uzaklaşıp, iç âlemine ve ruhuna yönelerek huzuru yakalaması ve böylece tüm ahlakî buhranlardan arınması için namazı emretmektedir. Ayrıca “*onlar kalpleriyle aklederler*” (Hac 22/46). ayetiyle de ilmin salt bilgiden ibaret kalmayarak, hissedilerek ihlasla yapılmasını emretmektedir. Kısaca İslam insandan, duygularının farkında olmasını, onları hissetmekle beraber geliştirmesini ve kontrol altına almasını istemektedir.

İslam'ın öngördüğü tüm ibadetlerin özü ve kulluğun hakikati “ihlan” derecesine yükselebilmektedir. Hakk Teâlâ'yı her an hissedebilmek, O'na karşı duyulan muhabbetle gizlidir. İnsan, tanıdığı takdirde görmese de muhabbet besleyebilirken, tanımadığına muhabbet hissedememektedir. O halde öncelikle Hakk'ı tanımak gerekli görülmektedir. Sûfilere göre bunun yolu da kişinin kendini tanımasından, nefsinin hile ve tuzaklarını bilmesinden, duygularını kontrol etmesinden geçmektedir. Çünkü nefsin

<sup>267</sup> Şirin, *Kişisel Gelişim Medeniyeti*, 99.

<sup>268</sup> Selçuk Eraydın, *Tasavvuf ve Tarikatlar*, 11. Baskı, (İstanbul: Marmara Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Vakfı Yayınları, 2014), 54.

<sup>269</sup> Şirin, *Kişisel Gelişim Medeniyeti*, 120.



istek ve arzuları, insanın Hakk'ı tanınmasının önünde engel teşkil etmektedir. Zira nefis Allah'ın emrettiklerini yerine getirmekten hoşlanmamaktadır.

İnsanın kendisini bilmesi, şu üç şeyin bilinmesi ve kontrol altına alınmasıyla mümkün görülmektedir. Bunlar: Duygu, beden ve iradedir.<sup>270</sup>

**Duygu/İhtisas Kontrolü:** İnsanın iç âleminde yaşadığı duygular, düşünceler ve değerler hakkında hüküm verebilmesi, yargılayabilmesini ve karar vermesini sağlayan mekanizmaya “vicdan” denir. Felsefede “hiss-i bâtın” olarak yer alan vicdan şöyle tanımlanmıştır: “Vicdan, hayrı şerden temyiz etme kuvveti sağlarken, duygulara etki ederek şerrin karşılığı olarak ıstırap, hayrın karşılığı olarak ise sürûr hissi verir.”<sup>271</sup>

Klasik İslamî literatürde vicdanı, nefis ve kalp kavramları karşılamaktadır. Nefis yedi aşamalı bir yapıya sahiptir. İlki ve en alt mertebesi insana kötülüğü emreden onu yanlış, hataya ve haramlara sürükleyen nefis-i emmâreyken, bunun bir üst mertebesi hatalar ve günahlar karşısında pişmanlık duyan nefis-i levvamedir.<sup>272</sup> Vicdanın, şerr karşısında hissettirdiği ıstırap gibi, nefis-i levvâme de nedâmet hissetmektedir. Ancak nefis-i levvâme değil, onun bir üst mertebesi olan nefis-i mülhime vicdana karşılık gelmektedir. Zira nefis-i mülhimedeki artık iyi ile kötü ayırt edebilen bir nefis karşımıza çıkmaktadır. O halde şöyle söyleyebiliriz; vicdanın işlevini yerine getirebilmesi için insanın, nefsi emmârenin arzularından ve nefis-i levvâmenin hatalara düşüp pişmanlık buhranından kurtulması gerekmektedir.

Kişiliği geliştiren yöntemlerden biri olan kalbin tasfiye edilmesi, kötü niyet ve düşüncelerden arındırılması, insanı güzel ahlaka sevk ettiği gibi ona doğru ile yanlış, iyi ile kötüyü ayırt etme gücü vermektedir.<sup>273</sup> Bu bağlamda kalp vicdanla benzerlik göstermektedir. Kur'an-ı Kerim'de de kalp vicdan yerine kullanılmış; Şuara suresi 89. ayette geçen “Kalb-i Selim” ifadesi sözlükte “temiz vicdan, saf kalp, sağduyu” anlamında ele alınmıştır. Allah'ın huzuruna tertemiz bir vicdanla çıkılmasının gerekliliğini anlatan bu ayeti, mutasavvıf şair Bağdatlı Ruhî şu şiiriyle açıklamıştır:

*Sanma ey hâce ki senden zer ü sîm isterler*

<sup>270</sup> Turgay Şirin “Kişisel Gelişim Medeniyeti” adlı eserinde bu üçlü taksimi duyguları yönetmek, bedeni yönetmek ve kendini harekete geçirebilmek olarak vermiştir.

<sup>271</sup> Osman Demir, “Vicdan”, *DİA*, (Ankara: TDV Yayınları, 2013), 43: 100

<sup>272</sup> Demir, “Vicdan”, *DİA*, 101.

<sup>273</sup> Demir, “Vicdan”, *DİA*, 101.

*Yevme lâ yenfauda, kalb-i selîm isterler*<sup>274</sup>

**Beden Kontrolü:** İmam Gazâli'ye göre beden ruhun bineğidir. Kalbin bedene, beden de birbirine zıt olan anasıra (hava, su, toprak, ateş) ihtiyacı vardır. Bu sebeple beden zayıf ve sonludur. Gazâli, beden yapısını anlatmak için: bedeni şehre, parmakları şehrin sanatkârlarına, akli vezire, şehveti maliye müdürüne, gazabı (öfkeyi) emniyet müdürüne, kalbi ise padişaha benzetmiştir. Maliye müdürü yani şehvet kötü mizaçlı, emre itaat etmeyen ve ülkeye viran bırakmak isteyen biridir. Gazab yani öfkeli emniyet müdürü ise daima asmak, kesmek, yakmak, yıkmak isteyerek ülkeye ve halka zarar verir. Bu durumda kalp padişahı, akıl veziri ile daima istişare halinde olarak tedbiri elden bırakmazsa ülkenin düzeni bozulmamakta; ülke mamur, vatandaşlar memnun olmaktadır. Aksi tahayyül edildiğinde; kalp, akıl ve ruh mağlup olup şehvet ve öfke galip geldiğinde ülke harap, kalp zulmette, ruh kafeste olacağını anlatmıştır.<sup>275</sup>

Nefsin istek ve arzuları, insanın hayatını ikâme ettirebilmesi için önemli görülmüştür. Zira nefsin ölmesi demek, insanın da ölmesi demektir. Çünkü insanoğlu hiç birşey yemeden, hiç uyumadan yaşayamacağı gibi onun hiçbir şeye ihtiyaç duymaması da düşünülemez. İslam dininin korunmasını istediği beş unsurdan biri de nefistir. Zira nefsin korunması canın korunmasını ve neslin korunmasını beraberinde getirmektedir. Can manasına gelen nefsi korumak esas olduğu gibi, can ruh manasında da kullanılarak, ruhu, nefs-i emmârenin duygularından korumanın önemi de vurgulanmıştır.<sup>276</sup> Tasavvuf, nefsi tamamen işlevsiz bırakmayı değil, bedenî arzuları en aza indirmek suretiyle insan ruhunu ihya etmeyi hedeflemektedir. Bedenî arzuları kesretten killete indirmek için tasavvufta “riyazet” adı verilen bir disiplin geliştirilmiştir. Bu disiplinle, yemede, uykuda, konuşmada killet uygulanarak nefsin terbiye edilmesi amaçlanmaktadır.

**İrade Kontrolü:** İrade sözlükte “ istek, arzu, talep, dilemek, seçmek, tercih etmek, eğilim, niyet” gibi anlamlara gelir. Terim olarak “hür bir seçim yapmak, tercihte bulunmak” anlamındadır. Tasavvuf ıstılahında ise, nefsin isteklerine muhalefet ederek

<sup>274</sup> Eraydın, *Tasavvuf ve Tarikatlar*, 83; Uludağ, *Tasavvuf Terimleri Sözlüğü*, 204.

<sup>275</sup> İmam-ı Gazâli, *Kimyâ-yı Saâdet, Mutluluğun Hazinesi*, (İstanbul: Çelik Yayınları, 2016), 23-24

<sup>276</sup> Zarûriyyat-ı Diniyye konusunda Bk. Hasan Kamil Yılmaz, “Zarûriyyat-ı Diniyye ve Aile Yuvası”, *Altınoluk Dergisi*, 2006-Mayıs, Sayı:243, 5.

Hakk'ın emrini yerine getirmek anlamında kullanılır. Bir başka ifadeyle tasavvufta irade iradesizliktir; kulun Hakk'ın iradesi karşısında kendi iradesini kaldırmasıdır.<sup>277</sup>

Tanımlardan anlaşıldığı üzere irade bir işe yönelmeyi ifade etmektedir. İnsan bir işi tahayyül ve tasavvur eder, sonra o işi gerçekleştirmek için iradesini harekete geçirir. Tasavvuf, insanın iradesini yönelttiği her işin Hakk'ın rızasına uygun olmasını istemektedir. Başka bir ifadeyle insan, irade sahibi olmakla beraber, onun iradesi nefsinin eline bırakılmamış, Allah'ın emrine ve iradesine bağlı kılınmıştır. Bu sebeple de Hakk'ın iradesinin üstünlüğünü ifade etmek için, O'nun iradesi karşısında insanın iradesi “iradesizlik” olarak tanımlanmaktadır. İradesizlikten maksat sorumluluktan kaçan bir kader anlayışı değil; insanın eğilimlerindeki bencilliği önlemektir. Yani tasavvuf iradesizlik kavramıyla, “canım istedi” gibi ifadelerin arkasına sığınarak, iradesini tamamen nefsinin tercihine bırakmış insana yol göstermek istemektedir. Bu söylemlerle sınırsız özgür olduğunu zanneden insan, aslında “can”ının değil nefsinin isteği doğrultusunda iradesini kullandığını idrak edememektedir. Sâdî Şirâzî'nin de dediği gibi “*Dili kesilmiş, dilsiz ve sağır olarak bir köşede oturan, dili kendi hükmünde olmayandan daha iyidir.*”<sup>278</sup> Kendi hükmünü verebilmek, yani gerçek manada bir özgürlük ise tasavvufun “iradesizlik” kavramında gizlidir. Her iş ve fiilde Hakk'ın rızasını gözetmeye ve iradeyi O'nun razı olacağı yöne yöneltmeye gayret etmek, insanın davranışlarını kontrol altına almasını sağlamaktadır.

İradenin “niyet” anlamını düşünüldüğünde kişinin niyetinin de rıza-i ilahî yönünde olması îcâb etmektedir. Nitekim Hz. Peygamber “*Ameller ancak niyetlere göredir.*”<sup>279</sup> buyurarak, hayırla sonuçlanan bir işte dahi niyet Allah rızası olmadığında kıymetinin olmayacağına işaret etmiştir. Zira amel âlenî niyet ise gizlidir.<sup>280</sup> Bu sebeple bir davranışın değer kazanabilmesi onu tetikleyen iradede gizlidir.

Allah'ın rızasını kazanmak için gayret eden sâlik, “Belki Rabbimin rızası bu iştedir” düşüncesiyle her anı ve her fırsatı hayra dönüştürmeye çalışmaktadır. Ayrıca sûfler, yaptıkları iyiliği dünyalık menfaat beklemeden yapmakta, mükâfatını da sadece

<sup>277</sup> Uludağ, *Tasavvuf Terimleri Sözlüğü*, 189; Muhâsibi, *Er- Riâye*, 141

<sup>278</sup> Sâdî Şirâzî, *Bostan ile Gülistan*, Hazırlayan: Osman Koca, (İstanbul: Beyan Yayınları, 2015), 227

<sup>279</sup> Buhârî, *Bedü'l-vahiy*, 1; Müslim, *İmare*, 155; İmamü'l Hafız Ebi Davud Süleyman bin el-Eşâş es-Sicistani, *el-Ezdi, Sünen-i Ebi Davud ve Tercemesi*, Trc. İbrahim Koçaşlı, (İstanbul: Milli Gazete Yayınları, 1983), Talak, 11

<sup>280</sup> Hakîm Tirmizî, *Allah'a Yakınlığın Dereceleri, Nefsin Kötü Arzularını Nasıl Terk Ederiz?*, Çeviri: Mehmet Zahit Tiryaki, (İstanbul: Hayy Kitap, 2013), 71

Allah'tan bekleyip ahirete bırakmaktadırlar. Bu karşılıksız iyilik yapma düşüncesiyle insanlardan bir beklenti içine girmemekte,<sup>281</sup> böylelikle hayra yöneldiklerinde yüksek bir motivasyona sahip olmaktadır. İşte günümüzdeki kişisel gelişim etkinliklerinde kazanılan motivasyonun, kısa süreli bir hareketlilik sağlayıp sonra sönmesinin sebebi bu niyet farklılığında gizlidir. Kişisel gelişimde, insanın dışını güzelleştirmesindeki ilk gaye toplum tarafından kabul ve takdir görmektir.<sup>282</sup> Bu sebeple de olumsuz bir durumla karşılaşıldığında motivasyon düşebilmektedir.

## 2.1. Letâif-i Hamse

Tasavvufta kalbe gelen işaretlere, “letâif” denmektedir.<sup>283</sup> Letâifin tekil hali olan lâtife, “idrâke düşen, zihinde parıldayan, manasının inceliği sebebiyle ibarelerin kapsayamadığı durumlara işaret eden lafız” olarak tanımlanmaktadır. Başka bir ifadeyle latîfe, Allah'ın kuluna, nasip ettiği ince idrak gücünü ifade etmektedir.<sup>284</sup>

“Letâif-i hamse” kavramı ise, insana Allah tarafından nasip edilen idrak gücünün beş farklı mertebede ele alınmasıyla ortaya çıkmıştır. Bu kavram ilk olarak İmam Rabbânî tarafından kullanılmış ve seyrü sülûk metodu olarak temellendirilmiştir.<sup>285</sup> İmam Rabbânî'ye göre insan, on letâiften mürekkep bir varlıktır. Letâif-i Aşere denilen bu on letâifin beşi halk âlemine aittir; yani beden ve nefsin birlikteliğiyle oluşan kalıba aittir. Âlem-i halktan biri nefis, diğerleri anâsır-ı erbaa denilen dört unsur; su, toprak, hava, ateştir. Letâif-i Aşerenin diğer beşi emir âlemine aittir. Bunlar kalp, ruh, sır, hafî, ahfâdır.<sup>286</sup> İmam Rabbânî seyrü sülûku kalp latifesinden başlayarak, letâif-i hamse ile sürdürülmesini gelişimin ve köklü değişimin esası kabul etmiştir. Ona göre letâifin ilerleyişi tamamlandığında sâlik, irşâd edebilecek kabiliyete sahip olmaktadır.<sup>287</sup> Bu beş letâif için vücutta farklı noktalar belirlenmiştir. Müceddidiyye'de<sup>288</sup> zikir bu noktalara yoğunlaşmak suretiyle yapılmaktadır. Bundan maksat bu latifelerin çalıştırılması, kalbin

<sup>281</sup> Ebu Tâlip el-Mekkî, *Kûtu'l-Kulûb*, 3: 27, 28.

<sup>282</sup> Değirmenci, *Kişisel Gelişim ve Pozitif Enerji*, 293;

<sup>283</sup> Hucvirî, *Keşfü'l-Mahcûb*, 442 ;Bauman, *Yaşam Sanatı*, 25-27.

<sup>284</sup> Tûsî, *el-Lüma*, 434

<sup>285</sup> Türer, “Letâif-i Hamse”, 143

<sup>286</sup> İmam Rabbânî Ahmed Farûkî es-Serhendî, *Mektûbât-ı Rabbânî*, Trc. Abdulkadir Akçiçek, (İstanbul: Çelik Yayınları, 2011), 1/58: 187, 1/34: 138, 2/423:1302; Necdet Tosun, *İmam-ı Rabbânî Ahmed Sirhindî, Hayatı, Eserleri, Tasavvufî Görüşleri*, 2. Baskı (İstanbul: İnsan Yayınları, 2009), 55; Türer, “Letâif-i Hamse”, 143.

<sup>287</sup> İmam Rabbânî, *Mektûbât*, 2/355: 1064; Tosun, *İmam-ı Rabbânî*, 62.

<sup>288</sup> Nakşibendiyye'nin İmam Rabbânî'ye ait kolu

gaflet uykusundan uyandırılması, ruhun ihya edilmesidir. Kalbin gaflet uykusundan uyandırılması için, ilk olarak kalp çalıştırılır. Bu sebeple, letâif-i hamsenin en dışında kalp bulunur. En iç kısmında da ahfâ olduğu kabul edilir. Latifelerin öz itibariyle birbirinden farklı veya aynı olup olmaması konusunda farklı görüşler vardır. Ancak çoğunluğun görüşü: letâifte öz itibariyle farklılık bulunmadığı, bazı mertebelerde kalp, beşeri kayıtlardan kurtulup saflaştığında ruh, saflık artınca sır, daha da olgunlaşınca hafî adı verildiği yönündedir.<sup>289</sup> En dıştan en içe doğru bu letâifi sırasıyla ele alalım:

### 2.1.1.Kalp

Kalp, sözlükte “bir şeyi çevirme, döndürme, değiştirme”<sup>290</sup> gibi anlamlara gelmekle beraber “vücudun sol göğüs altında bulunan, kan dolaşımını sağlayan çam kozalağı şeklinde bir et parçasıdır ve hayvanlarda da bulunur”.<sup>291</sup> Bu tanımda kalbin cismanî ve maddî yönü alınmıştır. Tasavvufî ıstılahta ise kalbe vücuttaki işlevi dışında özel bir anlam yüklenmektedir. Kalp, insanın içindeki ve derinliklerindeki bütün dereceleri kendinde toplayan genel bir kavramdır.<sup>292</sup> Onun cismanî boyutu değil, rûhânî boyutu ön plana çıkarılarak, et parçası olan haliyle toprak olacağı, rûhânî yönüyle ahiret yurduna gideceği ifade edilmiştir. Bu kalp; âlim, ârif, anlayan, arayan, hitap edilen (ilahî hitabın muhatabı olan), ilham ve keşf mahalli, ilahî genişlik mahalli, tecelligâh-ı ilahîdir.<sup>293</sup> Bu rûhanî kalbin, etvâr-ı dil denilen, yedi tavrı bulunmaktadır:

1. Sadr: Göğüs anlamına gelen sadr kelimesi, Kur’an-ı Kerim’de geçmektedir.<sup>294</sup> Sadr, “İslam cevherinin ocağı” olarak nitelendirilmektedir.
2. Kalp: “İman cevherinin ocağı”dır.
3. Şegaf: “Sevgi ve merhamet duygularının ocağı”dır.
4. Fuad: Kalbin içi, zarı, gönül gibi anlamlara gelmekle beraber tasavvuf ıstilahında “ilahî tecellileri temâşa etme” anlamı taşımaktadır. “Gözün gördüğünü kalp (fuad) yalanlamadı.” (en-Necm 53/11) müfessirler bu ayetin mealini verirken “fuad”

<sup>289</sup> Türer, “Letâif-i Hamse”, 143.

<sup>290</sup> İbn Manzur, *Lisânü'l-Arab*, I: 685.

<sup>291</sup> Süleyman Uludağ, “Kalp”, *DİA*, (Ankara: TDV Yayınları, 2001), 24: 229-230; Uludağ, *Tasavvuf Terimleri Sözlüğü*, 205; Gazâlî, *İhyâu Ulûmi'd-Din Tercümesi*, Trc. Ahmed Serdaroğlu, (İstanbul: Erkam Yayınları, 2016), 5: 17.

<sup>292</sup> Hakîm Tirmizi, *Kalbin Anlamı*, 15.

<sup>293</sup> Uludağ, *Tasavvuf Terimleri Sözlüğü*, 205; Gazâlî, *İhyâ*, 5: 18.

<sup>294</sup> “Allah kimi doğru yola iletmek isterse onun göğsünü (kalbini) İslam’a açar.” En’am 6/125.

kelimesinin manasına dikkat çekerek “kalbin gördüğünü kalp yalanlamadı” şeklinde mealin yapılmasının da uygun olacağını belirtmişlerdir.<sup>295</sup>

5. Habbetü'l-kalp: “Kalpteki tane” anlamına gelir. Kalpte sadece Allah sevgisinin bulunmasını ifade eden bir kelimedir.
6. Süveydâ: Gaybın mükâşefe edildiği ve ilahî tecellilerin odak noktası olan bir mahaldir.
7. Muhcetü'l-kalp: İlahî nurların tecellilerinin hissedildiği yerdir.<sup>296</sup>

İnsanın, iman makamını elde etmesinin yolu, Allah'ın peygamberiyle yolladıklarının tümünü dil ile ikrar kalp ile tasdik etmesinden geçmektedir. İnsan, iman anahtarıyla kalbinde büyük değişimlerin kapısını açmaktadır. Ancak sûfiler, burada insanı bekleyen türlü engellerin olduğunu ifade ederler. Kişi, iman sahibi olsa dahi bu engelleri aşamadığı ve günahları da Allah Teâlâ tarafından affedilmediği takdirde cehennem azabına müstahak olmaktadır. Kalpte iman olsa dahi insanın kişilik gelişiminin önünde engel teşkil eden durumlar beş grupta toplanmıştır:

- 1- Yemek, içmek, giyinmek, mal-mülk edinmek gibi konularda nefsin hevâsına kapılıp aşırıya kaçmaktır.
- 2- Ahlâk-ı zemîme yani dinin ve aklın hoş görmediği, insanın hem dünyasına hem de ahiretine zarar veren kötü ahlâktır. Ahlâk-ı zemîme kalbi ve ruhu hasta etmekte, letâife zarar vermektedir.
- 3- Sadece dünyalık için çalışan, ahireti unutan gâfil ve fâsık insanlarla yakınlık kurmaktan doğan afetlerdir.
- 4- Bedende bulunan yedi uzva (göz, kulak, dil, el, ayak, mide ve ferç) karşı şeytanın vesvesede bulunması suretiyle gelen afetlerdir.
- 5- Hastalık, malın eksilmesi, evlat kaybı ya da bir sevdiğinin ölümü gibi ağır imtihanlara sabredemeyerek isyan etmektir.<sup>297</sup>

Hasan-ı Basrî “*Kalpler ölür ve dirilir. Öldüğünde onu farzlarla diriltmeye çalışınız; dirildiğinde nafilelerle onu edeblendiriniz.*”<sup>298</sup> demiştir. Tasavvufî eğitimde, kalbi

---

<sup>295</sup> Karaman v. dğr., *Kur'an Yolu Türkçe Meâl ve Tefsir*, 5: 162.

<sup>296</sup> Uludağ, *Tasavvuf Terimleri Sözlüğü*, 205.

<sup>297</sup> Osman Nuri Karadayı, “Ömer el-İspirî'nin Husûnu'l-Metâlib Adlı Risâlesinde Letâif ve Makamların Sembolik Anlatımı”, Editör: Ömer Kara, *Erzurum İspirli Kadızâde Mehmet Ârif Efendi Sempozyumu (2-4 Mayıs 2014- Erzurum)*, 686.

<sup>298</sup> Hasan-ı Basrî, *Zühhd*, Der. İshak Doğan, (Konya: Hünet Yayınları, 2012), 101.

edeblendirecek olan nafil ibadetler arasında zikir daha ön planda tutulmuştur. Bununla beraber sūfîler zikre, kalbi edeplendirmesinin yanında onu diri tutma özelliği yüklemişlerdir.

Kalp latifesinde, kalbin beden üzerinde tarif edildiği yere, yani sol göğsün iki parmak altına<sup>299</sup>, süveydâ denilen noktaya, teveccüh edilmekte; bol istiğfar ve salâtü selâmdan sonra 3000 defa Allah lafzı zikredilmesi telkin edilmektedir. Sâlik, kalbinde bu latifenin nuru<sup>300</sup> olan sarı nur<sup>301</sup> tecelli edene kadar “Allah” zikrine devam etmektedir. Kalbi, kendiliğinden zikreder hale geldiğinde ona ruh latifesinin zikri telkin edilir. Zikrin tesiriyle kalbin, bu ilahî tecelliye mazhar olmasına “veled-i kalb” (kalbin doğumu) veya “vilâdet-i sâni” (ikinci kez doğuş) denir.<sup>302</sup>

### 2.1.2.Ruh

Ruhun farklı tarifleri yapılmakla birlikte, âlimlerin genel kanaatleri çerçevesinde şu tanım yapılmıştır: “İnsanın ana rahmindeki oluşumu sırasında, melekler tarafından bedenine üflenen ve ölüm anında bedeninden çıkarılan, idrak edici ve bilici hakikatidir.”<sup>303</sup> Ruh letâifinin makamının tevbe-i nasuh olduğu kabul edilir. Tevbe-i nasuh; günahlardan, bir daha o günaha dönmemesine tevbe etmek ve hak sahibine hakkını vermek demektir. Ruh latifesinde insanın önündeki engel, tekrar günaha düşme tehlikesidir. Bunun için bu makamda salike; oruç ile açlık eğitimi ve oturması, kalkması, konuşması kısaca her şeyi dünyalık olan insanlardan uzak durması tavsiye edilmektedir. Hatta böyle insanların davetlerine icabet edilmemesinin gerektiği de ifade edilmektedir. Bu insanların meclislerinde sünnete muhalif; gıybet, riya, haset, çok yeme, çok konuşma gibi afetler olacağından ruh letâifini çalıştırmak suretiyle olgun bir kişiliğe sahip olmak isteyen sâlikten, bu meclislerden uzak durması istenmektedir. Zira böyle ortamların, sâlikin kalbinde ve ruhunda kasvete ve gaflete sebep olacağı düşünülmektedir. Açlık eğitimine gelince, 40 gün, iki ay veya altı ay süren bu açlık eğitiminde sâlikten, yeme-içmeyi sıfırlaması değil; en aza indirmek suretiyle nefsinin

<sup>299</sup> Letâifin farklı dizilişlerini de ele almıştır. Bk. Tosun, *İmam Rabbâni*, 57.

<sup>300</sup> Letâiflerde zuhur eden renkler hakkında Bk. Necdet Tosun, *Bahâeddin Nakşbend, Hayatı, Görüşleri, Tarikati*, 2. Baskı (İstanbul: İnsan Yayınları, 2003), 308-311.

<sup>301</sup> Kırmızı akik rengi olarak da tarif edilmiştir. Sarı renkte olanın nefis olduğu ifade edilmiştir: Tosun, *Bahâeddin Nakşbend*, 309-311.

<sup>302</sup> Türer, “Letâif-i Hamse”, *DİA*, 143.

<sup>303</sup> Yusuf Şevki Yavuz, “Ruh”, *DİA*, (Ankara: TDV Yayınları, 2008), 35: 187.

isteklerini kontrol altına alması istenmektedir. Bu eğitimde sâlikten şunları yapması beklenir:

- Bir veya iki çeşit yemeğe razı olmak,
- Açlık bastırmadan yemek yememek,
- Her lokmayı ağzına besmeleyle koymak,
- Lokma ağızda tamamen erimeden ağza başka bir lokma almamak,
- Lokmayı yutar yutmaz Allah'a hamdetmektir.

Bu açlık eğitiminin neticesinde sûflere göre sâlikin, zihnî berraklaşıp, rüyaları saflaşmakta; böylelikle bedenini bir kuş gibi hissetmektedir. Bununla beraber karmaşık ve şeytanî rüyalarından kurtularak, kendisini tefekküre sevk edecek rahmanî rüyalar görmeye başlamaktadır.<sup>304</sup> Ruh letâifinde oruç ve açlığın yanında sâlikin gelişimi, zikirle desteklenmektedir. Ruhun yeri olarak kabul edilen, sağ göğsün iki parmak aşağısına<sup>305</sup> teveccüh edilerek, kalp letâifine ait 3000 ism-i celâliye, ruh latifesi için 500 daha eklenerek zikre devam edilir. Bu latifenin kırmızı renkteki nuru, sâlikin ruhunu kaplayınca, ruhunu zikretmekten alıkoymaz hale gelmektedir. Daha sonra mürşid-i kâmil tarafından sır latifesinin zikri salike telkin edilmektedir.<sup>306</sup>

### 2.1.3. Sır

Sır letâifinin makamı, rıza makamı ve müşâhede makamıdır. Büyük ve küçük bütün günahlardan kaçınmak, sıdk ve ihlas ile güç yettiği ölçüde kulluğa devam etmek suretiyle rıza makamı açılmaktadır. Sâlik, bu makamda günaha düşmemek için hassas davranarak<sup>307</sup> kişiliğini kemâle ulaştırmaktadır. Allah'ın hukukunu korumadaki bu gayreti neticesinde sâlik, Allah'tan gelen tecellilere mazhar olmakta ve müşâhede makamına erişmektedir. Sâlik, kalp ve ruh letâifinin zikrini yaptıktan sonra, sır latifesinin mahalli olarak tarif edilen sol göğsün iki parmak üstüne dikkatini toplamaktadır. Bu letâifin rengi olan beyaz nur<sup>308</sup> zuhur edinceye kadar 500 defa ism-i celâli zikretmeye devam etmektedir.<sup>309</sup>

<sup>304</sup> Karadayı, "Ömer el-İspirî'nin Husûnu'l-Metâlib Adlı Risâlesinde Letâif ve Makamların Sembolik Anlatımı", 687

<sup>305</sup> Tosun, *İmam Rabbâni*, 57

<sup>306</sup> Türer, "Letâif-i Hamse", *DİA*, 143

<sup>307</sup> Karadayı, "Ömer el-İspirî'nin Husûnu'l-Metâlib Adlı Risâlesinde Letâif ve Makamların Sembolik Anlatımı", 688

<sup>308</sup> Tosun, *Bahâeddin Nakşebend*, 310.



#### 2.1.4. Hafî

Hafî letâifinin makamı ilm-i ledün<sup>310</sup>dür. Sâlike ilm-i ledünü elde edene kadar “Lailahe illallah” zikrine devam etmesi telkin edilmektedir. Kelime-i tevhid zikrinin nefy ve ispatıyla sâlikin kişilik gelişimi sağlanmaktadır. Zira sûflerin, kelime-i tevhidin “lailahe” kısmına nefy demelerinin sebebi, bu zikir ile nefsin enâniyetinin yok edilmesinin hedeflenmesinden dolayıdır. “İllallah” kısmıyla da kulluğun idrak edilerek Hakk Teâlâ’nın bilinmesinin hedeflenmesinden dolayı ispat denmiştir.<sup>311</sup> Nefy ve ispat yönüyle hafî letâifinde sâlik, kişiliğini olumsuz özelliklerinden arındırarak, yerine güzel vasıflar kazandırmaktadır. Kısaca bu makamda, kişilik dönüşüm ve gelişimi sağlanmaktadır.

İlm-i ledünnî, büyük evliyanın, zâhirinde olduğu gibi, bâtınında da sünnete muhâlefet etmekten uzaklaşması, nefsin istek ve hazlarından vazgeçmesi, kendi isteklerinden sıyrılıp tüm işlerini Allah’a tefviz etmesi neticesinde, Allah tarafından böyle kullarına verilen, zan ve şüphe barındırmayan ilimdir.<sup>312</sup> Sûfler, bu ilim ile gayb âleminin bazı hazinelerinin sâlikin kalp gözüne açıldığını ve şeytanın vesveselerinin ona tesir etmediğini kabul ederler. Sâlikin, Allah’ın azabına dair bazı kabir hallerini hissetmesinden dolayı, iman derecesinin ve Allah’a karşı haşyetinin artacağı ifade edilmektedir. İlm-i ledünde; cesetlerin ruha üflenışı, kabir ehlinin hali, yeniden dirilişin ve hesabın dehşetli anı, mahşerde toplanış gibi haller sadece tefekkür edilmekle kalmayıp yâkinen hissedebilmektedir. Sûflere göre ilm-i ledüne ulaşmış bir kimsenin kişiliği şu yönde gelişim göstermektedir:

- Dünyada aza kanaat eder, aslî ihtiyacından fazlasını istemez.
- Hırs ve tamahtan kurtulur.
- Ahlâki zemîmeyi terk eder, ahlâkî hâmidеyi tercih eder.
- Emelini kısa, amelini uzun tutar.
- Ölüm anına hazırlık yapar. Zira nasıl yaşarsa öyle öleceğini, nasıl ölürse öyle haşrolacağı<sup>313</sup> bilgisini yakînen hisseder.

---

<sup>309</sup> Türer, “Letâif-i Hamse”, *DİA*, 143.

<sup>310</sup> Ayrıca Bk. Süleyman Uludağ, “Bâtın İlmî”, *DİA*, (Ankara: TDV Yayınları 1992), 5: 188-189.

<sup>311</sup> Necmeddin-i Kübrâ, *Tarikatlarda On Esas*, 106.

<sup>312</sup> Karadayı, “Ömer el-İspirî’nin Husûnu’l-Metâlib Adlı Risâlesinde Letâif ve Makamların Sembolik Anlatımı”, 690.

<sup>313</sup> “Nasıl yaşarsanız öyle ölürsünüz. Nasıl ölürseniz öyle haşrolacaksınız.” Münâvî, *Feyzül-Kadîr*, 5: 663.

- Şeytanın ve nefs-i emmârenin hilelerine aldanmaz.

Mutasavvıflar, veli kulların kişiliğindeki bu ahlâkî özelliklerin ilm-i ledünün bereketiyle gerçekleştiğini ifade etmişlerdir.<sup>314</sup> Nitekim hadis-i şerifte Hz. Peygamber “Bildigiyle amel edene Allah bilmediklerini öğretir.”<sup>315</sup> buyurmuştur. Ancak sûfler, ilmi ledün elde etmek niyetiyle seyrü sülûka giren bir sâlikin, bu ilme ulaşmasını mümkün görmemekle beraber, bu düşünceyle seyr ü sülûka girilmesini de eleştirmişlerdir. Zira ilm-i ledün kesbî değil, vebîdir. Kul ne kadar gayret etse dahi ilm-i ledünü elde edemeyebilmektedir. Allah bu ilmi dilediği kullarına nasip etmektedir. Allah’ın rızasını ve muhabbetini kazanmak için nefsini eğiten, haramlardan uzak duran, helalin fazlasını dahi dünyaya meyletmek korkusuyla terk eden kullarının kalp gözünü Allah dilerse gayb âlemine açmaktadır.

Hafî letâifinin çalıştırılması için, bu letâifin mahalli olarak tarif edilen sağ göğsün iki parmak üstüne<sup>316</sup> yönelerek, diğer letâifin zikrine 500 ism-i celâli eklenerek zikir yapılmaktadır. Bu latifenin siyah nuru<sup>317</sup> sâlikte zuhur edince, ahfâ letâifinin zikrine geçilmektedir.<sup>318</sup>

### 2.1.5. Ahfâ

Ahfâ letâifinin makamı mârifettir. Mârifeti elde etmenin yolu, mâsivayı terk etmek, sıdk ve ihlas ile Allah’a muhabbet beslemektir<sup>319</sup>. Mârifet, yani kulun Allah’ı bilmesi, O’nun isim ve sıfatlarını bilmesiyle gerçekleşmektedir. Teorik olarak Allah’ın sıfatları bilinmektedir; ancak O’nun isim ve sıfatlarının hakikatine vakıf olmak zordur. Örneğin; Allah’ın semî’ sıfatının, O’nun her şeyi işitmesi anlamına geldiği insanlar tarafından bilinmektedir. Ancak ağızdan çıkan her sözün Allah tarafından işitildiğinin idrak edilmesi ve bu şuurla ağızdan çıkacak olanın kontrol edilmesi zordur. Bu sebeple öncelikle mâsivânın terkedilmesi gerekli görülmüştür. Mârifetin esas olduğu, ahfâ letâifinde salike, mâsivayı terk etmek konusunda şunlar öğütlenmektedir:

<sup>314</sup> Karadayı, “Ömer el-İspirî’nin Husûnu’l-Metâlib Adlı Risâlesinde Letâif ve Makamların Sembolik Anlatımı”, 689.

<sup>315</sup> Aclûnî, *Keşfü’l-Hafâ*, II, 265.

<sup>316</sup> Tosun, *İmam Rabbâni*, 57.

<sup>317</sup> Tosun, *Bahâeddin Nakşibend*, 310.

<sup>318</sup> Türer, “Letâif-i Hamse”, *DİA*, 143.

<sup>319</sup> Karadayı, “Ömer el-İspirî’nin Husûnu’l-Metâlib Adlı Risâlesinde Letâif ve Makamların Sembolik Anlatımı”, 692.

- Sahip olduklarını kaybetmek korkusundan kurtulması,
- Malın tükenme endişesi taşımaması,
- Aslî ihtiyacını karşılayacak kadar çalışması, geriye kalan zamanını ilim tahsili ve ibadetle geçirmesi,
- Fakirlere tasaddukta bulunmasıdır.<sup>320</sup>

Ahfâ letâifinin çalışması ve mârifetin elde edilmesi için, bu letâifin mahalli olan göğüsün orta kısmına teveccüh edilmektedir. Sâlik, önceki letâifin zikrinden sonra bu mahalle teveccüh ederek ism-i celâli 500 defa zikreder. Bu letâifin yeşil nuru zuhur edinceye ve bütün letâif kendiliğinden zikreder hale gelinceye kadar bu zikre devam edilmesi gerekli görülmüştür.

Mutasavvıflar, kalp latifesinin zikrini tamamlayan sâlikin, Hz. Âdem'in, ruh latifesinde Hz. Nûh ve İbrâhim'in, sır latifesinde Hz. Mûsâ'nın, hafî latifesinde Hz. Îsâ'nın, latifelerin en latifi olan ahfâ da ise Hz. Peygamber'in kademi üzere bulunduğunu kabul etmişlerdir. Sûfilere göre, "Peygamberlerin kademi" üzere olmak demek onların nebîlik vasıflarına sahip olmak demek değildir. İlk olarak Hakîm Tirmizî tarafından ifade edilen düşünceye göre, her peygamberin hem velilik hem nebîlik makamı bulunmaktadır. Başka bir ifadeyle her peygamber vahiyle görevlendirilmesinin yanı sıra Allah'a yakınlığa erişmiş veli kullardır.<sup>321</sup> Burada "kadem" kavramı ile peygamberlerin ahlâkî özelliklerinin ve Allah'a kulluklarının örnek alınmasına işaret edilmektedir.

## 2.2. Kalbin Tasfiyesi

Tasfiye kelimesi sözlükte "sıfırlama, arındırma" anlamına gelir. Tasavvufî ıstılahta tasfiye, şeriat ve mârifet esasları çerçevesinde, kalbin, günah kirlerinden arındırılarak temizlenmesi ve saf hale getirilmesi anlamını ifade etmektedir.<sup>322</sup> Hz. Peygamber "*Ey kalpleri evirip çeviren Allah'ım! Kalbimizi dinin üzere sabit kıl!*"<sup>323</sup> diyerek yaptığı duayla, kalbin değişkenliğine dikkat çekmektedir. Kalbin bu değişken hali, insanı dışarıdan kalbe gelenler konusunda, her an uyanık olmaya sevk etmektedir. Sûfilere göre, dışarıdan kalbe gelen duygu ve düşüncelerin ayırt edilebilmesi, ancak tasfiye

<sup>320</sup> Karadayı, "Ömer el-İspirî'nin Husûnu'l-Metâlib Adlı Risâlesinde Letâif ve Makamların Sembolik Anlatımı", 692.

<sup>321</sup> Velilik konusunda Bk. Hakîm Tirmizî, *Hatmü'l-Evliya*, 98.

<sup>322</sup> Uludağ, *Tasavvuf Terimleri Sözlüğü*, 345.

<sup>323</sup> Tirmizî, *Deavat*, 89.

edilmiş bir kalp ile mümkün olmaktadır. Sühreverdî'ye göre sûfî devamlı olarak kalp temizliğiyle uğraşan kimsedir. Sûfî, kalp temizliğindeki istikrarı sayesinde 'cem'<sup>324</sup> haline ulaşır. Kalbin idrakinin dağılmasında nefsin payı olduğunu fark eder ve nefsinin daima kontrol altında tutmaya çalışır. Ancak Sühreverdî'ye göre bu zorlu yolda, sûfinin Rabbi'ne sığınması O'ndan yardım dilemesi esastır.<sup>325</sup>

Mutasavvıflar, zikri, kalbin cilası olarak kabul ederler. Kalp, zikir ile hayrı ve şerri ayırt etme melekesine sahip olmaktadır. Zikrin de takva ile desteklenmesini esas alırlar. Sûfîlere göre insan, dilerse takva ile kalbine ahiret saadetinin kapısını açmakta; dilerse de nefsin bitmek tükenmek bilmeyen istek ve arzularına dalmak suretiyle kalbine dünya kederlerinin kapılarını açmaktadır.<sup>326</sup> Bu tercih insanın iradesine bırakılmakla beraber sûfîler, kalbin, dünyaya meyletmek suretiyle zulmette kalmasına engel olmak için onun tasfiyesini şart koşarlar. Zira kalp iman nurunun mahalli kabul edilmekte,<sup>327</sup> kalbin nefse galip gelebilmesi için de bu iman nurunun harekete geçirilmesi gerekli görülmektedir. Tasavvufî eğitimde, kalpteki iman nurunun önündeki perdelerin kaldırılması için kalbin; irade, yakaza, tevbe, zikir, tevekkül, tefekkür, fakr, huşu, ihlas, ihsan, muhasebe, kabz-bast, heybet-üns, yakîn, muhabbet, rızâ gibi değerlerle ihya edilmesi hedeflenmektedir.

### 2.2.1. İrade/Taleb

İrade kelimesinin sözlük anlamı "talep etmek"tir.<sup>328</sup> Kalbî uyanışta ilk basamak "irade"dir. İradeden maksat; cebir olmaksızın kişinin kendi rızası ile bu değişim yoluna girmesidir. Nefsinin terbiye etmek ve kontrol altına almak isteyen bir insan, kendi iradesiyle tasavvuf yolunun üstadlarına başvurmaktadır. Sûfîlere göre, irade olmadan mürid olunmamakta; mürid olunca da artık irade olmamaktadır. Tasavvufta, kendi iradesiyle kâmil mürşidin önünde diz çöken kişiden "iradesizlik" istenmektedir. Ancak sûfîler, iradesizlik kavramıyla, aklını kullanmaksızın itaat etmeyi kastetmemektedirler. Onlara göre iradesizlik: müridin, nefsin istekleri çerçevesinde iradesini kullanmayı terk ederek, sadece Hakk'ın razı olacağı yönde iradesini kullanmasıdır. Bu bağlamda irade

<sup>324</sup> Cem: Kalbin idrak dağınıklığının gitmesi, tamamen Allah'a yönelerek herşeyin O'nun iradesinde olduğunu idrak etme hali. Bk. Selâeddin ed-Dimekşi el-Ekberî, *Metinlerle Tasavvuf Terimleri Sözlüğü*, Nşr: Zafer Erginli, (İstanbul: Kalem Yayınları, 2006), 161.

<sup>325</sup> Sühreverdî, *Avârifü'l-Maârif*, 90-91.

<sup>326</sup> Ebu Tâlip, *Kûtu'l-Kulûb*, 1: 457.

<sup>327</sup> Frager, *Kalp, Nefs ve Ruh*, 70.

<sup>328</sup> İbn Manzur, *Lisânü'l-Arab*, 3: 187.

kavramı şöyle tanımlanmıştır: “*Nefsi, kendi arzularından çevirerek Hakk’ın rızasına yönelmek; nefsin isteğine muhalefet ederek Hakk’ın emrine itaat etmek ve kulun ‘Rabbim sen ne istiyorsan ben de onu istiyorum senin istediğin dışında istediğim yoktur’ demesidir.*”<sup>329</sup> Bu ifadelerden de anlaşılacağı üzere tasavvufta irade kavramı kısaca iradesizlik olarak tanımlanmakla beraber, müridin iradesini nefsânî yönde değil rıza-i ilahî yönünde gerçekleştirmesini ifade etmektedir. Bu kavramla kişiliğin, bencil eğilimlerden uzak olarak gelişim göstermesi hedeflenmektedir.

Kuşeyrî “*Kulun iradesinin alâmeti, boş âdetlerin terkedilmesidir* ” diyerek, bu âdetlerin; gaflete dalmak, şehvî arzuların eseri olmak ve boş arzuların peşinde koşmak olduğunu ifade etmiştir. Ona göre, tüm bu mâlâyani işlerden kurtulan kişi gerçek müridir. Müridin bunları terk etmesi onun iradesinin sıhhatini ve sağlığını göstermektedir; sûfilere göre gerçek irade budur.<sup>330</sup> Tasavvuf yolunda, insandan iradesizlik talep edilmesindeki asıl gaye, ona iradenin hakikatini tattırmaktır. Başka bir ifadeyle iradesini (Allah’ın rızasına uygun olarak) kullanabilmesini sağlamaktır. Bu bağlamda Muhâsibî *er-Riâye* adlı eserinde, iradeye iki şeyin tesir ettiğinden bahsetmektedir. Bunlardan biri nefsânî arzular diğeri de tefekkür ve ferâsettir. Nefsânî arzulara bağlı gerçekleşen iradenin sâdık olmayan irade; tefekkür ve ferâsetle gerçekleşen iradenin ise sâdık irade olduğunu izah etmiştir.<sup>331</sup>

Kuşeyrî, amelî yönde iradeyi güçlendirmekten bahsederken, Muhasibî fikrî yönden iradeyi sağlamlaştırmaktan bahsetmiştir. Her iki mutasavvıfımızın görüşünü birleştirdiğimizde ortaya ekmel bir irade örneği çıkmaktadır. Düşüncelerini kontrol edebilen, uyanık bir zihne, derin bir kavrayış ve tefekkür kabiliyetine sahip; aynı zamanda, mâlâyani işlerden uzak duran, Hakk’a taat ve kullukta bulunan insan; iradesini nefsânî esaretten kurtarmış ve hakikî cihette sağlamlaştırmıştır.

### **2.2.2.Yakaza**

Sözlükte “uyanıklık” anlamına gelen yakaza, tasavvuf ıstılahında “*gaflet uykusundan uyanış, kalbin ve ruhun uyanışı, insanın kendisine gelmesi*” anlamına gelir.<sup>332</sup> Kulun kalbine hayat vererek, onu nurlandıran, huzura erdiren, idrâkini açan şeylerin ilki kabul

<sup>329</sup> Uludağ, *Tasavvuf Terimleri Sözlüğü*, 189.

<sup>330</sup> Kuşeyri, *Risâle*, 405

<sup>331</sup> Muhasibi, *er- Riâye*, 143

<sup>332</sup> Uludağ, *Tasavvuf Terimleri Sözlüğü*, 386

edilir. Kul bu uyanışla kendi sınırlarını fark eder, hatalarını ve boşa geçen zamanlarını anlar ve telafi yoluna gider.<sup>333</sup>

Kur'an-ı Kerim'de Rasûlullah'a hitâben Allah Teâlâ şöyle buyurmuştur: “*Onlara de ki 'Ben size tek bir şeyi öğüt vereceğim! Allah için ayağa kalkın!*” (es-Sebe 34/46) Ayetteki “Allah için ayağa kalkın” ifadesini İsmail Ankaravî yakaza hali olarak yorumlamış ve insanın kişiliğinin dönüşüm ve gelişimi için öncelikle gaflet uykusundan uyanmasının gerekliliğini vurgulamıştır. Ankaravî, yakaza halini kalbin ve ruhun uyanışı olarak izâh etmekle beraber, bu uyanış için uyandıracak konumda olan bir üstâdın varlığını gerekli görmüştür.<sup>334</sup>

Sâlik, gönlüne doğan hallerle gaflet uykusundan uyanır; nefsinin kötülüklerini ve günahlarını görmeye ve bu hallerinden tevbe ederek hidayet yolu aramaya ve Hakk'a itaat etmeye başlar. Sâlikin uyanışını ifade eden bu hale “intibah hali” denmektedir. İntibah hali, hayırlara giden yolun başı kabul edilmiştir. Beyâzid Bistamiye göre kişilikteki intibah hali şu beş emâre ile ortaya çıkmaktadır:

- 1- Nefsinin hallerini hatırladıkça üzülme,
- 2- Günahları hatırladıkça istiğfar etme,
- 3- Dünya hatırlanınca ibret alma,
- 4- Ahiret hatırlanınca sevinme,
- 5- Allah Teâlâ hatırlanınca muhabbet ve tâzim ile kalbin ürpermesidir.<sup>335</sup>

İntibahtan sonra yakaza hali gelmektedir. Yakaza hali de üç şekilde gerçekleşmektedir:

- 1- Bütün nimetlerin, Hakk tarafından verildiğinin şuuruna vararak, nimeti verene şükür için var gücüyle gayret etmek ve nimete şükretmedeki kusurunu idrak etmektir.
- 2- Günahların fark edilip onlardan arınmak suretiyle kurtuluş talep etmektir.
- 3- Ömür boyunca ibadetten kazanılan ve kaçırılanları gözden geçirmek, boşa geçen zamanları idrak etmek ve zamanı doğru ve yararlı işlerle geçirmek için gayret etmektir.

---

<sup>333</sup> Ekberî, *Metinlerle Tasavvuf Terimleri Sözlüğü*, 1229.

<sup>334</sup> İsmail Rusûhî Ankaravî, *Minhâcu'l-Fukarâ*, Hazırlayan: Safi Arpaguş, (İstanbul: Vefa Yayınları, 2008), 256

<sup>335</sup> Sühreverdi, *Avârifül'l-Maârif*, 600.

Kısaca, sâlikin uyanışının başlaması için nefsinin kusurlarını ve eksiklerini fark etmesi ilk basamak/intibah; bunları düzeltmek için harekete geçmesi ikinci basamak/yakaza olarak kabul edilmiştir. Hâce Abdullah Herevi, yakaza haline ulaşmak için ilmin önemli olduğunu vurgulamıştır. Bununla beraber ilimle amel etmenin ve Allah'ın emir ve yasaklarına uymanın yakaza haline ulaştırdığını söylemiştir. Herevî de Ankaravî gibi yakaza için bir mürşidin gerekliliğini savunmuştur.<sup>336</sup> Çünkü insan kalbi değişkendir. Büyük bir motivasyonla yanlışlarını düzeltmeye karar verdikten sonra, nefsine uyararak tekrar aynı hatalara düşebilmektedir. Bu noktada tasavvufî eğitimde, insanın elinden tutarak ona rehberlik edecek, umutsuzluğa kapıldığında ona umut olacak, yanlışla sürüklendiğinde hatasını söyleyip doğruyu gösterecek akl-ı selîm ve kalbî selim bir rehberin varlığı ihtiyaç kabul edilmektedir.

Mertebelerin ilki olan yakaza, tasavvufta kişilik gelişiminin seyrini ifade eden, seyr ü sülûkun niyet ve başlangıcı kabul edilmiştir. Yakaza sadece insanı gaflet uykusundan uyandırmakla kalmamakta; seyr ü sülûkun her aşamasında sâlikin kalbinde türlü türlü hallerle kendisini göstermektedir. Zira tasavvuf, sâlikten, nefsinin hevâ ve hevesine, şeytanın vesveselerine karşı her daim yakaza halinde yani uyanık olmasını istemektedir.<sup>337</sup> Mevlevîlikte uyanık olmak “âgâh”<sup>338</sup> kelimesiyle karşılanmıştır. Mânevî uyanışı ifade eden âgâh olmanın önündeki en büyük engelin taklit olduğunu söyleyen Hz. Mevlâna,<sup>339</sup> imanın taklitten tahkike yükseldiğinde kalbin de uyanacağını vurgulamıştır.

Sühreverdi, *Avârif'ul-Maârif* eserinde kulun gaflet uykusundan uyanmasının kalpteki “zacr”<sup>340</sup> hali, yani günahlardan sakınma ve nefsine engel olma ile mümkün olacağını ifade etmiştir. Ona göre zacr, kulun doğruyu yanlıştan ayırt edebilmesini sağlayan kalp aydınlığıdır. Bu hal, insanı tevbeye götürmektedir. Sâlik, nefsin arzularına kapılmaz ve günahlardan sakınma duygusunu kaybetmez ise tevbe makamına erişmektedir. Sûfilere göre yakaza hali, kulların tevbeye yönelmesi için, Allah tarafından insanların kalbine

<sup>336</sup> Semih Ceylan, “Yakaza”, *DİA*, (Ankara: TDV Yayınları, 2013), 43: 270

<sup>337</sup> Ceylan, “Yakaza”, 271.

<sup>338</sup> Abdalbaki Gölpınarlı, *Mevlevî Âdâb ve Erkânı*, (İstanbul: İnkılap Yayınları, 2006), 15

<sup>339</sup> Mevlânâ, *Mesnevi*, 2: 485, - 490; Osman Nuri Küçük, *Mevlânâ'ya göre Manevi Gelişim (Benliğin Dönüşümü ve Mi'râcı)*, 6. Baskı, (İstanbul: İnsan Yayınları, 2015), 514.

<sup>340</sup> Bk. Ekberî, *Metinlerle Tasavvuf Terimleri Sözlüğü*, 1250.

atılan bir haldir.<sup>341</sup> Kısaca, yakaza kişiliğın dönüşümünü başlatan ve kişilik gelişiminin de her aşamasında korunması gereken bilinçlilik durumunu ifade etmektedir.

*Hayvan gibi yatma gözüün aç uyan*

*Seni bu kılığa bak kimdir koyan*

*Yersin yedirirsin okur yazarsın*

*Yediren yiyen kim doyuran doyan*<sup>342</sup>

### 2.2.3.Tevbe

İntibah hali ile günah ve hatalarını idrak eden, yakaza hali ile hidayet yolu arayan ve zecr hali ile de günahlardan sakınmaya gayret eden sâlik, tevbe makamına ulaşmaktadır. Sözlükte “pişmanlık, dönme”<sup>343</sup> anlamlarına gelen tevbenin, tasavvufi ıstılahta önemli bir yeri vardır. Çünkü değişim ve dönüşümde kalıcılığın sağlanması ve gelişimin başlaması için ilk adım hata ve günahlardan tevbe edip günaha ısrarcı olmamaktan geçmektedir. Tasavvuf ıstılahında tevbe “*kalpteki kötülükte ısrar düğümünü çözerek Hakk’a yönelmektir.*”<sup>344</sup> Mutasavvıflar tarafından tevbenin farklı tanımları yapılmıştır. Bunların arasından şu tanımlar kişiliğın farklı boyutlarına işaret etmektedir:

- 1- Sûsî’ye göre “*Tevbe, ilmin yerdiklerinden övdüklerine dönmektir.*” (Bu tevbe, Hakk yoluna yeni yönelmiş, henüz istikamet gösteremeyen mübtedîlerin tevbesidir.)
- 2- Sehl b. Abdullah’a göre “*Tevbe, günahı unutmamandır.*” (Bu tevbe, yol almış müritlerin tevbesidir. Ancak onlarda da henüz istikamet yerleşmediğinden günahlarını unutmaması istenmektedir. İşlenen günahın unutulmaması metoduyla, müridin, kalbi istiğfar ile meşgul tutularak tekrar aynı hatalara düşmesi engellenmek istenmektedir.)
- 3- Cüneyd-i Bağdağdî’ye göre “*Tevbe, günahını unutmandır.*” (Bu tevbe hakikat ehlinin tevbesi kabul edilmiştir. Zira hakikat ehli, kalbini daima zikir ile meşgul etmekte ve Hakk’tan gayrisıyla ilgilenmeyi uygun görmemektedir.<sup>345</sup> Bu mertebede sûfîler, zikir ile kalplerinde hâsıl olan muhabbete engel olmaması için, günahları hatırlayıp sızlanmayı terk etmektedirler. Nitekim hakikat ehlinin tevbesi, tevbe-i nasuh olduğundan bir daha aynı günaha düşmemek için gayret sarf etmektedirler. Bu

<sup>341</sup> Sühreverdî, *Avârifül’l-Maârif*, 594-595.

<sup>342</sup> Osman Kemâlî, *Aşk Sızıntıları*, 304.

<sup>343</sup> İbn Manzûr, *Lisânü’l-Arab*, 1: 233.

<sup>344</sup> Uludağ, *Tasavvuf Terimleri Sözlüğü*, 355.

<sup>345</sup> Tûsî, *el-Lüma’*, 43.



durumda da günahın hatırlanması, onu cazip gösterebileceğinden uygun görülmemektedir.)

Ebu Ali Dekkâk da başka bir üçlü tasnif yaparak, tevbe başlangıç olarak almış, ortasını inâbe ve sonunu da evbe olarak tanımlamıştır. Ceza korkusuyla tevbe edenlere “tevbe ehli”; sevap ümidiyle tevbeye yönelenlere “inâbe ehli”; ne ceza korkusu ne de sevap ümidi olmaksızın sadece Allah rızası için tevbe edenlere de “evbe ehli” demiştir.<sup>346</sup> Nitekim Kur’an-ı Kerim’de de Allah Teâlâ “Ey iman edenler, Allah’a tevbe-i nasûh ile (samimi ve içtenlikle) tevbe ediniz.”<sup>347</sup> buyurmaktadır. Samimiyetle yapılan tevbe, insanda kalıcı değişim ve dönüşümü başlatmaktadır. Tevbe kelimesinin “rücu/dönmek” manası taşıdığını ifade eden Hücvirî’ye göre tevbe, büyük günahlardan taate; inâbe, küçük günahlardan muhabbete; evbe de nefisten Allah Teâlâ’ya rücu etmektir.<sup>348</sup> Hücvirî, bu tasnifiyle tevbenin, kişiliğin farklı boyutlarında farklı değişim, dönüşüm ve gelişime yol açtığına işaret etmektedir. Tevbe ile insanın zâhirinde de fark edilebilecek bir değişim yaşanırken, evbe ve inâbede derûnî değişimler yaşanmaktadır.

Tasavvufun tevbe ile hedeflediği “evbe ehli” kişiliklerin oluşturulmasıdır. Zira tasavvufta, yapılanların Allah dışında herhangi bir gaye beslemesi kişilikteki zayıflığa işaret etmektedir. Bu bağlamda en yüce kişiliğin oluşması ihlasla yapılan tevbe ile mümkün görülmektedir. Bununla birlikte tevbenin geçerli olabilmesi ve insanın kişiliğinde değişim ve dönüşümü başlatabilmesi için üç şarta bağlanmıştır:

- 1- Yaptığı hatalardan ve günahlardan pişmanlık duymak,
- 2- Bu hata ve günahları terk etmek,
- 3- Bu hata ve günahlara bir daha dönmeye karar vermektir.

Bu üç şart gerçekleştikten sonra kişinin istikâmet gösterebilmesi için iki önemli unsur daha bulunmaktadır. Bunlardan ilki kötü arkadaşları terk etmektir. Zira kötü arkadaşlıklar, kişinin doğruya yönelmesine engel olmakla beraber, çirkini güzel göstermek suretiyle etrafındakileri de kendi hallerine çekebilmektedir. İkinci unsur da kişinin verdiği kararlarda sebât gösterebilmesi için ona destek olacak, ona doğru yolu gösterecek iyi insanlarla beraber olmasıdır.<sup>349</sup> Zira güzel ahlâka sahip erdemli insanlarla

---

<sup>346</sup> Kuşeyrî, *er-Risâle*, 245.

<sup>347</sup> Tahrîm, 66/8

<sup>348</sup> Hücvirî, *Keşfu'l-Mahcub*, 357

<sup>349</sup> Kuşeyrî, *er-Risâle*, 240, 242.

beraber olmak, onların kalbindeki inşirah nurunun, etrafındaki insanların kalplerine huzur vermesini ve hallerinin onlara sirâyet etmesini sağlamaktadır.

Hz. Peygamber “*Günah, Hakk dostu olan zevâta zarar vermez*”<sup>350</sup> buyurarak, günahların mü’min kimsenin imanına zarar veremeyeceğini bildirmiştir. Başka bir ifadeyle, Allah’ın emrine aykırı davrandığında kul günahkâr olmakla beraber din çizgisinden çıkmamaktadır. Bu hüküm, insana, nefes aldığı sürece, değişim ve dönüşümün kapılarının her zaman açık olduğunu göstermektedir. Ayrıca Hz.Peygamber “*Tevbe eden hiç günah işlememiş gibidir*” müjdesini vererek günahkâr kullara arınma yöntemi sunmaktadır. “*Şüphesiz Allah tevbe edenleri sever.*” (Bakara, 2/222)

#### 2.2.4.Zikir

Zikir, sözlükte “bir şeyi telaffuz etmek, muhafaza etmek,<sup>351</sup> anmak, hatırlamak” anlamına gelirken, tasavvuf ıstılahında; Allah’ı anmak ve hatırlamanın da ötesinde, O’nu unutmamayı ve O’ndan gafil olmamayı ifade etmektedir.<sup>352</sup> Kelâbâzî de zikri “*Allah’tan başka her şeyi unutmak*” olarak tanımlamış ve bu hali yakalayanların gafletten kurtuldukları için, artık sükût etseler bile zikir halinde olacaklarını ifade etmiştir.<sup>353</sup> Nitekim Kur’an-ı Kerim de dünya sıkıntıları içerisinde kalbi daralmış insanoğluna, çare olarak zikri sunmakta ve Allah’ı zikrederek kalplerin huzura kavuşacağı<sup>354</sup> müjdelemektedir. Ayrıca “*Rabbini, içinden, yalvararak, korkarak, yüksek olmayan bir sesle sabah ve akşam zikret, gâfillerden olma!*” (el-A’raf 7/205) emri verilmiş ve akl-ı selim sahiplerinin ayaktayken, otururken, yan taraflarına yaslanarak yatarken Allah’ı andıkları<sup>355</sup> bildirilmiştir.

Zikir hem bireysel hem de toplu olarak icra edildiğinden, ferdî zikir ve toplu zikir olarak sınıflandırılmıştır. Ferdî zikir, icra ediliş bakımından; dil ile zikir ve kalp ile zikir olmak üzere iki çeşittir.<sup>356</sup> Dilin zikri sesli(cehri) yapılırken, kalbin zikri sessiz(hafî) olarak yapılmaktadır. Ancak sûfler, ister cehri ister hafî olarak yapılsın, mânevi ilerleyiş için;

<sup>350</sup> Hucvirî, *Keşfu'l-Mahcûb*, 357

<sup>351</sup> İbn Manzur, *Lisânül'l-Arab*, 4:308.

<sup>352</sup> Uludağ, *Tasavvuf Terimleri Sözlüğü*, 393

<sup>353</sup> Kelâbâzî, *Doğuş Devrinde Tasavvuf Ta'arruf*, Hazırlayan: Süleyman Uludağ, 5.baskı (İstanbul: Dergâh Yayınları, 2016)169, 170

<sup>354</sup> “Onlar, Allah’a iman eden ve Allah’ı anmakla kalpleri huzura kavuşan kimselerdir. Şunu iyi bilin ki gönüller ancak Allah’ı anmakla huzura kavuşur.” Ra’d, 13/ 28

<sup>355</sup> Al-i İmrân, 3/191

<sup>356</sup> Kuşeyri, *er-Risale*, 434; Kara, *Tasavvuf ve Tarikatlar Tarihi*, 154

dil ile söylenenin kalpte tasdik edilmesi ve kalpte tasdik edilenin de müşâhede edilmesini esas kabul ederler. Başka bir ifadeyle kalp ve dil beraber zikrettiğinde, insan üzerinde zikrin tesirinin mümkün olabileceğini ifade ederler. Sûfiler kalbi, müşâhede yani tasdik; dili de müşâhede edileni ikrar, yani ifade etmek, olarak ifade etmişlerdir. Bu sebeple de ifadesi müşâhedesiz olanı yalancı şahit olarak kabul etmişlerdir.<sup>357</sup>

Tasavvufta zikir, dil ve kalbin kulluğu olarak kabul edilmiştir. Görmeyen göz, işitmeyen kulak ve tutmayan elin, insanı fiziksel olarak engellediği gibi zikretmeyen dilin de insanın mâneviyatını engellediği düşünülmektedir. Hz. Peygamber, zikreden kimse ile zikretmeyenin halini diri ile ölü'nün haline benzeterek açıklamıştır.<sup>358</sup> Mutasavvıflar da bu bağlamda, ruhun ihyasının zikir ile mümkün olacağını kabul etmişlerdir. Tasavvufî eğitimde, tevbe ile değişim ve dönüşüme giren kişilik, zikir ile de gelişim göstermektedir.

Zikir kalpte gerçekleşen bir olgudur. Bu sebeple zikrin kişilik gelişimine katkı sağlayabilmesi kalbin bilinçlilik durumuyla bağlantılı kabul edilmektedir. İsmâil Ankaravî *Minhacu'l-Fukara* eserinde kalbin bilinçlilik durumuna göre zikri ele alarak; zikr-i lisâni, zikr-i kalbî ve zikr-i hakikî olmak üzere üç boyutta değerlendirmede bulunmuştur:

1. Zikr-i lisâni: Dille yapılan zikirdir. Bu zikirde mezkûr müşâhede edilememekle birlikte, Allah'ı andığı için kişiye sevap yazıldığına inanılmaktadır. Dil ile yapılan bu zikirde kalp yakaza haline ulaşamadığından bilinç durumu en aşağı düzeyde kabul edilmektedir. Müşâhede, yani tasdik, şuur ve hissediş olmadığından zikrin kişilik üzerinde değişim ve gelişim sağlaması mümkün görülmemektedir.
2. Zikr-i kalbî: Allah'ın huzurunda olduğunun idrakine vararak zikretmektir. Zikr-i kalbî ile zâkir mezkûru kalbinde müşâhede etmektedir. Bu mertebede kalp, yakaza haline ulaştığından, bilinç ve farkındalıkla zikretmektedir. Yüksek bilinç ve şuurla yapılan bu zikir ile de kalbin uyanıklığı/yakaza hali muhafaza edilmektedir. Başka bir ifadeyle diri bir kalp ile zikrin tesiri ortaya çıkmakta, zikirde müdavemetle de kalp diri tutulmaktadır. Bununla beraber bu uyanış ve şuur hali, kişilik gelişimini hem başlatan hem devamlılığını sağlayan bir unsur olarak karşımıza çıkmaktadır.

---

<sup>357</sup> Kelâbâzî, *Ta'arruf*, 171

<sup>358</sup> Buhârî, *Da'avât*, 67

3. Zikr-i hakikîde ise mezkûru kalpten hissetmek tek başına yeterli görülmemektedir. O'nu kalpte müşâhede ederken aynı zamanda ondan gayrısını terk etmek esas kabul edilmektedir. Masîvadan uzaklaşabildiği ve Hakk'ı layıkıyla müşâhede edebildiği müddetçe sâlikin, nefsinin isteklerinden kurtulabileceği ifade edilmektedir.<sup>359</sup>

Zikr-i hakikî, tasavvufun zikir ile hedeflediği gelişimin son aşamasını ifade etmektedir. Zira tasavvuf, zikir ile kişilik değişim ve dönüşümünü gerçekleştirmeyi hedeflemektedir. Bu mertebede sâlikten, dünyevî ve nefsânî herşeyden sebât ederek benlikten kurtulması ve Allah'ın emrettiği ahlâk üzere olması istenmektedir. Postmodern akımlar, benlikten arınmaya yönelik popüler söylemlerinin ardından çözüm yolu sunamamaktadır. Başka bir ifadeyle benlikten uzaklaşarak ölen insana ne ile dirileceğini söyleyememektedir. Tasavvufî eğitimde ise fena ve beka kavramlarıyla insan, nefsin benliğini öldürdüğünde, ruhu Allah'ın ahlâkıyla diriltmektedir.<sup>360</sup>

Sühreverdî, *Avârifü'l Maârif* adlı eserinde zikri, Ankaravî'den farklı olarak melâmî meşrebe göre ele almış, dil ve kalbin zikrine, sırla zikri ve ruhla zikri de ekleyerek dörtlü tasnif oluşturmuştur. Ona göre dilin zikri âdet ve alışkanlık üzere yapılan zikirdir. Kalbin zikri de nimet ve ihsanların yakînen görülmesiyle oluşan zikirdir. Nimetleri zikrederken nimeti verenin unutulmaması esas kabul edilmiştir. Nimeti veren unutulduğu takdirde kalbin zikrine nefsânî arzular karıştığı ifade edilmektedir. Nefsin ortak olduğu zikirde; zâkir zikrini sebeplere bağlamakta, zikrini gözünde büyütmede, onun karşılığında büyük sevaplar ve makamlar umar hale gelmektedir. Bu sebeble Sühreverdî, kalp ile yapılan zikri yeterli görmemiş ve kalp zikrinin de ötesini hedeflemiştir. Ona göre, ruh ve sır zikri ile, havf ve kabz halinin ötesinde bir korku hali olan heybet hali yaşanmaktadır. Bu yüksek korku duygusuyla da kurbiyet haline ulaşılmaktadır.<sup>361</sup> Sühreverdî, korkuyu esas almasıyla kişilik gelişimde kalıcı bir metot geliştirmiştir. Zira buradaki korku, Allah katındaki yakınlığın uzaklığa dönüşmesinden korkmayı ifade ettiğinden sâlikin, her daim uyanık olmasını ve gaflete düşmemek için gayret sarf etmesini ifade etmektedir. Böylece kişilik gelişimde müdâvemet sağlanmaktadır.

<sup>359</sup> Ankaravî, *Minhâcu'l-Fukarâ*, 367, 368

<sup>360</sup> Eşrefoğlu Rûmî, *Müzekkin-Nüfus*, 24.

<sup>361</sup> Sühreverdî, *Avârifül'l-Maârif*, 112

Kısaca tasavvufî eğitimde zikrin gayesi, insanı her daim Allah'ı anar hale getirerek onu ihlas şuuruna erdirmektir. Bununla beraber insanlardan uzaklaşarak bir köşeye çekilip gece gündüz zikretmek değil, insanların arasında iken dahi Allah'ı anan bir kalbe sahip olmak hedeflenmektedir.

### 2.2.5. Tevekkül

Tevekkül, sözlükte “güvenme, bel bağlama, havale etme” anlamlarına gelmektedir. Tasavvuf ıstılahında ise birçok anlamı ihtiva etmektedir. Bu tanımlardan bazıları şöyledir:

- Allah'ın katından gelene ya da gelecek olana güvenmek ve halkın eline göz dikmemek.
- Rızık endişesinden ve şeytanın vesveselerinden kurtularak Allah'a güven duygusunun verdiği huzuru yakalamak.
- Allah'ın vaadine güvenmek ve böylece nefsin tedbirinden vazgeçmektir.<sup>362</sup>

Kur'an-ı Kerim'de Allah Teâlâ “*Kim Allah'a tevekkül ederse, Allah ona yeter*”<sup>363</sup> buyurarak, tevekkül eden kimseyi kendisinden başkasına muhtaç etmeyeceğini müjdelemiştir. Bu sebeple tevekkül, yakîn makamlarının en yükseği olup, mukarrebun makamına yükselmiş velilere ait hallerin en faziletlisidir. Her işte Allah'a güvenmek ancak sağlam bir imanın göstergesi kabul edilmektedir. Hasan-ı Basrî de en üstün ilmin, Allah'tan korkma ve tevekkül olduğunu ifade etmiştir.<sup>364</sup> Tevekkül, farz ve fazilet olmak üzere iki kısımda ele alınmıştır. Farz olan tevekkül; imanla ilgili olup, bütün kaderin, Kâdir-i Mutlak olan Allah Teâlâ'ya ait olduğuna inanarak O'na teslim olmayı ifade etmektedir. Fâzilet olan tevekkül ise kulun kendisine Allah Teâlâ'yı vekil olarak seçmesi ve onu müşâhede etmesidir. Farz olan tevekkül bütün Müslümanları ilgilendirirken, fazilet olan tevekkül Allah'a yakınlığı arzulayanların halini ifade etmektedir. Bunun da ötesinde sûfiler, fazilet olan tevekkülü de derecelendirmektedir. Bu bağlamda tevekkülün başının, kulun kendi tercihini terk etmesi; en alt noktasının da boş kuruntulardan kurtulması olduğunu söylemişlerdir.<sup>365</sup> Kulun kendi tercihini terk etmesiyle; Allah'ın kulları için daima hayır murad ettiğini bilerek, başa gelen

<sup>362</sup> Uludağ, *Tasavvuf Terimleri Sözlüğü*, 357.

<sup>363</sup> Talak 65/3

<sup>364</sup> Hasan-ı Basrî, *Zühd*, 84.

<sup>365</sup> Ebu Tâlip el-Mekkî, *Kütü'l-Kulûb*, 3: 47 ve 24.

imtihanları şer olarak görmemeyi, kendi isteğinin olması için ısrarcı olmamayı ve Allah'tan gelene razı olmayı kastetmektedirler. Erzurumlu İbrahim Hakkı, baştan sona tevekkül temalı Tefiznâmesi'nin bir bölümünde şu sözleri dile getirmiştir:

*Bir işi murad etme*

*Olduysa inat etme*

*Hakk'tandır o reddetme*

*Meylâ görelim neyler*

*Neylerse güzel eyler*<sup>366</sup>

Ebu Talip El-Mekkî *Kûtu'l-Kulûb* eserinde gerçek tevekkül ehli insanların kişilik özelliklerini şöyle sıralamıştır:

- Kullardan herhangi bir beklenti içinde olmaksızın kalp sükûnetini kazanmıştır.
- İnsanların sahip olduklarını düşünerek, onlara karşı tamahtan kaynaklanan depresif ruh haline girmekten kurtulmuştur.
- Geçim sıkıntısı ve fakirlik korkusundan zihnen güvendedir. Geçim korkusu olmadığından ilmin kötülediği ve haram olan şeyleri yapmaktan uzak durmaktadır.
- İnsanlardan bir fayda beklemediğinden samimiyetsiz ve ikiyüzlü hallerden uzaktır.
- Allah dostlarına düşman, Allah düşmanlarına da dost gibi davranmamaktadır.<sup>367</sup>

Tevekkül kavramı yanlış anlaşıldığında insanın kişilik gelişimi sekteye uğramakta ve hallerinde tembellik gözlenmektedir. Bilhassa tevekkül ile bağlantılı olan “kader” ve “rıza” kavramları yanlış anlaşıldığında; Allah istediği için hırsız/sarhoş/katil vb. olduğunu iddia eden kolaycı kişilik tipleri ortaya çıkmaktadır.

### **2.2.6. Tefekkür**

Sözlük anlamı “düşünmek, teemmül etmek”<sup>368</sup> olan tefekkür, tasavvuf ıstılahında “aradığını elde edebilmek için, eşyanın anlamları ve kavramları arasında kalbin

---

<sup>366</sup> Erzurumlu İbrahim Hakkı, *Marifetnâme*, TBMM Kütüphanesi, 385, erişim: 01.05.2019

<https://acikerisim.tbmm.gov.tr>

<sup>367</sup> Ebu Tâlip el-Mekkî, *Kûtu'l-Kulûb*, 3: 27, 28.

<sup>368</sup> İbn Manzur, *Lisânü'l-Arab*, 3: 65.

faaliyette bulunması, muhâkeme etmesi” olarak tanımlanmıştır. Tefekkür gibi teemmül de düşünme anlamı taşıyan kavramlardandır.<sup>369</sup>

Tefekkür, kalbe ait bir ibadet olarak değerlendirilmektedir. Kalp eşref-i âzâ olduğundan ona ait olanlarda şerefli kabul edilmiştir. Bu sebeple bir saatlik tefekkür bir senelik ibadetten daha efdal sayılmıştır.<sup>370</sup> Tefekkür konusunda mutasavvıfların vurguladığı önemli bir husus vardır. Onlar Allah’ın zatına yapılan tefekkürün, batıl bir hayalden ibaret olduğunu ve günah olduğunu söylemiş; tefekkür edilmesi gerekenin Allah’ın zatının değil, nimetlerinin ve eserlerinin olduğuna dikkat çekmişlerdir. Allah’ın nimetlerini ve eserlerini düşünmek suretiyle yapılan tefekkürün ise kalbi aydınlatan bir nur olduğunu ifade eden İbn-i Atâ, kalbin bu nurdan mahrum kaldığında cehâlet ve gururla karanlıkta kalacağını söylemiştir.<sup>371</sup> İbn Atâ bu değerlendirmesiyle tefekkürü, kalbi uyanışa geçirerek bilinç düzeyini arttıran bir metot olarak kabul etmiştir. Bu yönüyle tefekkür, tasavvufî eğitimde kişilik gelişimini sağlayan önemli bir unsur olarak kabul edilmektedir.

Allah’ın nimetlerini düşünmek (tefekkür) ve Allah’ı hatırlamak (zikir) arasında benzerlik bulunmakla birlikte, Abdullah Sülemi’ye zikir ve tefekkür hakkında sorulduğunda şu cevabı vermiştir: *“Zikir tefekkürden daha efdaldir. Çünkü Allah Teâlâ “Beni zikredin ben de sizi zikredeyim”<sup>372</sup> buyurduğundan zikir Allah’ın sıfatıdır. Tefekkür ise “Onlar göklerin ve yerin yaratılışı hakkında derin derin düşünürler”<sup>373</sup> buyurduğundan kulların sıfatıdır.”<sup>374</sup> Hz. Mevlana da zikri fikrin ilacı kabul ederek, zikir ile tefekkür arasında şöyle bir benzerlik kurmuştur: *“Eğer fikrindeki durgunluktan dolayı iyi düşünemiyorsan, Allah’ı zikrederek fikrini uyandır ve harekete geçmesini sağla! Çünkü düşünceyi harekete geçirecek olan zikirdir. Sen zikri, şu uyuşmuş düşünceye güneş yap da onu canlandırısın.”<sup>375</sup> Her iki sûfî de zikri daha önemli kabul etmekle beraber, zikrin tefekküre olanak sağladığını ifade etmişlerdir. Hz. Mevlânâ’nın, zikrin insanın fikir dünyasını harekete geçirdiği düşüncesi, kişilik gelişimi bakımından**

<sup>369</sup> Uludağ, *Tasavvuf Terimleri Sözlüğü*, 348.

<sup>370</sup> İsmail Ankaravî’nin Minhac’ul-Fukara adlı eserinde bu sözün kaynağı Keşf’ul-Hafâ (I, 310 -1004-) gösterilmektedir. İmam Gazâlî’nin İhya’sında bu sözün farklı bir şekli Hasan-ı Basrî’ye ait olarak zikredilmiştir: “ Bir saat tefekkür bir gece ibadetinden hayırlıdır.”

<sup>371</sup> Ankaravî, *Minhâcu’l-Fukarâ*, 268-269

<sup>372</sup> Bakara 2/152

<sup>373</sup> Âl-i İmrân, 3/ 191

<sup>374</sup> Ankaravî, *Minhâcu’l-Fukarâ*, 268- 270

<sup>375</sup> Mevlânâ, *Mesnevî*, 6: 1475

zikrin önemine bir kere daha işaret etmektedir. Nitekim fikrin harekete geçmesiyle insan, eksiklerini idrak ederek onları tamamlama ve kişiliğini geliştirme yoluna girebilmektedir. Bu bağlamda İmam Gazâlî, tefekkür sayesinde insanın irade ve rağbetinin değişebileceğini ifade etmiştir. İbn Abbas'ın "*Hayrı düşünmek hayra; kötülüğe pişmanlık duymak onu terk etmeye davet eder*" sözü de İmam Gazâlî'nin bu görüşünü desteklemektedir. Nitekim çok düşünmek insanı bilgiye, bilgi de insanı amel etmeye yönlendirmektedir. Sûfiler, tefekkür eden insanın, etrafına ibret nazarıyla baktığını ve bilinçsizce bir işe yönelmekten uzak olduğunu düşünmektedir. Bu bağlamda, tefekkür edenin susması dahi hikmetli değerlendirilmiştir. Hasan-ı Basrî'nin: "*Sözünde hikmet olmayanın konuştukları boştur; tefekkür etmeyenin sükûtu ve ibret nazarı ile bakmayanın bakışları yanlıcıdır.*" sözü sûfilerin bu görüşlerini özetlemektedir.<sup>376</sup>

### 2.2.7.Fakr

Fakrın kelime anlamı "yoksulluk"tur. Tasavvufta ise derviş kavramını karşılamaktadır. Gerçek manada bir yoksulluktan ziyâde, sâlikin hiçbirşeye mâlik olmadığı ve (sahip olduğunu zannettiği) herşeyin gerçek sahibi ve mâlikinin Allah Teâlâ olduğunun idrakinde olmasını ifade eden bir kavramdır. Kendinde mülk görmeyen sâlik, kendisini daima Gan-i Mutlak ve es-Samet olan Allah'a muhtaç görmektedir. Böylece Hakk'tan gayrı kimsenin önünde eğilmemekte, kimsenin önünde el açmamakta ve halinden kimseye sızlanmamaktadır. Bu hal tasavvufta fenâ-fi'llah kavramıyla açıklanmaktadır.<sup>377</sup>

Fakr, hakikî/manevî ve şeklî/maddî olmak üzere iki çeşittir. Şeklî fakr, maddî ve malî iflastır. Hakikî fakr ise Hakk'a ihtiyarî yönelişi ifade etmektedir. Fakr ehli, yani derviş servetin varlığını da yokluğunu da bir kabul edendir. Derviş, mal ve servet biriktirmekten kaçınmakta; mülkiyeti altında, ihtiyaç fazlası malın olmasını, o malın bağımlılığı altına girmek olarak görmektedir. Hücvirî'nin anlattığı bir hikâyede: dervişin biri padişahla karşılaşır. Padişah "dile benden ne dilersen" diye sorunca, derviş şöyle cevap verir: "Ben kölemin kölelerinden bir ihtiyaç talep etmem". Bu cevap karşısında şaşırان padişah dervişe ne demek istediğini sorar. Derviş: "Benim iki kölem

<sup>376</sup> Gazâlî, *İhyâ*, 412-419

<sup>377</sup> Uludağ, *Tasavvuf Terimleri Sözlüğü*, 131



var, bunların ikisi de senin efendindir. Bunlardan biri ihtiras, diğeri tûl-i emeldir” der.<sup>378</sup> Hücvirî, bu hikâye ile dervişlerin hırs ve arzularından arınmak suretiyle oluşturdukları kişilik tipine işaret etmektedir. Bu yönüyle derviş, insanlara olan bağımlılıktan kurtulup sadece Allah’a güvenerek gerçek özgüven kazanmış bir kişilik sergilemektedir.

Yahya bin Muaz’ “fakirlik nedir?” diye sorulduğunda “fakir olmaktan korkmaktır” cevabını vermiştir. “Zenginlik nedir?” diye sorulduğunda da “Allah Teâlâ’ya güvenmektir” demiştir.<sup>379</sup> Bu anlamda sûfiler, hakikî fakrı zenginlik olarak nitelendirmişlerdir.

Kur’an’da fakr kelimesi, maddî ve manevî ihtiyaç anlamlarında, “fakir” ve çoğulu “fukara” olarak toplam on üç yerde geçmektedir. Ayetlerin çoğunluğunda ifade edilen maddî fakirlikle Allah’ın insanları imtihan ettiği bildirilmekte ve sabredenler müjdelenmektedir.<sup>380</sup> Zenginlerin mallarında yoksulların hakkı olduğu<sup>381</sup> bildirilerek zenginlerin de infak etmekle imtihan edildiği anlatılmaktadır. Manevî manada ise bütün insanlar fakir ve Allah’a muhtaç olup gerçek zengin ve Gan-i Mutlak ise yalnız Allah Teâlâ’dır. İnsanın sahip olduğunu iddia ettiği her şey Allah’ın mülkündedir. Bu manada insan yaratılışı itibarıyla fakr sahibidir. Daha en başında, var olmak için yaratıcıya muhtaçtır. Sûfiler manevî fakr manasındaki fakrı, Allah’a giden yol, fakiri yani dervişi de bu yolun yolcusu olarak isimlendirmişlerdir. Sûfiler, maddî fakr yani yoksul olan Müslümanların sahip olması gerek ahlakî vasıflar üzerinde de durmuşlardır:

- Maddî bir şey bulamadığı zaman sükûn içinde olur; bulduğunda da kendisinden daha çok ihtiyacı olana verir.
- Fakirliğin, Allah’ın kuluna imtihanı olduğunu bilir ve dilencilik yaparak Allah’tan başkasından medet ummaz.
- Fakir kimse, almaktan çok vermeyi sevmelidir.
- Kazancı az da olsa alın teriyle kazanmaya özen gösterir. Fakirlik sebebiyle harama el uzatmaz.
- Halinden sızlanmaz, şikayetlenmez; her daim Rabbine şükrecek bir yol bulur.

---

<sup>378</sup> Hücvirî, *Keşfu’l-Mahcub*, 86

<sup>379</sup> Kuşeyri, *er-Risâle*, 517

<sup>380</sup> Bakara 2/155.

<sup>381</sup> Meâric 24/25.

- Halk arasında halini ifşa etmez. Görünüşünden kimse onun fakir olduğunu anlamaz.<sup>382</sup>

Manevî fakrın yani dervişliğin vasıflarını, Muzaffer Ozak Ziynetü'l-Kulûb adlı eserinde elli dört maddede toplamıştır. Bunlardan birkaçı şöyledir:

- Helalinden kazanmalı, helal lokma yemelidir. Cömert olmalı helalden kazandığını Allah yolunda infak etmelidir.
- Yalandan sakınmalı, her zaman doğru sözlü olmalıdır.
- İmanda, ibadetlerde, musibetlerde daima sabırlı olmalı ve sabrı tavsiye etmelidir.
- Temiz olmalıdır: Bedenini kirlerden; dilini haset ve yalandan; kalbini kibir, ucb, riya, kin, hased, su-i zandan temizlemelidir.
- Halka eza ve cefa verecek şeylerden ve onların ahını almaktan kaçınmalıdır.
- Her zaman ve her yerde abdestli dolaşmaya dikkat etmeli, gündüz beş vakit namazını kıldığı gibi gece namazına da önem vermelidir.
- Vaktini boşa harcamamalı, cevahirden aziz olan ömrünü Allah'tan uzak geçirerek vaktini israf etmemelidir.
- Kimseye yük olmamalı mutlaka meslek ve zanaatla uğraşmalıdır. Ancak eli karda gönlü yarda olmalıdır.
- Allah için sevmeli Allah için buğzetmelidir.<sup>383</sup>

Derviş, ölçülü ve disiplinli yaşayan, gönlünde mal sevgisi olmayan, dövence elsiz, sövence dilsiz olan, yaratılanı yaratandan ötürü hoş gören, günahkâr insandan dahi yüz çevirmeyen, edepsizden bile edep öğrenmeyi bilen, güler yüzlü, herkesin derdiyle dertlenen, insanların dertlerine derman bulmaya çalışan yüce gönüllü bir kişiliğe sahiptir. Dervişlik, istikâmetin sağlanması açısından zor ve meşakkatli bir yoldur. Yunus Emre dahi bu zorluk sebebiyle şiirinde “sen derviş olamazsın” diyerek kendi nefesine sitemde bulunmuştur.<sup>384</sup>

---

<sup>382</sup> Süleyman Uludağ, “Fakr”, *DİA*, (Ankara: TDV Yayınları 1995), 12: 132-133.

<sup>383</sup> Elhac Muzaffer Ozak, *Ziynet'ül-Kulûb (Kalplerin Ziyneti) Aşık Sohbetleri ve Evrad-ı Şerifeler*, (İstanbul: Salih Bilici Kitapevi, 1973), 58-66

<sup>384</sup> Tahsin Yazıcı, “Derviş”, *DİA*, (Ankara: TDV Yayınları 1994), 9: 188-189.

### 2.2.8.Huşû/Tevâzû

Kelime anlamı “sakin ve saygılı duruş”<sup>385</sup> olan huşûnun, tasavvuf istilahında karşılığı tevâzudur. Tevâzû ve huşû hem Hakk’a hem de halka karşı saygıyı ifade eder. Hakk’a karşı tâzim ve hürmetin göstergesi olarak dinin emirlerine itaat etmek, Hakk’ın huzurunda nefsi kulluğa alıştırmak, O’na teslim olmak ve huzurunda boynu bükük durmak tevâzû ve huşû kavramlarının karşılığıdır. Halka karşı saygının göstergesi ise, onlara karşı kibirli ve gururlu olmamak, alçakgönüllü olmaktır.<sup>386</sup>

Huşû, İslam âlimlerinin bir kısmı tarafından kalbe ait, bir kısmı tarafından bedene ait ve bir kısmına göre de hem kalbe hem de bedene ait bir hâl olarak değerlendirilmiştir. Ancak hem kalbe hem de bedene ait bir hâl olduğu düşüncesi daha ağır basmaktadır. Zira huşûnun, kökleri kalpte belirtileri ise bedenededir.<sup>387</sup> Allah’tan hakkıyla korkarak O’na yönelen, O’nun huzurunda olduğunu gönülden hisseden kimsenin, zâhirde de sakın, vakur ve mütevâzı olacağı kabul edilir. Aksi halde kişi, zâhirde her ne kadar tevâzû sahibi gibi görünse de, gönlünde Hakk’a karşı huşû olmadığına hakikî manada mütevâzi olarak değerlendirilmemektedir. Bu sebeple huşû, hakikatte kalbe ait bir özellik olarak kabul edilmektedir. Bedenin ondan payı ise içte yaşanan, Hakk’a karşı huşûnun, tevâzû olarak kendiliğinden dışarı vurmasıdır.

Huşûnun dini istilahta karşılığı “başta namaz olmak üzere, bütün ibadetlerin edası sırasında sükûnet ve tevâzû içinde olmak” tır. Nitekim Kur’an-ı Kerim’deki “*Gerçekten namazlarında huşû içinde olan mü’minler kurtuluşa ermiştir*” (el- Mü’minun 23/1-2.) ayeti, huşûnun ibadetlerdeki önemine işaret etmektedir. Hz. Peygamber, namazda hem zihnini hem de bedenini kontrol altına almasıyla, ümmetine huşû konusunda büyük örnek teşkil etmektedir.<sup>388</sup> Namazda zihnî ve bedenî kontrol alıştırmaları yapan mü’min, bu kontrolü sadece namazla sınırlı bırakmamaktadır. Namazda yaşadığı huşû sayesinde, hayatının her anında Allah’ın kendisini gördüğünü hissederek, davranışlarına ve düşüncelerine dikkat etmektedir. İhsan, yani Allah’ın her an kendisini gördüğünü hissederek yaşama şuuru, oluştuğunda artık kişi Ku’an’ın “*Namaz bütün hayâsızlıktan ve kötülükten alıkoyar*” (Ankebut 29/45) müjdesine mazhar olmaktadır. O halde şunu söyleyebiliriz ki; namaz, dinin direği olduğu gibi kişilik gelişiminin de önemli bir

<sup>385</sup> İbn Manzur, *Lisânü'l-Arab*, 2: 1165.

<sup>386</sup> Uludağ, *Tasavvuf Terimleri Sözlüğü*, 175 ve 355

<sup>387</sup> Mehmet Şener, “Huşû”, *DİA*, (Ankara: TDV Yayınları, 1998), 18: 423.

<sup>388</sup> Şener, “Huşû”, 423.

basamağıdır. İslam’da kişilik dönüşüm ve gelişimi huşû ile kılınan namazla gerçekleşmektedir. Zira toplumun dini yaşantısına bakıldığında camilerin dolu, yüzlerin kiblede, başların secdeye olmasına rağmen bireysel ve toplumsal huzurdaki eksikliğin; Allah’a yönelmemekten değil, yönelişteki huşu ve ihlas eksikliğinden kaynaklandığı görülmektedir. İslam dini, bedene ait belli şekil ve ritüellerden ibaret sayılıp, ibadetlerde kalbin payı unutulduğunda, gerçek manada kişilik gelişimi ve değişimi yaşanmamaktadır.

### 2.2.9. İhlas

Huşûnun kalpte yerleşebilmesi ve bedende tevâzû olarak yansımaları için ihlas gerekli görülmektedir. İhlas “samimiyet ve içtenlik” demektir. İslam dininde itikâdi konuların ruhu tevhid, dünyevi işlerin ruhu adalet, ibadetlerin ruhu da ihlastır. İhlas kullukta samimiyeti ifade etmektedir. Samimi kulluğun özü de her işte yalnız Allah’ın rızasını gözetmektir.<sup>389</sup> Nitekim Kur’an-ı Kerim’de “*Onlar dini yalnız Allah’a has kılarak, O’na kulluk etmekle emrolundular*” (el-Beyyine 98/5) ayetinde, her işi sadece Allah’ın rızası için yapmak emredilmektedir. Hz. Peygamber de insanlara ihlaslı davranmalarını tavsiye ederek, ihlasın zıddı olan rıyanın “küçük şirk”<sup>390</sup> olduğunu söylemiştir.

İhlas, insanı hem dünyada hem de ahirette kurtuluşa götürmektedir. Yaptığı işi sadece Allah rızası için yapan insan, ahirette mükâfatını alırken, dünyada da “insanlar ne der” düşüncesine kapılıp, ruhânî buhranlara düşmekten kurtulmaktadır. Bununla birlikte hem halka karşı gösteriş yaparak kibre düşmekten uzak olmakta hem de insanların övgüsünü kazanmak için çabalamaktan vazgeçmektedir. Böylece her işinde sadece Allah’ın hoşnutluğunu gözeten insan, zihin özgürlüğünü yakalamış olmaktadır.

*Dediler, derler, desinler, diyeceler kaydını*

*Atmadıkça hep hayât kîn ü kudûrettir sana*<sup>391</sup>

İmam Kuşeyrî *Risale*’sinde ihlasın tanımını bu çerçevede yaparak ihlasın, kişinin yaptığı işi mahlûkatın düşüncesinden temizlemek olduğunu ifade etmiştir. Kuşeyrî, yapılan amelerde sadece Allah’ın rızasının gözetilmesini, insanların düşünce ve söylemlerinin dikkate alınmamasını esas almaktadır. Huzeyfetü’l-Mar’âşî de “İhlâs,

<sup>389</sup> Uludağ, *Tasavvuf Terimleri Sözlüğü*, 181

<sup>390</sup> İbn Mâce, *Zühhd*, 21

<sup>391</sup> Osman Kemâlî, *Aşk Sızıntıları Şerhi*, 96

kulun zâhirdeki ve bâtındaki bütün fiillerinin eşit olmasıdır”<sup>392</sup> diyerek ihlasın samimiyet manasına vurgu yapmıştır. Bu bağlamda ihlas, bütün davranışların özünü teşkil etmektedir. İnsanın, her defasında kişilik değişim kararı alıp, bu kararları hayata geçirememesindeki en büyük eksikliğin ihlas olduğu görülmektedir. Kalbe yerleşmemiş hiçbir duygu ve düşünce eyleme dönüşmemektedir. Örneğin; insan, her ne kadar öfkenin kötü sonuçlar doğurduğunu kabul etse ve öfke anında öfkesini kontrol altına alacağına dair hesaplar yapsa da; bu duyguyu içselleştirip ihlaslı bir şekilde kalbine kabullendiremediği sürece, öfke anında kendisini kaybedebilmektedir. Düşünce ile davranışlardaki bu değişkenlik ve tutarsızlığın ilacı, Huzeyfetü'l-Mar'aşî'nin ifade ettiği gibi, ihlastır. Bu manada ihlas, sözle özün uyumunu ifade etmektedir.

### 2.2.10.İhsan ve Murâkabe

İhlas duygusunun insanın kişiliğine yerleşebilmesi için ihsan ve murâkabe duygusu gerekli görülmektedir. Sözlükte “denetleme, gözetleme”<sup>393</sup> anlamına gelen murâkabe, tasavvuf istilahında ise; her an Hakk'ın kendisini izlediğinin, hal ve hareketlerini gördüğünün bilincinde olmaktır. Bu manasıyla murâkabe, ihsan ile benzerlik göstermektedir. Zira ihsan da sözlükte “Allah'a, O'nu görüyormuşçasına ibadet etmektir.” Sâlik, Allah'ın her an onu gördüğünün ve kalbinde olanları bildiğinin idrakinde olduğunda, kalbini kontrol altına alarak, kötü duyguların kalbinde yer etmemesine gayret eder.<sup>394</sup>

İslam'ın hakikatinin ihsan şuurunda saklı olduğu kabul edilmekte; İslam kabuk ise içi iman özü de ihsan olduğu ifade edilmektedir.<sup>395</sup> Nitekim Allah'ın gözetimde olduğunu bilmek, nice ahlâkî değişimleri getirmekle beraber kalıcı kişilik dönüşüm ve gelişiminin de anahtarı olmaktadır. “Allah, her şeyi kontrol edip gözetlemektedir.” (el-Fecr, 89/14) ayeti gereği sâfilere kalplerine gelen düşüncelerde dahi ihtiyatlı davranmışlardır. Hatta Allah'ın rızasını kazanmak için, düşüncelerini kontrol eden kimseyi, âzâlarıyla günaha düşmekten Allah'ın koruyacağını ifade etmişlerdir.<sup>396</sup> Kalbe gelen düşüncelerde ihtiyatlı davranmak bir yana, eyleme dökülmüş davranışlarda bile Allah'ın görüp denetlediği

<sup>392</sup> Kuşeyri, *er-Risale*, 415, 417

<sup>393</sup> İbn Manzur, *Lisânü'l-Arab*, 1:424-428.

<sup>394</sup> Uludağ, *Tasavvuf Terimleri Sözlüğü*, “Murakabe”, 255 ; “İhlas”, 181

<sup>395</sup> Benzer ifade Süleyman Uludağ'ın sözlüğünde şu şekildedir: “İslam zahir, iman batın, ihsan hakikattir.” Uludağ, *Tasavvuf Terimleri Sözlüğü*, 181

<sup>396</sup> Kuşeyrî, *er-Risale*, 368

unutulduğundan, suça meyil artmış ve bireyin bozulmasıyla toplumsal huzur da azalmıştır. Asr-ı saadet toplumuna bu adı veren huzur, ihsan şuurunun gönüllere yerleşmiş olmasında gizlidir. Misal; Bir gün ashabdan Abdullah b. Ömer, yolculuk yaptığı esnada bir çobanla karşılaşmıştır. Çobanı denemek için ona, koyunlardan birini kendisine satmasını teklif etmiştir. Çoban koyunların ona ait olmadığını söyleyerek bu teklifi reddetmesine rağmen, Abdullah b. Ömer üzerine giderek “Sahibine kurt yedi dersin” demiştir. Bunun üzerine çoban “Hadi diyelim sahibime öyle söyledim, peki ya Allah’a ne derim” diyerek cevap vermiştir.<sup>397</sup> Bu kıssa, ihsan şuurunun insanı günahattan koruduğunun güzel bir örneğidir. Toplumsal refahın bozulmasındaki en büyük etkenlerden biri bu şuurun kaybedilmesi kabul edilebilir. Bununla beraber bireydeki ihsan şuurundan deizme doğru kayma, bireyi sorumluluk ve hesap verme düşüncesinden uzaklaştırdığı gibi derin buhranlara sebep olmaktadır. Böylece her geçen gün suç oranları da arttırmaktadır. Oysa yaratıcısı tarafından her an denetlendiğini ve bir gün tüm yaptıklarından hesaba çekileceğini bilmek insanı, duygu, düşünce ve davranışlarında kontrollü olmaya sevk etmektedir. Böylece insan, Allah’ın yeryüzündeki halifesi<sup>398</sup> olduğunu idrak ederek bu vazifeye layık davranışlar sergilemektedir. İnsanın bu bilince ulaşması da iç muhâsebe ile mümkün görülmektedir.

### 2.2.11.Muhâsebe

Muhâsebe, sözlükte “hesap etmek”; dinî literatürde “Allah’ın kullarını hesaba çekmesi”; tasavvuf ıstılahında da “Allah’ın hesaba çekeceği gün gelmeden, sâlikin kendisini hesaba çekmesi” anlamına gelmektedir. Büyük hesaba hazırlık manası içeren son muhâsebe tanımına, muhâsebe-i nefis denmektedir.<sup>399</sup>

Muhâsebe kavramının, sözlük anlamı ele alındığında malî nitelikte bir hesap tutma akla gelmektedir. Zira gerek bir kurumun gerekse bireylerin maddî sıkıntılara girmemesi için muhâsebelerini tutmaları gerekmektedir. Maddî harcamalar için gerekli olan muhâsebe, mânevî tasarruflarda da önemli görülmektedir. Ölümle birlikte son hesaba çekilmezden evvel, insanın kendisini hesaba çekip yanlışlarını görmesi, onlardan vazgeçmesi, yanlış şekillenen kişiliğini doğru yönde değiştirmesi ve geliştirmesi gerekmektedir. İsmail Ankaravî, İbn Arabî’nin şeyhlerinin, günlük tutar gibi, kendi söz ve fiillerini bir deftere

<sup>397</sup> Kuşeyrî, *er-Risale*, 389

<sup>398</sup> En’am 6/165; Neml 27/62

<sup>399</sup> Uludağ, *Tasavvuf Terimleri Sözlüğü*, 253

yazıp, yatsı namazından sonra nefislerini muhâsebeye çektiklerini, tevbe gerektirecek bir amel yaptılar ise tevbe ettiklerini, şükür gerektirecek bir iş oldu ise şükrettiklerini anlatmaktadır.<sup>400</sup> Mutasavvıflar, gün sonunda kendilerini hesaba çekerek, o gün yaptıkları hatayı ertesi gün tekrarlamamaları; o gün boşa geçirdikleri zamanı ertesi gün boşa geçirmemeleri gerektiğini nefislerine öğreterek büyük mahkemeye hazırlık yapmışlardır. Nitekim Kur'an-ı Kerim'de "Ey mü'minler Allah'tan korkun, herkes yarına ne hazırladığına baksın"<sup>401</sup> diye emredilmektedir.

Sûfîler, insanın kendisini muhâsebeye çekmesinin ona, nefisini tanıma fırsatı sunacağını ifade etmişlerdir. Nefis, henüz gerçekleşmemiş konularda vaatlerde bulunmaktadır. Kızgınlık anında öfkesine hâkim olacağını, amel anında ihlâslı olacağını, bela ve musibet anında sabırlı olacağını sözünü vermektedir. Ancak imtihan anında verdiği sözlerin aksine arzuları doğrultusunda hareket etmek istemektedir. Kendi nefisini devamlı olarak hesaba çekmesi ve nefisini kontrol altına almasıyla "Muhâsibi" adını alan Haris bin Esed bu konuda er-Riâye eserinde şunları söylemektedir:

*"Oysa sen Allah'a karşı duyduğun korkunun gerçek olduğunu zannediyordun. Sıdk, ihlas, zühd, tevekkül, rıza vb. hepsinin kalbine yerleştiğini sanıyordun. Bu duyguların kalbinde yerleşip yerleşmemiş olduğunu anlayacak hallerle karşılaşınca hevân, bu güzel halleri yaşamaktan imtina eder ve tersini ister. Eğer bunlar kalbine yerleşmiş olsaydı, ihtiyaç duyduğun anda zıtları değil, kendileri ortaya çıkardı. Zıtları ortaya çıkmak istese de engellerdi... Nefisini iyi tanı: Sen her hangi bir hayrı istediğinde, seni tersine sürüklemeye çalışır. Kötülükle karşılaştığında seni kötülüğe davet eden de odur. Sana düşen onu tanımaktır. Zira o ne dünya rahatlığından bıkar ne de ahiret gafletinden..."<sup>402</sup>*

Muhâsibî, nefsin sözünden dönücü özelliğini, "ihtiyacın olursa yanındayım" diyerek, ihtiyaç anında ortadan kaybolan, hatta düşmanla iş birliği yapan kimselerin vefasızlığına ve aldıcılığına benzetmektedir. Nasıl ki böyle insanların sözlerine inanılmazsa, nefsin de bu insanlar gibi güvenilmez olduğunu anlatarak insanları, nefislerini tanımaya ve onu terbiye etmeye çağırılmaktadır. Nefisini sürekli muhâsebeden geçiren insanın, onu suçüstü yakalayacağını ifade etmektedir. Muhâsebe ile nefsin hataları fark edildikten sonra,

<sup>400</sup> Ankaravî, *Minhâcu'l-Fukarâ*, 263

<sup>401</sup> Haşr 59/17

<sup>402</sup> Muhâsibi, *er- Riaye*, 423-426

onun hayra yöneltmesini, boyun eğmez ise ahiretin ve cehennem azabının sık sık hatırlatılmasını; hatasını anlayıp pişman olduğu takdirde sevap ve cennet ile ümitlendirilmesini ancak eskiye dönmemesi için de tedbirin elden bırakılmamasını öğütlemektedir.<sup>403</sup>

Kısacası nefis muhâsebesi, nefsi tanımak için gerekli görülmektedir. *Zira “nefsini tanıyan Rabbini tanır”*<sup>404</sup> ilkesi gereği hakikî kulluk için tasavvufta muhâsebe önemli bir unsurdur. Nefsini tanıyan, onun hevâsına uymadığı gibi nefsi, Allah’ın dinine uymaya zorlamakta; böylece nefsi terbiye etmeye muvaffak olmaktadır. Tasavvufta muhâsebe denilince ilk olarak akla nefis muhâsebesi gelse de kalbin, zihnin ve zamanın da muhâsebesinin tutulması kişiliğin gelişimi için önem arz etmektedir. Zira zihni ve kalbi meşgul eden boş düşünceler, kuruntular ya da faydasız geçirilen zaman da nefsi olumsuz etkilemektedir.

#### **2.2.11.1.Kalbî ve Zihnî Muhâsebe**

Tasavvufun gayesi kalpten masivâyı silmektir. Kalbe masivâyı zihin göndermektedir. Bu sebeple kalbi yönlendiren zihnin arındırılması öncelikli kabul edilmektedir. Tasavvufta zihni arındırmayı ve kontrol altına almayı sağlayacak haller ve makamlar vardır. Aslında bu arınmada kalp ve zihin beraber hareket etmektedir. Zira kalbe ait olan bazı haller evvela zihni sonra kalbi arındırmaktadır. İhlas başlığında, ihlasın zihni özgür kılma özelliğinden bahsetmiştik. Örneğin; ihlas kalbe ait bir hal olmasına rağmen zihni de arındırmaktadır. Sadece Allah’ın rızasını gözetmek olan ihlas, zihni “elâlem ne der” baskısından kurtarmaktadır. Böylece zihin elâlemden arınıp, el- Âlim’de sükûna ermektedir. “Ne düşünürler”, “yanlış anlarlar”, “övsünler”, “sevsinler” gibi düşünceleri bırakarak, sadece Allah’ın hoşnutluğunu düşünerek hareket eden insan, psikolojik rahatsızlıklardan uzak ve rûhen huzurda olmaktadır.

Ebu Talip el- Mekki’ye göre kalpte, cehâlet, tamâh ve dünya sevgisi bir araya geldiğinde artık o kalpte nefsin vesveseleri susmaz hale gelmektedir. Bu üç şeyin zayıflamasıyla nefsânî arzular zayıflamakta, artmasıyla da nefsânî arzular artmaktadır. Cehâlet, tamâh ve dünya sevgisinin kalpte zayıflaması; iman, ilim ve aklın kuvvetlenmesiyle mümkün olmaktadır.<sup>405</sup> Bu bağlamda zihin ve kalp ilişkisi kısır döngü

<sup>403</sup> Muhâsibi, *er- Riaye*, 426-429

<sup>404</sup> Aclûnî, *Keşfü'l-Hafâ*, 2, 262.

<sup>405</sup> Ebu Tâlip el-Mekkî, *Kûtu'l-Kulûb*, 1: 471.



gibi değerlendirilmektedir. Zihne gelen kötü düşünceler istiğfar ile bertaraf edilmediğinde kalbin kararması kaçınılmaz olmakta; kalp karardığında da insandan aklı selim olması beklenememektedir.

Kalp, nazargâh-ı ilâhîdir ve Allah kullarının kalplerinde olanlara bakmaktadır.<sup>406</sup> Bu sebeple sûfîler, insan kalbine gelen ve orada yerleşmeye çalışan düşüncelerin idrak edilmesinin önemine işaret ederek, kalbe gelen düşünceleri sınıflandırmışlardır: Hayırla ilgili kalpte oluşan düşüncelere *ilham*; şerle ilgili kalbe gelen düşüncelere *vesvese*; korku durumlarında kalpte oluşan his ve düşüncelere *hassâs*; kalpte hayrın planlanması *niyet*; mubah olan işlerin fikri ve tercihi *ümmiye* ve *emel*; geçim derdi ve diğer dünyevî işlerde nefsin kalbe verdiği düşünce *hemm*; şehvetlerle ilgili kalpte oluşan düşüncelere *lemem*; bütün bu düşüncelerin tamamına da *havâtır* demişlerdir.<sup>407</sup> İnsan bu düşüncelerin bir kısmından sorumlu tutulurken, bir kısmından sorumlu tutulmamıştır. Bu sorumluluk, düşüncenin kalbe gelip gelmemesiyle değil, gelen düşünceyi idrak edip bertaraf edip edememesiyle ilgili olarak değerlendirilmiştir. Örneğin; *hemm*, kalbe aniden gelen nefsin vesvesesinden ibaret bir anlık düşüncedir. Hakîm Tirmizî, “kaygı” olarak tanımladığı *hemm* türündeki anlık düşüncelerin kalpte dallanıp budaklanmamasına dikkat edilmesini vurgulamıştır. Aksi halde büyüyen kaygıların Allah’a ulaşmanın önünde birer engel teşkil edeceğini ifade etmiştir.<sup>408</sup> İnsan, *hemm* türündeki düşünceleri istiğfar ve zikirle yok ettiği takdirde, bu düşünceden dolayı hesaba çekilmeyeceği ifade edilmiştir. Ancak insan, şeytanın, kötülükleri süslü göstermek maksadıyla, kalbe soktuğu bu düşünceyi engellemezse *hemm* kalbe *hâtır/düşünce* olarak yerleşmektedir. Bu düşünceleri de kişi istiğfar ve zikirle silebilmektedir. Aksine kul bunlara kulak verdiğiğinde bu düşünce *vesveseye* dönüşmektedir. Nefsin şeytanla fisıldeşması olan *vesvese* de zikrullah ile bertaraf edilebilmektedir. İnsanların bu düşüncelerden sorumlu tutulmayacağı nakledilmektedir. Ancak insan, nefsin ve şeytanın fisıldeşmalarına fırsat verdiğiğinde, vesvesenin kuvvetlenmesinin sonucunda *niyet* ortaya çıkmaktadır. İnsan bu niyeti hayırlı bir niyetle değiştirir ve tevbe ederse kurtulmakta; niyetinden dönmez ve ısrarcı olursa, niyet *akd* olmaktadır. İnsan akdi de kalbinden tevbe ile atabilmekte ve kurtulabilmektedir. Halen daha tevbe etmemekte direnirse *akd* ısrar halini alır ve kuvvetlenerek *azim* durumuna gelir. Bu hale *kasd* da

<sup>406</sup> “Allah sizin dış görünüşerinize ve mallarınıza değil, kalplerinize ve amellerinize bakar.” Müslim, Birr, 33.

<sup>407</sup> Ebu Tâlip el-Mekkî, *Kûtu'l-Kulûb*, 1: 504.

<sup>408</sup> Hakîm Tirmizî, *Allah'a Yakınlığın Dereceleri*, 56.

denir. Başka bir ifadeyle insan, niyet ettiği şeyi yapacağına dair evvela kendi kendine söz verdiğinde *akd*; sonra o düşünceyi gerçekleştirmek için gayret ettiğinde *azim* veya *kasd* olmaktadır. Hemm derecesindeki düşüncelerden insan hesaba çekilmemekle beraber, bu derecedeki güzel düşünceler insanın amel defterine hasenât olarak yazılmaktadır. Hemm düşüncesini kaygı olarak isimlendiren Hakîm Tirmizî'ye göre, insan, Allah'ın dini için kaygılandığında ancak hemm düşüncesi hasenâta dönüşmektedir.<sup>409</sup> Niyet, akd ve azim derecesindeki düşüncelerden ise insan sorumludur ve bu derecedeki güzel düşünceler hasenât olarak yazılırken; kötü düşünceler de seyyiât olarak yazılmaktadır. İnsan kötü niyetinden ve isyanda ısrarcı oluşundan hesaba çekilecektir.<sup>410</sup> Bu sebeple de sûfiler zihin kontrolünü de kişilik gelişiminin bir parçası olarak kabul ederler.

### 2.2.11.2.Zaman Kontrolü

Cüneyd-i Bağdadî “Kaybolan vaktin değerini hiçbir şey karşılamaz ve vakitten daha aziz bir şey yoktur”<sup>411</sup> diyerek vaktin muhasebesinin yapılmasını vurgulamaktadır. Sûfi, geçmiş zamana ah ederek veya gelecek zamanı düşünüp boş hayallere dalarak zamanını heba etmemekte; vaktini en uygun işle değerlendirmeye gayret etmektedir. Bu sebeple de tasavvufta sûfiye, ibnü'l-vakt yani vaktin çocuğu denilmektedir.<sup>412</sup>

Tasavvufta bütün kavramlar, tek bir gayeye hizmet ettiğinden, hepsinin arasında bağ kurmak mümkündür. İbn'ül-vakt olmak ile “vukûf-i zamanî” yani bulunduğu zamana vâkıf olmak ya da “dem bu dem” kavramları ihsan ve ihlas kavramıyla bağlantılıdır. Yukarıda nefsin söz verip sözünden döndüğünü dile getirmiştik. Bu bağlamda zaman kontrolünü ele aldığımızda insan, bundan sonra vaktini iyi değerlendireceği konusunda nefsinden söz alsa da nefis sözünden dönebilmektedir. Zira kalpte, vaktin sahibine samimi bir yöneliş olmadığı ve her anın Allah tarafından görüldüğü şuuru yerleşmediği takdirde ibnü'l-vakt olunamamaktadır. İhsan şuurunda olup her yapıp ettiğinin Allah tarafından görüldüğünü hisseden ve bir gün bunlardan hesaba çekileceğini bilen insan, zamanın kontrolünde daha dikkatli olmaktadır. Bu sebeple sûfiler, dil ile zamanın Allah rızasına uygun geçirileceğinin söylenmesini, kişilik dönüşümünü başlamasına yeterli görmemekte; nefsin verdiği bu sözde durması için öncelikle onun terbiye edilmesinin

<sup>409</sup> Hakîm Tirmizî, *Allah'a Yakınlığın Dereceleri*, 55.

<sup>410</sup> Ebu Tâlip el-Mekkî, *Kûtu'l-Kulûb*, 1: 504-505.

<sup>411</sup> Ankaravî, *Minhâcu'l-Fukarâ*, 266.

<sup>412</sup> Kuşeyrî, *er-Risâle*, 181; Semih Ceylan, “Vakit”, *DİA*, (Ankara: TDV Yayınları, 2012), 42: 492.

gerekliliğini vurgulamaktadırlar. Bu da zamanın gerektirdiği gibi davranmaktan kaçan nefsi, zorlamakla mümkün görülmektedir. Burada nefsin tanınması ve zamanın gerektirdiği davranışları yapmama konusundaki tembelliğinin fark edilmesi şarttır. Sûfiler, zamanını hevâsı yönünde geçirmek isteyen nefsi, Allah'ın rızasına en uygun işi yapması için zorlamayı gerekli görürler. Onlara göre, belli bir süre zorlanan nefis boyun eğecek, durumu kabul edecek ve böylece kişi ibnü'l-vakt olup zamanın kıymetini idrak edecektir. Hz. Mevlânâ da sûfinin bulunduğu vaktin çocuğu<sup>413</sup> olduğunu söyleyerek şöyle nasihatte bulunmuştur:

*“Kendine gel ey yolcu! Kendine gel! Akşam oldu; ömür güneşi batmak üzere... Aklını başına al da, işi yarına bırakma! Nice yarınlar geldi geçti. Hemen tevbe istiğfar ile işe başla ki, ekin mevsimi büsbütün geçmesin.”*<sup>414</sup>

## **2.2.12.Kabz/Bast**

Kabz ve bast içinde bulunulan vakte ait hallerdir. Kabz “tutukluk, sıkılma” bast ise “keyiflilik, açılma” hallerini ifade etmektedir. Kabz ve bast; havf ve recâ (korku ve ümit) hallerinden sonra, üns ve heybet (neşe ve endişe) hallerinden önce gelmektedir. Havf ve recâ mübtedilerin, bast ve kabz âriflerin halidir. Havf geleceğe ait bir korku, recâ geleceğe ait bir ümit iken; kabz ve bast ise içinde bulunulan vakitte insanın durumunu ifade etmektedir.<sup>415</sup>

İnsan hayatının değişkenliği karşısında duyguları da değişkenlik göstermektedir. Bu hallerde insanın kalbi daralarak, kabz halini yaşamaktadır. İnsanın sağlam bir kişilik inşa edebilmesi için kalbini kabz halinde bırakmaması gerekli görülmüştür. Bununla beraber bu halin Allah'tan geldiğini bilerek sabretmesi ve isyana ya da hataya düşmekten imtina etmesi tavsiye edilmiştir. Nitekim Kur'an-ı Kerim'de Allah Teâlâ kulunun kalbini daralttığını veya genişlettiğini<sup>416</sup> bildirmektedir. Kabz haline Allah'a sığınarak sabredince gönül, bast haline açılmaktadır. Sâlikin, bast yani sevinç halinin verdiği bir rahatlıkla gevşekliğe düşmemesi önemli görülmüştür. Zira bu gevşeklikle insanın gaflete düşebileceği; günahı küçümseyerek “Allah affeder” hissine kapılabileceği ve sıkıntı anında, yani kabz halindeki Rabbine olan yakınlığını, bast

<sup>413</sup> Mevlânâ, *Mesnevî*, 1: 130.

<sup>414</sup> Mevlânâ, *Mesnevî*, 2: 1265.

<sup>415</sup> Uludağ, *Tasavvuf Terimleri Sözlüğü*, 67; Kuşeyri, *er-Risâle*, 186

<sup>416</sup> En'am 6/125; Bakara 2/ 245

halinin neşesinde kaybedebileceği düşünülmektedir. İmam Kuşeyrî, kabz ve bast halinde nefsin hevâsına uyup hata yapmamak için bu iki halden Allah'a sığınılması gerektiğini öğütlemektedir.<sup>417</sup> Tasavvuftaki kabz-bast kavramları kişilik gelişiminde müdavemetin sağlanması açısından önemli görülmektedir. Zira bu iki kavram insana, duyguların gelip geçiciliğini öğreten kavramlardır. Tasavvufî eğitimde, kavramların zıtlarıyla ele alınıyor olması insanı belli bir duyguya bağlanarak gelişiminde fetret yaşamasını engellemektedir.

*Cemâliyle zâhir olsa bu da geçer be yahu*

*Celâliyle âyân olsa bu da geçer de yahu*<sup>418</sup>

### 2.2.13. Heybet/Üns

Tasavvufta kişilik gelişimi, zıt kavramlarla birlikte seyretmektedir. İnsan, çift kutuplu olup üzerinde zıtlıkları barındırdığından, tek tip kavram haritası üzerinden kişiliğin inşası mümkün değildir. Birbirine zıt gibi görünen kavramlar insanın kişilik gelişiminde denge sağlamaktadır. Heybet ve üns kavramları da bu kavramlardandır. Heybet sözlükte “saygı kaynaklı korku, azâmet” anlamındadır. Heybet tasavvuf ıstılahında havf ve kabz halinin üstünde bir korku halidir ve gaybeti<sup>419</sup> gerektirmektedir. Heybet, Hakk’ın celâli tecellilerinin kalpte müşâhedesi sonucu ortaya çıkmakta ve sâlikte az ya da çok kendinden geçme haline sebep olmaktadır. Üns heybetin tam aksine “samimi olmayı, cana yakınlığı, candan sevgiyi” ifade etmektedir. Üns hali de recâ ve bast halinin üstünde bir neşe halidir. Sûfilere göre, Hakk’la ünsiyet kuran sâlik, halka yabancılaşmakta; halkla ünsiyet kuran da Hakk’a yabancılaşmaktadır. Zira onlara göre, zikrullahtan zevk alan kimse kıyl ü kâlden hoşlanmamaktadır. Sâlik üns halindeyken ateşe atılsa dahi, yaşadığı ruhî hazlar sebebiyle acı hissetmeyeceği kabul edilmiştir.<sup>420</sup>

Heybet, tasavvufî eğitimde, kişilik gelişim metodu olarak önemli görülmektedir. Nitekim Hakîm Tirmizi veliliğin ilk aşamasında “nefsin korkup uysallaşması”nı<sup>421</sup> gerekli görmektedir. Allah Teâlâ “*Kulları arasında Allah’tan hakkıyla korkanlar ancak*

<sup>417</sup> Kabz- Bast bkz: Kuşeyri, *er-Risâle*, 186

<sup>418</sup> Lütî Filiz, *Fânî Divanı, Noktanın Sonsuzluğu*, (İstanbul: Pan Yayıncılık, 2002), 30.

<sup>419</sup> Gaybet: kendinden geçmek demektir. Sâlikin, Hakk’tan gelen tecelliler sebebiyle ne yaptığını fark edemeyecek şekilde kendinden geçmesidir.

<sup>420</sup> Uludağ, *Tasavvuf Terimleri Sözlüğü*, “Heybet”, 165; “Üns”, 368; Kuşeyri, *er-Risâle*, 189

<sup>421</sup> Hakîm Tirmizî, *Hatmu'l- Evliya*, 89

*âlimlerdir*” (el-Fatır, 35/28) buyurarak Müslümanların kişiliklerini bu korku üzerine şekillendirmelerini emretmiştir. İnsanı geliştirecek olan bu korku, Allah’ın sevgisini kaybetme korkusuna dayanmaktadır. İnsan Allah’a olan yakınlığını uzaklığa çevirme korkusuyla hataya düşmekten sakınmakta ve neticesinde ünsünü Hakk’a yöneltmektedir. Böylece heybet-üns arasında ölçülü bir kişilik gelişim sağlanmaktadır.

#### **2.2.14.Yakîn**

Yakîn sözlükte “şüpheyeye yer vermeyen kesin bilgi”yi ifade etmektedir. Tasavvuf ıstılahında “şüpheyeyi ortadan kaldırıp tasdik edilen gaybın hakikatine ermek, delile gerek duymadan iman gücüyle apaçık görmek, bir şeyin hakikati hakkında kalbin doyumuna ulaşması” anlamına gelmektedir. Yakîn üç türdür: İlme’l-yakîn; habere dayalı kesin bilgidir. Ayne’l-yakîn; görme yoluyla elde edilen kesin bilgidir. Hakka’l-yakîn; yaşanarak elde edilen kesin bilgidir.<sup>422</sup> Mutasavvıflara göre, ilimde kalpte şüphe olsa bile, yakînde şüpheyeye yer yoktur. Tasavvufta, salt ilimden ziyâde, yaşanarak elde edilen bilgi daha kıymetli kabul edilir. Yâkinin gerçekleşmesi için de mârifet gerekli görülmektedir. Mârifet; Allah’ı tanımaktır. Tasavvufta Allah’ı tanımanın yolu insanın nefsini tanımasından geçmektedir. Kişi nefsini tanıyıp terbiye ettiğinde doğru görüş ve isabetli bakış sahibi olabilmektedir. Nefsinin hile ve tuzaklarına karşı uyanık olduğu ve onun emellerine boyun eğmediği müddetçe, akl-ı selim ve ferâset sahibi olmaktadır. Bu hal tasavvufta, yâkin hali olarak tanımlanmaktadır.<sup>423</sup> Nitekim kişilik dönüşümü de ancak nefsin hataları fark edildiğinde başlayabilmektedir. Zira hatalarını idrak edemeyen insan bulunduğu halden memnuniyet duymaktadır. Nefsin kusurlarını fark ettiğinde artık bu kusurları düzeltmek için harekete geçmektedir.

#### **2.2.15.Muhabbet**

Muhabbet, sevginin saf ve temiz olanına verilen isim; kalbin gözü, özü ve onu ayakta tutan şey gibi anlamlara gelmektedir. Mutasavvıflar muhabbete büyük önem vermişler ve farklı tanımlarda bulunmuşlardır:

- Muhabbet, kalbin Allah’tan gelene rıza göstermesidir.
- Muhabbet, sevdiğine yapılanı, çok da olsa, az görmek ve sevgiliden gelen az da olsa çok görmektir.

<sup>422</sup> Uludağ, *Tasavvuf Terimleri Sözlüğü*, 386

<sup>423</sup> Kuşeyri, *er-Risâle*, 372

- Muhabbet, taate sarılmak ve O'na muhalefeti terk etmektir.
- Muhabbet, sevgiliden gelen cefa ile azalmayan; iyilik ve ihsan ile de artmayan güçlü bir duygudur.
- Muhabbet, tercih edileni sevilen için tercih etmektir.<sup>424</sup>

Kur'an-ı Kerim'de "...Allah onları sever, onlar da Allah'ı sever..."(el-Mâide 5/54) ayetinden anlaşıldığı gibi muhabbet, Allah ve kulları arasında karşılıklı bir duygudur. İmam Kuşeyrî Allah'ın kullarına olan muhabbetini ve kulların Rabblerine olan muhabbetini ayrı ayrı ele almıştır. Allah'ın kullarına olan muhabbetini irade sıfatıyla izah etmiştir. Hakk Teâlâ'nın kullarına umumî nimet vermeyi irade etmesini "rahmet"; yüksek mertebe ve haller gibi hususî nimetler vermeyi irade etmesini "muhabbet" olarak tanımlamıştır. Kulun, Allah'a olan muhabbetinin özel olması hasebiyle kelimelerle anlatılmasının zor bir şey olduğunu ifade eden Kuşeyrî, bu muhabbetin delili olarak; kulun Allah'ın rızası için gayret etmesini, sürekli O'nu zikrederek huzur bulmasını, nefsinin arzularına muhalefet etmesini göstermektedir.<sup>425</sup> Mutasavvıflar, kişilik özellikleri bakımından muhabbet ehlini üç derecede ele almaktadır.

- Avâmın muhabbeti: Bu sevgi Allah'ın ihsanına bağlı görülmüştür. Bu durumda nimet varsa kulun muhabbeti artmakta; cefâ ve imtihan varsa kulun muhabbeti azalmaktadır. Kur'an-ı Kerim'de insanın bu çıkarıcı tutumuna şöyle işaret edilmiştir: "İnsan, her ne zaman, Rabbi onu sınavıp ikramda bulunur, nimet verirse "Rabbim bana ikram etti" der. Ama her ne zaman da sınavıp rızkını daraltırsa, o vakit de "Rabbim beni zillete düşürdü" der."<sup>426</sup> Bu derecedeki muhabbet ehli çıkarıcı bir kişilik sergilemekte; Allah'la olan muhabbetini alışveriş formuna indirgemektedir.
- Sâdıkların ve tahkik erbabının muhabbeti: Bu muhabbet derecesinde, nefsin arzu ve isteklerinden arınıp Hakk'ın iradesine göre hareket etmek esastır. Bu tür muhabbete sahip olanlar, kişiliklerini olumsuz vasıflardan uzaklaştırarak, güzel özelliklerle kişiliklerini geliştirmeyi başaramış kabul edilmektedir.
- Sıddîkların ve âriflerin muhabbeti: Bu muhabbette illete ihtiyaç yoktur. Bu derecedeki zâtlar, Allah için seven Hakk âşıkları kabul edilir. Hz. Peygamberin bildirdiği kutsî hadis, bu derecede manasını bulmuş olmaktadır: "*Ben kulumu sevince*

<sup>424</sup> Kuşeyri, *er-Risâle*, 590-594

<sup>425</sup> Kuşeyri, *er-Risâle*, 588-589

<sup>426</sup> Fecri /15-16

*gören gözü, işiten kulağı, tutan eli olurum.”*<sup>427</sup> Bu son mertebedeki muhabbet ehli, benlik iddiasından arınmış; kendilerini Allah’ın rızasına teslim ederek “İslam”ın özünü kavramış kâmil insanlardır. Tasavvufun muhabbette asıl hedeflediği; insanın bu mertebedeki kişilik özelliklerine ulaşabilmesidir.

Bazen nimeti verenin muhabbetiyle, nimet muhabbeti birbirine karışmaktadır. Kul, nefsi için sevdiği bir şeyi, Rabbi için sevdiği iddiasında bulunabilmektedir. Mutasavvıflar, bu iki muhabbetin arasındaki farkı anlamak için, kulun eşyaya verdiği değere bakmak gerektiğini söylemişlerdir. Şayet insan, eşya ile huzur buluyor ya da nefsin arzularına uyuyor ve onları elde etmekle mutlu oluyorsa onun, nimeti verenden ziyâde nimete muhabbet duyduğunu ifade etmişlerdir. Sevap ve cennet umuduyla ibadet eden mü’minler de böyle değerlendirilmiş ve cennetin sahibinden çok cenneti arzulamakta oldukları söylenmiştir. Bu konuda muhabbet ekolünün öncüsü kabul edilen Rabiâtü’l-Adeviyye şöyle söylemektedir:

*“Ben Allah’tan korktuğum için ona kulluk ediyordum değilim. Böyle olsaydı sahibinden korktuğum için çalışan kötü hizmetçiden ne farkım olurdu. Ben O’na cennet sevgisiyle de ibadet etmiyorum. Böyle olsaydı da sahibi kendisine ikramda bulununca çalışan kötü hizmetçi gibi olurdu. Ben Rabbime ancak O’nu sevdiğim ve kendisine kavuşmayı arzu ettiğim için ibadet ediyordum.”* Bununla beraber Rabiâtü’l-Adeviyye’nin, Allah’a olan muhabbetinden dolayı, O’ndan dünyalık bir şey istemeye bile utandığını ifade ettiği nakledilmektedir.<sup>428</sup>

Hız. Rabia’nın, imanın hakikati olarak gördüğü muhabbetin, insanın kişilik gelişimi ve kalıcı dönüşümünde önemli bir yeri bulunmaktadır. Muhabbet olduğunda ibadetlerde ihlas olmakta, bununla beraber; rıza, sabır, tevekkül gibi haller de kalbe yerleşmektedir. Ayrıca muhabbet varsa insanda istek, azîm ve başarı da olmaktadır. İnsan severek bir işe yöneldiğinde, karşılaştığı olumsuzlukları bertaraf ederek başarıya ulaşmak için daha fazla gayret sarf etmektedir. Öğrencilerin sevdiği öğretmenin dersini de sevmesi ve başarı elde etmesi, eğitimde sevginin önemine örnek gösterilebilir. Birbirini seven insanların birbirlerinin hatalarını hoş gördükleri; sevmediklerinde en ufak şeyleri dahi problem ettikleri görülmektedir. O halde muhabbet, hem kişisel gelişimi hem de toplumsal huzuru sağlayan bir unsur olmaktadır. Bu sebeple tasavvufî eğitimde,

<sup>427</sup> Tûsî, el-Lüma, 58-59;( Hadis için Bk. Buhârî, Rikâk, 38 )

<sup>428</sup> Ebu Tâlip el-Mekkî, *Kûtu’l-Kulûb*, 3: 340 ve 240.

Rabbiyle muhabbet bağlarını güçlendiren insanın, “yaratılanı sev yaratandan ötürü” düsturuyla, çevresindeki her şeyi sevdiği, onları kırmaktan, incitmekten korktuğu, kusurları örttüğü, eline diline hâkim olduğu kabul edilerek, muhabbete, kişiliği geliştiren yönünden dolayı büyük önem verilmiştir.

### 2.2.16.Rızâ

Tasavvufî eğitimde, sevenin, sevdiğinden gelen her şeyi hoş görmesi sebebiyle, muhabbet makamına erişen kula rıza makamı açıldığı kabul edilmektedir. Sözlükte “memnun olma hali” anlamına gelen rıza, iki türdür. Birincisi Allah’ın kulundan razı olması, ikincisi de kulun Allah’tan razı olmasıdır. Bu iki rıza halinin gerçekleştiği nefse, nefs-i marziye ve nefs-i raziye denmektedir.<sup>429</sup> Bu makamlardan sonra nefis, kemâle ulaştığından, kişiliği olgunluğa ulaştıran en önemli makamın rıza makamı olduğu söylenebilir. Nefis mertebelerini sırasıyla saydığımızda önce râziye sonra marziye gelmektedir. Bu da önce kulun Allah’tan gelen her şeye rıza gösterip, boyun eğmesi, sabretmesi, şikâyetlenip isyan etmemesinin önemini göstermektedir. Kul Allah’tan gelene razı olduğunda Allah da kulundan razı olmaktadır. Böylece râziye mertebesinden marziye mertebesine geçilmektedir. Nitekim Allah Teâlâ Kur’an-ı Kerim’de kendi rızasının, cennetlerin en üstünü olan Adn cennetinden bile üstün olduğunu müjdelemiştir.<sup>430</sup> Bu müjde, nefisini terbiye etmek suretiyle kişiliğini geliştirmeye ve Allah’ın rızasına ulaşmaya talip olan sâlik, Allah’tan geleni rıza ile karşılama noktasında motive etmektedir.

*Kûtu’l Kulûb*’da rıza makamında bulunan sâlikin kişilik özellikleri yer almaktadır. Rıza makamında bulunan sâlikin, gerek neşe veren gerek hüznü veren tüm durumlar karşısında kalbinde herhangi bir değişiklik meydana gelmemektedir. Zira o dünyevî bütün işlerini Mevlâsına teslim ettiği için dünyalık bir konu hakkında telaşa kapılmamaktadır. Bu mertebedeki sâlik, kalbiyle rıza gösteren, diliyle şükreden, aklıyla da sükûnet içinde olan insan olarak tarif edilmektedir. Sâlik, bu mertebede, Allah’ın kaderinden dolayı kullara karşı şikâyetlenmediği gibi, insanlar arasında şikâyet olarak görülmemeyen, ancak Allah’ın takdiri olan (havanın sıcak-soğuk oluşu gibi) olaylar karşısında dahi söz söylemeyi uygun görmemektedir. Ayrıca rıza ehli için, Allah’ın

<sup>429</sup> Uludağ, *Tasavvuf Terimleri Sözlüğü*, 295

<sup>430</sup> “...Ve Allah Adn cennetlerinde onlara güzel meskenler vaadetti. Allah’ın rızası ise hepsinden daha büyüktür. İşte bu büyük başarıdır.” Tevbe, 9/ 72



yarattığı herşey aynı güzelliğe sahiptir. Başka bir ifadeyle rıza ehlinin gözünde çirkin hiçbirşey yoktur. Bu sebeple nimetleri eksik veya kusurlu görmeyi de rızaya uygun bulmamaktadırlar.<sup>431</sup> Rıza duygusu kalpte yerleştiğinde, Allah'ın kendisine verdiği her şeye (anne, baba, eş, evlat, hatta muhatap olduğu tüm insanlar, maddî imkân ya da imkânsızlık, meslek, hastalık ya da türlü imtihanların hepsine) Allah'tan geldiği için rıza gösterilmektedir. Böylece sahip olunanlara karşı memnuniyetsizlik duyarak şikayetlenmekten ve neticesinde psikolojik rahatsızlıklara düşmekten uzaklaşmaktadır.

*Hoştur bana senden gelen*

*Ya Goncagül yahut diken*

*Ya hilkat yahut kefen*

*Narın da hoş nurun da hoş*

*Kahrın da hoş lütfun da hoş*<sup>432</sup>

Sûfilere göre insan, Allah'a duyduğu teslimiyetin neticesinde sağlam bir kişilik kazanmaktadır. Zira dünyanın derdini de zevkini de eşit görebilmek ancak üstün bir ahlâkın işareti kabul edilmektedir. Kalbin ulaşacağı son makam, Allah'tan gelene kayıtsız rıza göstermektir. Bu makam dünya mutluluğu için çabalayan günümüz insanının ilacı niteliğinde görülebilir. Zira insan, dünyalık ne elde ederse etsin nefsi hep daha fazlasını istemektedir. Bu tamahkârlığı sebebiyle, sahip oldukları belli bir süre sonra mutluluk vermemektedir. Bu sebeple tasavvufta, Allah'tan gelene razı olmak en büyük saadet olarak tarif edilmektedir.

### **2.3. Nefsin Tezkiyesi**

*Nefs*, sözlükte “ruh, can, hayat, hayatın ilkesi, nefes, varlık, zat, insan, kişi, hevâ ve heves, kan, beden, bedenden kaynaklanan süflî arzular” gibi manalara gelmektedir. Kur'an'da “ruh”<sup>433</sup> ve “zat, öz varlık”<sup>434</sup> manalarında kullanılmıştır.<sup>435</sup> Gazzâli nefsi, ayetlerde olduğu gibi iki manada kullanmıştır. Birincisi: İnsanda gazâb ve şehvet

<sup>431</sup> Ebu Tâlip el-Mekkî, *Kûtu'l-Kulûb*, 3: 168, 169

<sup>432</sup> İbrahim Tennûrî'ye ait bu şiirin tamamı için Bk: Sadeddin Nüzhet Ergun, *Türk Şairleri*, 1: 124, erişim: 01.05.2019, <http://esgici.net>

<sup>433</sup> el-En'âm-93

<sup>434</sup> Âl-i İmrân-28, 30

<sup>435</sup> Uludağ, *Tasavvuf Terimleri Sözlüğü*, 526

kuvvetini toplayan anlamındadır. Ona göre bu anlamdaki nefsi daha ziyâde mutasavvıflar kullanmaktadır. İkincisi: İnsanın hakikati ve kendisi demektir. Bu nefis ancak mücâhede içindeyken belli vasıfları kazanmaktadır. Başka bir ifadeyle istek ve arzularına karşı koyabildiği sürece huzura erebildiği ifade edilmektedir.<sup>436</sup>

*Tezkiye-i nefis*, tevbe ile başlayarak, nefse sabır, cömertlik, tevâzû gibi hasletleri kazandırmak ve onu kötü huylardan arındırmak için uygulanan eğitim metotlarının hepsini kapsayan bir ifadedir. Nefsin tezkiyesi ile hedeflenen, güzel hasletlerin nefiste sağlam bir tavır olarak yerleşmesidir. Güzel fiillerin nefiste yerleştiğinin delili olarak, bu fiillerin başlarda nefse ağır gelirken zamanla kolay hale gelmesi gösterilmektedir.<sup>437</sup>

Tasavvufta insanın kişilik gelişimi, nefis tezkiyesi ve kalp tasfiyesi üzerine bina edilmiştir. Nefis terbiye edilip zapturapt altına alınmadan, kalbin ve ruhun ihyası mümkün görülmemektedir. Nefsi besleyerek inşa edilmeye çalışılan kişilikler, nefsinin istek ve arzuları peşinde köle olmuş, bozuk kişilikler kabul edilmektedir. Zira nefsin elinde gelişen bir kişilik kibir, riya, hırs, tamah, haset, öfke gibi kötü hasletlerden arınamamıştır. Oysa tasavvufun inşa etmeyi hedeflediği kişilik, tüm bu kötü hasletlerden nefsinin arındırılmış, kalbini saflaştırmış ve nefesine kulluktan Rabbine kulluğa erişmiş bir kişiliktir. Böyle bir kişiliği oluşturabilmek için tasavvufî eğitimde, insanın önce nefsinin tanıması sonra da her daim onun oyunlarına karşı uyanık olması esastır. Bu bağlamda tasavvufî eğitimde, kişilik gelişiminin nihayeti yoktur. Zira nefis, gerçek manada, ancak ruhun bedenden ayrılmasıyla ölmektedir. O halde nefsi tezkiye altında tutmak, belli bir süreyle sınırlandırılmamaktadır. Bu sebeple tasavvufta kişilik gelişim süreci, insan ömrü devam ettikçe devam edecek olan uzun bir süreçtir.

Nefis, insanın bedenine hayâtiyet veren güç kabul edilir.<sup>438</sup> Bu sebeple nefis tamamen yok olduğunda insanın varlığından da söz edilememektedir. Ancak nefis başıboş bırakıldığında, yeme-içme, eğlence, rahatlık, şehvet gibi dürtülerle insanı dünyaya meylettirmektedir. İnsana düşen bu dürtüleri en aza indirerek nefsinin isteklerinin önüne geçmektir. Bu bağlamda tasavvufun gayesi şöyle tarif edilmektedir: “*Nefsi dine râm; dini nefse vicdan kılmaktır.*”<sup>439</sup>

---

<sup>436</sup> Gazâlî, *İhyâ*, 5: 20

<sup>437</sup> Ekberî, *Metinlerle Tasavvuf Terimleri Sözlüğü*, 1227.

<sup>438</sup> Süleyman Uludağ, “Nefis”, *DİA*, (Ankara: TDV Yayınları, 2006) 32: 526.

<sup>439</sup> Eraydın, *Tasavvuf ve Tarikatlar*, 56

Gazzâli nefse dair ortaya koyduğu bilgilerle önemli bir yere sahip olmuştur. Ayrıca psikolojiye dair de sistemli açıklamalar yapmıştır. Gazzâli'nin psikolojik değerlendirmeleri nefsin güçleri (güdüleri) ve nefsin terbiyesi şeklinde ikiye ayrılmaktadır.<sup>440</sup> Bu ikili tasnif birbirini tamamlayıcı unsur kabul edilebilir. Başka bir ifadeyle nefsin güdülerinin tespit edilmesi nefis terbiye metotlarının yani kişilik gelişim unsurlarının ortaya konulmasını da kolaylaştırmaktadır. Bu bağlamda öncelikle Gazzâli'nin nefsin güdülerine dair tespitlerini ele alalım:

- 1- **Saldırganlık/Yıkıcılık Güdüsü (Sebiyye):** Saldırganlık, düşmanlık ve insanlar üzerinde hâkimiyet kurma eğilimleridir.
- 2- **Fiziksel/Hayvanî Günü (Behemiyye):** İnsanın temel ihtiyaçları olan yeme, içme gibi şeylere karşı güdüleridir.
- 3- **Üstünlük Güdüsü (Rabbâniyye):** Bilgili ve başarılı olup başkalarına karşı üstünlük sağlamaya çalışmasıdır. (Popüler kişisel gelişim öğretilerinin, nefsin bu güdüsünü harekete geçirdiğini söyleyebiliriz.)
- 4- **Kötülük Güdüsü (Şeytâniyye):** İnsanın iyilik adı altında hile ve aldatmaca gibi şeytanî eylemlere ilişkin güdüleridir.<sup>441</sup>

Mutasavvıflar, şehvet sıfatlarını toplayan nefsin, sahip olduğu bu kötü özelliklerle Allah'a kavuşmasının mümkün olmadığını ifade etmişlerdir. Bu özellikleriyle nefis, Allah'tan uzaklaştırıcı birçok hicaplarla kuşatılmıştır.<sup>442</sup> Nefsi içinde bulunduğu hal üzere bırakmamak ve onu şehvetlerinin esiri olmaktan kurtarmak için sûfler, nefsin yükselişinin basamaklarını ortaya koymuşlardır. Nefsin yükselişi yedi mertebede ele alınmıştır. Her bir nefis mertebesi bir makamla eşleştirilmiştir. Böylece kişiliğin her bir evrede kazandığı değerler, sûfler tarafından tespit edilmiş olmaktadır.

### **2.3.1.Nefsin Mertebeleri/Etvar-ı Seb'a**

Mutasavvıflara göre, nefsin yedi farklı boyutu vardır. Bununla beraber bu yedi nefis mertebesi, insanın içinde yedi farklı nefis bulunduğu anlamında değildir. Her insanın içinde tek bir nefis bulunmakta ve bu nefis; kötülüğü emretme sıfatı ile emmâre, kötülüğü kınama sıfatı ile levvâme, ilham almasıyla mülhime, huzura ermesiyle mutmainne, razı olmasıyla raziyye, razı olunan olmasıyla marziyye, olgunluğa

---

<sup>440</sup> Köse-Ayten, *Din Psikolojisi*, 96

<sup>441</sup> Köse-Ayten, *Din Psikolojisi*, 98.

<sup>442</sup> Gazzâlî, *İhyâ*, 5: 20.

erişmesiyle kâmile ismini almaktadır.<sup>443</sup> Bu isimlendirmeler, tek olan nefsin gelişebilirliğini gösteren önemli unsurlardır. Nefsin yedi aşamalı olarak ele alınması, tasavvufî eğitimde kişilik gelişiminin dikey gelişim gösterdiğine işaret etmektedir. Bununla beraber insana, şayet tembellik gösterirse yükseldiği mertebeden gerileyeceği hatırlatılarak, nefsinin her daim kontrol altında tutulması ve kişilik gelişimde istikamet göstermesi hedeflenmiştir. Bu düşünce çerçevesinde her bir nefis mertebesinin iki yüzü olduğu ifade edilmiştir. Levvâmenin bir yüzü emmâreye, bir yüzü mülhimeye bakar; mülhimenin bir yüzü levvâmeye, bir yüzü mutmainneye bakar; mutmainnenin de bir yüzü raziyyeye, bir yüzü marziyyeye bakar. Örneğin: Levvâme yüzünü emmâreden çevirmiş kabul edilir. Ancak tembelliğe düşüp, tekrar günah ve hatalara dalarsa tekrar nefis-i emmâreye düşer denilmiştir.<sup>444</sup>

### 2.3.1.1.Nefis-i Emmâre/Sadr Makamı

Sadr, nefis ile kalp arasında bulunan, kalpten feyz alan ve kalple nefsin buluştuğu alanı temsil eden kalbin mertebelerinden biridir. Sadr makamı zulmânî ahlakın kaynağı kabul edilmekle birlikte aynı zamanda imanın da mahallidir. Bu sebeple sadr makamından dolayı insanda meydana gelen fiillerin giderilmesi için inşirâh-ı sadrın sağlanması gerekli görülmüştür. Zira imanın bulunduğu yerin nurânî olduğu kabul edilerek, sadrın zulmânî sıfatlardan arındırılmasının gerektiği ifade edilmiştir. Sadr makamda nefis, sürekli olarak kötülüğü emrettiği için ona nefis-i emmâre de denmektedir.<sup>445</sup> Bu seviyede insan, şehvetlerinin esiri olmakta ve nefis mertebelerinin en aşağı ve en kötü derecesinde yer almaktadır. İmam Gazâlî, nefis-i emmâreyi tarif etmek için “*İnsanı, âlâyı iliyinden esfele safiline attırır ve bir anlık zevk için ebedi saadeti sattırır*”<sup>446</sup> demiştir. Nefis-i emmâre, adını “*Nefis, kötülüğü emreder*” (el-Yusuf, 12/53) ayetinden almaktadır.

Nefis bu mertebede hevâsına çok düşkündür; iyilik yapmak istemez, kötülükten kaçınmaz, kötülüğün zuhurunda pişmanlık duyar; ancak bu pişmanlık davranışlarında herhangi bir değişiklik meydana getirmez. Bununla beraber kin, haset, kibir, riyâ, tûl-i emel, hırs, tamah, baş olma sevdası gibi nice ahlâk-ı zemime bu mertebede

<sup>443</sup> Uludağ, “Nefis”, 528.

<sup>444</sup> Eşrefoğlu Rûmî, *Müzekkin-Nüfus*, (İstanbul: Arslan Yayınları, 1971), 19-21.

<sup>445</sup> Sofyalı Bâlî Efendi, *7 Makam 7 Nefs- Allah Yolunda Mertebeler ve Nefsin Halleri*, 4. Baskı ( İstanbul: Hayy Kitap Yayınları, 2017), 17

<sup>446</sup> Gazâlî, *İhya*, 60

görülmektedir.<sup>447</sup> Nefsi emmârenin yol açtığı tüm ruhsal hastalıkların tedavisi, tevbeye yoğunlaşmakla mümkün görülmektedir.<sup>448</sup> Sûfler, nefsi emmârenin sıfatlarıyla sıfatlanmış ve nefsi emmâreden vazgeçmeyen kimseyi *fasık* olarak adlandırırlar. Bu kimseler, nefsi emmâreye uymaktan vazgeçtikleri takdirde Allah onları bağışlayacağı gibi günahlarını da yüzlerine vurmamaktadır.<sup>449</sup> Günahının ardından pişman olup tevbe eden ve tekrar aynı günaha düşen nefis yol kat edememektedir. Tevbe ile günahlardan uzak durmaya söz verildikten sonra, sözde durabilmek için günaha giden yolların kapatılması gerekli görülmüştür. Aksi takdirde günaha defâhatle düşmek kaçınılmaz olmaktadır. İnsanı günaha iten hallerin tedavisi sûfler tarafından üç ana esasa dayandırılmıştır. Bunlar: Killet-i Taam: az yemek; killet-i menam: az uyumak; killet-i kelam: az konuşmaktır. Zira sûflere göre, açlık nefse emmâreliğini terk ettirir.<sup>450</sup>

Bu üç unsurun artmasıyla doğru orantılı olarak, nefsin hazları ve dünyaya olan bağlılığı da artmaktadır. Bu sebeple açlık, uykusuzluk ve az konuşmakla nefsin terbiye edilmesi, tasavvufun kişilik gelişim esaslarından sayılmaktadır.

Sadr makamı, arayış/talep makamı olduğundan, bu daireden yükselmek isteyen tâlibin seyrine “seyr-i illallah” denilmiştir. Seyr-i İlallah, sâlikin Allah’a doğru yapmaya başladığı yolculuğun ilk mertebesidir. Bu mertebede sâlik, her ne kadar dünyevîlik içinde olsa da çokluk perdelerinden birliğe ulaşmak için Allah’a yönelebilmektedir.<sup>451</sup> Bu makamın usûlü “şeriate riayet” olduğundan, Allah’a yönelen salike, şeriate uygun davranması öğütlenmektedir. Sâlik şeriate riayet ile farz olan ibadetlerini yerine getirmeye özen gösterir. Farzların yanı sıra, bu makamda ona kalbinin pasını silmesi ve kötülüğü isteyen nefsinin dizginlenmesi için “La ilahe illallah” zikri verilir. “La ilahe illallah” zikrinin manasına yoğunlaşarak, ihsan şuurunu kazanmaya gayret eder. Allah’tan başka kulluğa layık bir ilah olmadığını ve her an kendisini görmekte olduğunu hissederek, günaha düşmemek için dikkatli davranmaya başladığında, kelime-i tevhidin kalbe tesir ettiği kabul edilmektedir. Tevhid zikri kalbe tesir edince, olumsuz sıfatlar

---

<sup>447</sup> Sofyalı Bâli Efendi, *7 Makam 7 Nefs*, 17; Eşrefoğlu Rûmî, *Müzekkin Nüfus*, 21.

<sup>448</sup> Sayar, *Sûfî Psikolojisi*, 29.

<sup>449</sup> Eşrefoğlu Rûmî, *Müzekkin-Nüfus*, 8.

<sup>450</sup> Eşrefoğlu Rûmî, *Müzekkin-Nüfus*, 255,274.

<sup>451</sup> Sofyalı Bâli Efendi, *7 Makam 7 Nefs*, 30.

yerini güzel hasletlere bırakmaya başlamaktadır. Artık nefsin arınışı başlamış kabul edildiğinden, diğer esma ve makama geçilmektedir.<sup>452</sup>

Eşrefoğlu Rûmî nefs-i emmâre makamında olan insana şöyle seslenmiştir:

*“Ey insanoğlu! Dünyanın hoşluklarından ve seni cezbeden şeylerden kaç! Nefs-i emmârenin tuzaklarından kurtulmaya gayret et! Nefs-i emmâreye uyanların Allah katındaki horluklarını düşün ve aklını başına topla! Ve bu nefsi terbiye edip emmâreliğinden döndürenlerin güzel huylarına imren! Ey dertsiz kimse! Ne olur bir Hakk’a dönsen?”<sup>453</sup>*

### 2.3.1.2.Nefs-i Levvâme/Kalp Makamı

Kalp makamı, basar sıfatının mazharı ve nefsi levvâmenin mertebesidir. Kalbin sadr ve kalp olmak üzere iki yönü vardır. Yukarıda da ifade ettiğimiz gibi şeytanî havâtırın yeri sadırdır ve sadr dünyaya meyyâldir. Kalp ise, ilâhî feyz mahalli olduğundan Hakk’a yönelir. Ancak sadr makamında olduğu gibi kalp makamı da perdelenebilmektedir. Kalbin perdelenmesi, sadırda olduğu gibi doğrudan nefsin kötülükleriyle değil, nefsin tuzaklarıyla olmaktadır. Örneğin; sadr makamının hicâbı amele karşı isteksizlik iken, kalbin hicâbı, amelleri kendinden bilerek onlara güvenmek, ibadetlerinin makbul olduğunu düşünerek büyüklenmektir. Sûfiler, ibadette asıl gayenin muhâbbetullah ve rıza-i ilâhî olmasına ehemmiyet gösterirler. İnsan, kendisinin kulluğundan Allah’ın razı olup olmadığını, ameline riyânın karışıp karışmadığını bilemeyeceğinden, sâlikin amellerine güvenmesini onun gelişiminin önünde büyük bir hicap olarak görürler. Bu sebeple sûfiler, kalp makamının en önemli hicâbının “amel” olduğunu kabul ederler.<sup>454</sup>

Kalp makamındaki nefis adını “Levvâme (pişmankâr) olan nefse yemin ederim” (el-Kıyâme 75/2) ayetinden almaktadır. Bu seviyede sâlik, nefsinin kötülüklerin farkında olup onlara karşı pişmanlık duyar. Ancak tam manasıyla sükûna kavuşamadığından, şehvetlere karşı nefsi müdafaa etmeye çalışır.<sup>455</sup>

İnsanı hayvanlardan ayıran özellikler, akıl, düşünce ve irade olarak zikredilmektedir. Ancak insan, nefs-i emmâre derekesinde aklını ve iradesini nefsinin istek ve arzuları

<sup>452</sup> Yılmaz, *Ana Hatlarıyla Tasavvuf ve Tarikatlar*, 235

<sup>453</sup> Eşrefoğlu Rûmî, *Müzekkin-Nüfus*, 33.

<sup>454</sup> Sofyalı Bâlî Efendi, *7 Makam 7 Nefs*, 35-40

<sup>455</sup> Gazâlî, *İhya*, 63, 20.

yönünde kullanmaktadır. Böylece akl-ı selim düşünememekte ve akl-ı selim olarak hareket edememektedir. Bu sebeple sûfîler, nefs-i emmârenin bir üst derecesi olan nefs-i levvâmeyi yani kendisini kınayan, hatalarını görebilen nefsi, insanı hayvanlardan ayıran özelliklerin arasında kabul etmişlerdir. Kendini kınayan nefis, insanın hayvanî arzularını, bencil eğilimlerini ve insanın Allah'ın rızasını kazanmasına mâni olan her türlü kötü hasletlerini, iyi ve güzel huylarla değiştirmeyi amaçlar.<sup>456</sup> Mutasavvıflar, nefsin hatalarını fark edip onu kınamayı, Allah'ın kuluna bahşettiği lütuf olarak kabul ederler. Bu konuda Zünnûn-i Mısırî şöyle demiştir: “Allah kuluna nefsinin zelil olduğunu göstermekten başka daha büyük izzet vermemiştir. Yine Allah, bir kulunu, nefsinin zelil olduğunu görmesini perdelemekten başka daha büyük zillete düşürmemiştir.”<sup>457</sup>

Her insanın kalbine kötü düşünceler, yanlış fikirler gelebilmektedir. Sûfîler, insanın nefis mertebesinin belirlenmesinde, bu fikirlerin kalbine gelip gelmemesini değil, bu fikirlerin kalbinde bulunma süresini esas alırlar. Eğer kişi, bu fikirlerden hoşlanır ve bunların kalbinde yer etmesine engel olmazsa, onun nefsi, nefsi emmârede kabul edilir. Aksine, gelen fikirleri hemen bertaraf eder ve her geldiğinde de def etmeyi başarırsa, kalp makamında demektir. Kalbe gelen, şeytânî ve nefsânî düşüncelerin, kalbe yerleşmemesi için gayret etmenin, imanın gücünü gösterdiği ifade edilmiştir.<sup>458</sup> Böylece bu mertebede kul vera'yı esas almış olur. Vera' takvaya dikkat etmek, şüpheli şeylerden uzak durmak, her an nefsini muhâsebe etmektir.<sup>459</sup> İleride vera'yı ayrı başlık olarak ele alacağız.

Nefsinin kötülüklerini idrak eden ve onu kınayan bu nefsin seyri “seyr-i lillah”tır. Seyr-i lillahta, sâlik dünyevî bağlardan kurtulmayı, irfânî bilgiler elde etmeyi amaçlar ve bu gayeyle Hakka yönelir. Sâlik, her mertebede “Beni anın ki, sizi anayım”<sup>460</sup> emrine muhatap olduğundan her mertebede salike farklı bir zikir telkin edilir.<sup>461</sup> Bu mertebede sâlikin zikri, “lafza-i celâl” yani “Allah” zikridir. Allah zikri kalbe yerleşince muhâbbetullah zuhur eder ve nefsi levvâme ruha tâbi olur. Başka bir ifadeyle ruhun uyanışı başlamaktadır. Bu makam, kötülüğü emredici nefs-i emmâreden kurtulup, güzel

<sup>456</sup> Sayar, *Sûfî Psikolojisi*, 31.

<sup>457</sup> Kuşeyri, *er-Risâle*, 255.

<sup>458</sup> Sofyalı Bâlî Efendi, *7 Makam 7 Nefs*, 41.

<sup>459</sup> Kuşeyri, *er-Risâle*, 269.

<sup>460</sup> Bakara, 2/152.

<sup>461</sup> Sofyalı Bâlî Efendi, *7 Makam 7 Nefs*, 39 ve 35.

ahlakın istikamet kazandığı nefs-i mülhimeye geçiş mahiyetinde olması bakımından, âlemi “berzah” olarak isimlendirilmiştir.<sup>462</sup>

### 2.3.1.3.Nefs-i Mülhime/Ruh Makamı

Ruh makamı, fiillerin fena bulduğu makam ve ilahî isimlerin ve sıfatların bilgisinin mahallidir. Çünkü ruhlar, ilahî isimlerin suretleridir. İlahî isimlerin ruhâniyet kazanması, Hakk’a bakan yönüyle ilahî isimler olan ayân-ı sabitelerin<sup>463</sup> ervâh-ı âlemde ruhlarla buluşmasıyla olmaktadır. Bu makamın nefsi, ilham ve keşfe nâil olan nefs-i mülhimedir. Nefs-i mülhime de adını Kur’an’dan almaktadır: “*And olsun, nefse isyanını ve itâatını ilham edene*” (el-Şems, 91/8). Bu nefsin özelliği iyi ve kötüyü ayırt edebilen ve nefsinin isteklerine karşı koyabilen bir irâdeye sahip olmasıdır. Ayrıca bu makamda nefis; cömertlik, tevâzû, kanaat, ilim, tevbe ve sabır gibi vasıflara sahip olur.<sup>464</sup>

Bu özelliklere sahip nefis zühd makamındadır. Bu evrede kişi, şehvî istek ve arzularının farkında olup onları bastırmak yerine onları ıslah etmek ve etkisiz hale getirmekle görevlidir.<sup>465</sup> Zühd, Allah’a yönelenlerin, sadece O’nun rızasını talep edenlerin ve tevekkül erbabının ilk basamağıdır. Zühdü sağlam olmayanın sonraki basamaklarının sağlam olmayacağı ifade edilmiştir.<sup>466</sup>

Bu mertebede Allah Teâlâ, veli kuluna kerâmetler bahsedebilir. Ancak bu kerâmetler, sâlikin gelişiminin önünde perde olabilmektedir. Zira aslolan kerâmet değil istikâmet olduğu halde, sâlik kerametlere fazlaca ilgi ve istek duyabilmektedir. Sofyalı Bâlî Efendi, sâlikin bu tutumunu, hayız haline benzetmektedir. Hayız halinin, kadınları ibadet etmekten alıkoyduğu gibi, kerâmete iltifat etmenin de sâliki, yüksek mertebelere erişmekten alıkoyduğunu ifade etmektedir.

<sup>462</sup> Yılmaz, *Ana Hatlarıyla Tasavvuf ve Tarikatlar*, 235.

<sup>463</sup> Ayân-ı sâbite “ayn-ı sâbite” nin çoğul şeklidir. Ayn kelimesi hâkikat ve zât manalarını, sâbit kelimesi ise bir şeyin zihindeki bilgisini ifade eder. Herşey vücuda gelirken, âyân-ı sâbite ve vücut, giysi gibi “ayn”a giydirilir ve ‘adem’ iken vücut ve varlık kazanmış olur. Başka bir ifade ile Hakk’ın varlıkları vücuda getirmesinde, önce ilmi sonra fiili gelmektedir. Tıpkı ressamın resmini levha üzerinde yapmaya başlamadan önce tasavvur etmesi gibidir. (Muhyiddin İbnu’l-Arabî, *Fususul-Hikem Tercüme ve Şerhi*, Trc. ve Şerh: Ahmed Avni Konuk, Hazırlayanlar: Mustafa Tahralı, Selçuk Eraydın, 5. Baskı, (İstanbul: Marmara Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Vakfı Yayınları, 2013), 3: 26-29.)

<sup>464</sup> Sofyalı Bâlî Efendi, *7 Makam 7 Nefs*, 45 ve 126.

<sup>465</sup> Sayar, *Sûfî Psikolojisi*, 32.

<sup>466</sup> Tûsî, *el-Lüma*, 45.



Ruh makamındaki nefs-i mülhimenin seyri “seyr-i ala’llah”tır. Seyr-i ala’llahta sâlik, cennet sevdası ve cehennem korkusu gibi çıkarlardan kurtularak, sadece Allah’ın rızasını gaye edinerek yol alır. Allah Teâlâ ancak isimleri ve sıfatları ile bilineceğinden sâlik, bu mertebede Allah’ın isimlerini ve sıfatlarını müşâhede eder.<sup>467</sup> Bu mertebenin zikri de “ism-i Hû”dur.<sup>468</sup>

Psikanalizciler, Batılı Psikoterapistler ve Batılı Psikologlar, olgunluğun ötesinde bir evre olmadığını savunmaktadır. Oysa sûfînin kişilik gelişim yolculuğu devam etmekte ve uğrayacağı dört gelişim safhası daha bulunmaktadır. Bunlar fakr, sabır, tevekkül ve rızadır.<sup>469</sup>

#### **2.3.1.4.Nefs-i Mutmainne/Sır Makamı**

Batılı araştırmacıların gelişimi sonlandırdıkları için anlayamadıkları mertebeler, nefs-i mutmainnedan itibaren başlar. Onların gelişimi sonlandırdıkları noktada, tasavvufun asıl gelişim evreleri başlamaktadır. Zira daha önceki evrelerde insan nefesine hükmedememekte ve onun etkisi altında kalmaktaydı. Bu mertebeden itibaren ise nefis, insanın iradesi yönünde hareket etmeye başlamaktadır. İlmi ledünün mazharı olan sır makamında sâlik, harfsiz, sessiz ve lisansız olarak “irci’i” “bana dön!” hitabına muhatap olmaktadır.<sup>470</sup> Allah ile huzuru bulmuş olan bu nefis, olumsuz sıfatlardan kurtulup güzel ahlâkla donanmış, dünya sevgisini kalbinden çıkarmış, böylece “irciî” (Rabbine Dön!) emrine muhatap olarak muhabbet, sekinet ve yakîne mazhar olmuştur.<sup>471</sup>

Nefs-i mutmainnenin eşlik ettiği makam fakr makamıdır. İnsan hayatı boyunca bir şeylere sahip olmak için uğraş verir, makam, mal, mülk edinmek için nefesine zulmederken; nefs-i mutmainneye ulaşan kişi ise, tüm bu dünyevî hırslardan ve onlara ait sevgiden, içsel çatışmalarından kurtulmuş ve huzura kavuşmuştur.<sup>472</sup>

Fakr, elinde ve gönlünde dünya malı bulundurmamak, sadece Allah’a muhtaç olduğunu idrak etmek ve başkalarına el açmamaktır. Fakr mertebesindeki nefsin, Allah’a güveni sonsuzdur ve kalbinde dünyalık endişe taşımaz.<sup>473</sup> Fakr, insana, ne kadar zengin olsa da

<sup>467</sup> Sofyalı Bâli Efendi, *7 Makam 7 Nefs*, 45, 48 ve 126

<sup>468</sup> Yılmaz, *Ana Hatlarıyla Tasavvuf ve Tarikatlar*, 235

<sup>469</sup> Sayar, *Sûfî Psikolojisi*, 33

<sup>470</sup> Sofyalı Bâli Efendi, *7 Makam 7 Nefs*, 55.

<sup>471</sup> Eşrefoğlu Rûmî, *Müzekkin Nüfus*, 34-38.

<sup>472</sup> Sayar, *Sûfî Psikolojisi*, 35

<sup>473</sup> Kuşeyri, *er-Risâle*, 518

sahip olduklarının gerçek sahibinin Allah olduğunu hatırlatan, insanın kalbinden mal sevgisini silip götürülen ve alan el değil veren el olmasını öğreten bir makamdır. Fakr makamının tecelli ettiği bu nefis mertebesinde kişinin malı cebindedir ve Allah yolunda sarf edilmeye hazırdır. Cepte olan bu malın, kalpte hiçbir yeri yoktur. Böylece fakr makamı, kişiyi dünya malına tamâh etmekten kurtararak ruhunu özgürleştirir. Psikolojik açıdan bu konunun aksi ele alındığında; sürekli istemek, sahip olma hırsı, biriktirmek ve kaybetme korkusu psikopatolojik bir vaka olarak kabul edilmektedir.<sup>474</sup> Her istediğini elde etmeye çalışırken özgür olduğunu düşünen insan, nefsinin kölesi olduğunu ve onun hevâsı peşinde ruhunu bunalıma sürüklediğini fark edememektedir. Tasavvufun gayesi de insanın içine düştüğü bu hastalıklı hali idrak edebilmesini sağlamaktır.

Bu nefis de diğer nefis mertebeleri gibi ismini Kur'an'dan almıştır: “*Ey itmi'nana ermiş itaatkâr nefis!*” (el-Fecr 89/27). Bu makamın seyri “seyr-i maa'llah”tır. Bu mertebede sâlik henüz ikilikten kurtulamadığı için gerçek manada fenâ halini yakalayamamıştır. Ancak “Her nerede olursanız olun, Allah sizinle beraberdir” ayetindeki müjdeyi hissetmeye mazhar olmuştur.<sup>475</sup> Nefs-i mutmainnenin zikri “ism-i Hakk”tır; Bu makamdaki nefis “Ayne'l-yakîn” makamındadır.<sup>476</sup>

### **2.3.1.5.Nefs-i Raziyye/Hafî Makamı**

Hafî makamı, Allah'ın irade sıfatının mazharıdır. Kur'an'daki “*Dön Rabb'ına, sen O'ndan razı olarak*” (Fecr 89/28) ayeti bu makamın nefsi olan nefis-i raziyyeye işaret etmektedir. Bu makamda seyir “seyr-i fillah”tır. Seyr-i fillah, sâlikin, isimler, sıfatlar ve ikiliklerden kurularak, ilâhî zatın tecellilerine tecelligâh olmasıdır. Bu sebeple bu makamın tavrı fenâ fillahtır. Sâlikin, bütün varlığını Allah'ta yok etmesi olan fenâ fillaha, aynı zamanda cem makamı da denir.<sup>477</sup> Kısaca, beşerî sıfatların kötülüğünden sıyrılıp Allah'ın ahlâkıyla ahlâklanmış nefistir. Kendisi ve başkaları hakkındaki kaza hükümlerine sabreder, tereddüt etmeksizin teslimiyet ve rıza gösterir. Bu sebeple, bu nefis sabır makamındadır. Bir önceki makam olan fakr, nefsi, sabır makamına hazırlamıştır; ancak sabır diğer makamlardan daha zordur.<sup>478</sup> Cüneyd-i Bağdadi'nin

<sup>474</sup> Sayar, *Sûfî Psikolojisi*, 35

<sup>475</sup> Sofyalı Bâlî Efendi, *7 Makam 7 Nefs*, 55

<sup>476</sup> Yılmaz, *Ana Hatlarıyla Tasavvuf ve Tarikatlar*, 236

<sup>477</sup> Sofyalı Bâlî Efendi, *7 Makam 7 Nefs*, 63

<sup>478</sup> Sayar, *Sûfî Psikolojisi*, 36

dediği gibi “*Sabır, yüzünü ekşitmeden acıyı yudumlamaktır*”.<sup>479</sup> Bu zorlu yolda, nefse “ism-i Hayy” zikri destektir.<sup>480</sup> Zira hayrı da şerri de yaratanın Allah olduğunu zikreden sâlik, başına gelenlerin Allah’tan olduğunu bilerek, onları sabırla karşılayacaktır.

### 2.3.1.6.Nefs-i Merziyye/Kürsî Makamı

Kürsî makamı, kudret sıfatının mazharıdır. Bu makamda sâlikin seyri “seyr-i ani’llah”tır. Sâlik, cem makamından fark makamına ve sekr yani manevi sarhoşluktan sahv yani ayıklık haline geçmiştir. Başka bir ifadeyle bu mertebede sâlik, Hakk’tan yine halka dönmüştür. Sâlik, bu mertebede halk içinde Hakk ile beraber olma derecesine ulaşmıştır. Böylece irşâd için vazifelendirilme şerefine nâil olan sâlik, insânî hilâfet makamına yükselmiştir.<sup>481</sup>

Nefs-i merziyye mertebesine gelene kadar nefis, tevbe ve istiğfar ile arınmış; zühd, verâ, takva ile terbiye altına alınmış ve böylece Allah’ın emirleri karşısında boyun eğmiştir. Kötü sıfatlarından arınan nefis, ruh ile bir bütün olarak kalbe yerleşmiştir. Böylece nefis-ruh çekişmesi bitmiş ve gerçek iç huzur yakalanmıştır.<sup>482</sup> Bu makamda rıza karşılıklıdır ki; artık kul Allah’tan, Allah’ta kuldun razıdır. Yukarıdaki ayetin devamında gelen “*Rabb’in da senden razı olarak*” hükmü gerçekleşmektedir.<sup>483</sup>

Nefis, bu mertebede çok az sûfinin erişebildiği tevekkül makamına yükselmiştir<sup>484</sup>. Tevekkülün başlangıcının her mü’minin erişebileceği bir sıfattır; ortası ise teslim sonu da tefviz yani işi Allah’a havâle etmektir.<sup>485</sup> Zira her mü’min kul, elinden gelen gayreti gösterdikten sonra, yapacak bir şeyi kalmadığı andan itibaren Rabbine güvenmektedir. Ancak işin sonu çalışıp çabaladığının lehine gitmediğinde, Allah’tan gelene rıza gösteremeyebilmektedir. Bu bağlamda hakikî tevekkül ehli olabilmek zor görülmüştür. Ebu Bekir Zekkak, “*Tevekkül, hayatı bir güne indirip yarın endişesinden kurtulmaktır.*”<sup>486</sup> diyerek tevekkülün hayata yansıtılmasının zorluğuna işaret etmiştir.

<sup>479</sup> Kuşeyrî, *er-Risâle*, 377

<sup>480</sup> Yılmaz, *Ana Hatlarıyla Tasavvuf ve Tarikatlar*, 236

<sup>481</sup> Sofyalı Bâli Efendi, *7 Makam 7 Nefs*, 69

<sup>482</sup> Kayıklık, *Tasavvuf Psikolojisi*, 106

<sup>483</sup> Yılmaz, *Ana Hatlarıyla Tasavvuf ve Tarikatlar*, 236

<sup>484</sup> Sayar, *Sûfî Psikolojisi*, 36

<sup>485</sup> Eraydın, *Tasavvuf ve Tarikatlar*, 167

<sup>486</sup> Tûsî, *el-Lüma*, 51

Tevekkülün zorluğu insanın nefsinden kaynaklandığı gibi mizacıyla da ilgilidir. Her insanın, duygusal özellikleri çerçevesinde Allah'a bağlılığının derecesi değişmektedir. İnsanların mizacındaki farklılıklardan hareketle tevekkül üç grupta değerlendirilmiştir.

1. Kulun, vekiline olan güveni gibi Allah'a güvenmesi,
2. Kulun, annesinden başka kimseyi tanımayan çocuğun samimiyeti gibi Allah'a bağlanması,
3. Kulun, gassal elinde meyyit gibi Allah'a teslim olmasıdır.<sup>487</sup>

Allah'tan gelene rıza gösteren ve Allah'ın da kendisinden razı olduğu kula Hakka'l-yakîn makamı açılmaktadır. Bu makamda olan nefs-i merziyyenin zikri, tevekkülü idrak edebilmek mahiyetinde, "ism-i Kayyum" zikridir.<sup>488</sup>

### **2.3.1.7.Nefs-i Kâmile-Sâfiye/ Mutlak Hafî ve Sırrı Hafî Makamı**

Sâlik, nefs-i merziyye mertebesinde istikrar sağladığında nefs-i kâmileye ulaşır. Bu nefis mertebesi, mutlak hafî ve sırrı hafî makamı olarak ifade edilmektedir. Bu makamda kulun Allah'a yakınlığını ifade eden "ev edna" sırrı ortaya çıkmaktadır. Bu yakınlığın eseri olarak sâlik Allah'ın ahlâkıyla ahlâklanmaktadır. Bu fenâ halini ifade eden seyir de "seyr-i billah"tır.<sup>489</sup>

Tasavvufî ıstılahta kemâl, nefsanî vasıf ve sıfatlardan arınmak anlamına gelmektedir. Nefsin, nefs-i emmârenin kötülüğü emrediciliğinden, nefs-i levvâmenin kendisini kınayıp aşağılamasından kurtulmuştur. Artık benlik ve nefsin arzuları yok olmuştur. Sadece Hakk'ın var olduğu bu seviyede, en ufak bir ego kırıntısından dahi söz edilememektedir.<sup>490</sup> Bu mertebede kul, ma'rifet sıfatlarını kazanarak irşâd mertebesine erişir. Ancak bu kazanç kulun kendi çabasından ziyade Allah'ın dilemesiyle olmaktadır. Başka bir ifadeyle bu makam, kesbî değil vehbîdir.<sup>491</sup>

<sup>487</sup> İbn Arabî, *Futûhat-ı Mekkiyye, Nefs Teriyesinin Esasları*, Trc: Ekrem Demirli, 4. Baskı (İstanbul: Litera Yayınları, İstanbul, 2017), 161; Yılmaz, *Ana Hatlarıyla Tasavvuf ve Tarikatlar*, 173.

<sup>488</sup> Yılmaz, *Ana Hatlarıyla Tasavvuf ve Tarikatlar*, 236

<sup>489</sup> Sofyalı Bâlî Efendi, *7 Makam 7 Nefs*, 80.

<sup>490</sup> Kayıklık, *Tasavvuf Psikolojisi*, 106

<sup>491</sup> Yılmaz, *Ana Hatlarıyla Tasavvuf ve Tarikatlar*, 236

Rıza, makamların ve nefis mertebelerinin sonuncusu olan nefis-i kâmilinin de ulaştığı makamdır. Kemâle eren nefis artık rıza makamına ulaşmıştır.<sup>492</sup> Zunnûn-i Mısırî, kâmil nefsin sahip olması gereken rıza esaslı kişiliği üç boyutta değerlendirmiştir:

1. İlahî kaza gerçekleşmeden önce, nasıl olması gerektiği hakkındaki tercihi terketmek,
2. İlahî kaza gerçekleştiğinde yüzü ekşitmemek,
3. Musibet içindeyken dahi kalbin ilahî muhabbetle dolup taşmasıdır.<sup>493</sup>

Nefis-i kâmile mertebesine ulaşan salike, insan-ı kâmil denmektedir. Psikolog Kemâl Sayar insan-ı kâmilin şahsiyetini şu psikolojik özelliklerle ele almıştır:

1. Korku, tamahkârlık ve agresif dürtülerden uzaklaşmıştır.
2. (Nefs ve ruh) İkileminden arınmış, varoluşsal birliğe kavuşmuştur(fenâ ve bekâ).  
Kötü özelliklerden fenâ bulup, Allah'ın razı olacağı güzel ahlâkla bekâ bulmuştur.
3. Dünyevî benlikten, geçmiş ve gelecek endişelerinden kurtulmuştur.
4. Şahsiyet gelişiminin yedi evresini de yaşayarak tecrübe etmiştir.
5. İnsan ile tabiatın ekolojik düzeni arasındaki denge ve uyumu keşfetmiştir.
6. Ruhsal ve mânevi halleri yoğun olarak hissetmekte ve aşkın gerçekliğini tatmaktadır.
7. Geçmiş ve gelecek bağlarından kurtularak, “an” ile tam olarak bütünleşmektedir.<sup>494</sup>

Bu özelliklerin tümünü taşıyarak kemâle erişmiş insan, sûfiler nazarında üstün kişiliğe sahip, rol model, ideal insandır. Nefsini terbiye etmek ve şahsiyetini olgunlaştırmak isteyen sûfiler, insan-ı kâmilin tecrübelerinden istifade etmek için ona başvururlardır. Sadece bireysel olarak gelişmeyi gaye edinmeyen bu kâmil insanlar, edindiği tecrübelerle, nefisini zulmetten kurtarmak isteyen insanlara ışık tutmaktadırlar.

### 2.3.2. Nefsin Hastalıkları

Nefsin gizli veya âyân birçok hastalığı bulunmaktadır. Nefsin terbiyesinin sağlandığı zannedildiğinde dahi farklı tuzaklarla, insanın gelişimini olumsuz yönde etkileyebilmektedir. Bu yönüyle nefis, ateşe benzetilerek, bir yerde sönmeye yüz tuttuğunda, başka bir yerde yeniden alevlendiği ifade edilmiştir.<sup>495</sup> Örneğin; kulluk görevlerini yerine getirmeyen bir nefis, buna zorlandığında ve itaat sağlandığında, nefis, ucbla kendisini gösterebilmektedir. Ya da nefsin kibir hastalığı tedavi edildiği

<sup>492</sup> Tûsî, *el-Lüma*, 53

<sup>493</sup> Kuşeyri, *er-Risâle*, 395

<sup>494</sup> Sayar, *Sûfî Psikolojisi*, 37-38

<sup>495</sup> Frager, *Kalp, Nefs ve Ruh*, 99

zannedilirken, nefis, tevâzû maskesi takarak kendisini riyâ ile ortaya çıkarabilmektedir. Bu konuyu yaşadığı tecrübelerle anlatan Mustafa Merter, insanın geliştirmeye çalıştığı kişiliğinin yanında, fark edilmesi güç, alt kişiliklerin oluştuğunu ifade etmektedir. Hayır, hasenât yapmaya yöneldiğinde, etrafa karşı *yardım meleği* alt kişiliğinin oluştuğunu ve bu durumun, nefsinin bir balon gibi şişirdiğini anlatmaktadır.<sup>496</sup> Nefsin bu durumu, fark edilmesi güç bir durum olmakla beraber kişilik gelişimini de engelleyen bir unsurdur.

Nefsin, gizli ve âyân birçok hastalığı bulunmakla beraber, biz bunlardan; gaflet, ucb, kibir, riya, haset, gazab, incinme gibi belli başlı temel problemleri ele alacağız.

### 2.3.2.1. Gaflet

Gaflet, sözlükte “dalgınlık, dikkatsizlik”<sup>497</sup> anlamına gelirken tasavvuf istilahında daha da genişletilerek basit bir dikkatsizlikten ziyâde “bir şeyin önemini idrak edememek, zamanı boşa geçirmek, nefsin hevâsına uymak gibi hallerden dolayı insanda ârız olan yanlıgı halini” ifade etmektedir.<sup>498</sup> Tanımda yer alan, “bir şeyin önemini idrak edememek” tasavvufta, insanın yaratılış gayesini idrak edememesini ve Allah’ı tanıyamamasını ifade etmektedir. Allah’ı ve yaratılış gayesini idrak edememek de zamanı “boşa geçirmek, nefsin hevâsına uymak” gibi sorunları beraberinde getirir. Muhâsibî, Allah’tan gafil olma halinin kâfir ve âsilerde olduğu gibi Müslüman ve âbidlerde de olabileceğini söylemiştir. Ona göre kafirlerin gafleti, nefis ve şeytana uyarak dünyayı ahirete tercih etmeleridir. Onların bu gafletine sebep olan da Allah’ın onlara yeryüzünde vermiş olduğu nimetlerdir. Bu nimetlerle Allah’ın onları diğer insanlardan üstün tuttuğunu ve ahirette azaba uğratmayacağını zannederler.<sup>499</sup>

Müslümanların ve âbidlerin gafleti ise, az amel ve ilmine güvenip Allah’tan korkmamasıdır. Allah’ın recâsı, keremi ve rahmetine güvenerek nefislerini hoş tutarlar, günaha girmekten korkmazlar. Allah’ın emirlerine karşı geldiği halde bunu recâ yani ümit duygusuyla bastırıp, Allah’ın affediciliğine güvenerek gönül rahatlığıyla O’na karşı gelebilirler. Bu yanlıgı recâ duygusuna kapılıp, Allah’ın kendilerine azap etmeyeceğinden emin bir şekilde, günahlarından ne pişmanlık duyarlar ne de istiğfar

<sup>496</sup> Merter, *Dokuz Yüz Katlı İnsan*, 105.

<sup>497</sup> İbn Manzur, *Lisânü'l-Arab*, 11: 497.

<sup>498</sup> Süleyman Uludağ, “Gaflet”, *DİA*, (Ankara: TDV Yayınları, 1996), 13: 283; Uludağ, *Tasavvuf Terimleri Sözlüğü*, 141.

<sup>499</sup> Muhâsibî, *er-Riâye*, 507-511.

edip gözyaşı dökerler. Muhâsibî'ye göre bu recâ değil gaflettir. Sâid b. Cubeyr bu konuda “Allah'tan gafil olmak; O'nun emirlerinden çıktığın halde, O'nun mağfiretini ummandır.” diyerek, ümit ile aldanma arasındaki farka işaret etmiştir.<sup>500</sup>

Hız. Mevlânâ, gafletin her zaman hürmetsizlikten ve küstahlıktan meydana geldiğini söylemiştir. Ona göre, Hakk'ı her şeyden üstün tuttuğunu iddia eden insan gaflete düşmemelidir; düşebiliyorsa demek ki, Hakk'ı her şeyden üstün görme kemâline erişememiştir. Hız. Mevlânâ, insanı içinde bulunduğu gaflet uykusundan uyandırmanın yolunu, hürmet ve tazim duygularının artırılmasında görmektedir. Ona göre gaflet, hürmet ve saygı ateşiyle yanar gider. Allah'ın heybetini, büyüklüğünü düşünmenin insanın kalbine uyanıklık vereceğini ifade etmiş ve şöyle bir benzetme yapmıştır: “Yağma zamanı halkın uykusu kaçır. Kimse hırkamı çalmasın diye uyumaz. Hırkayı çaldırmak korkusu ile insanın uykusu kaçarsa, ya can korkusu varken, gaflet uykusu gelebilir mi?”<sup>501</sup> Hız. Mevlânâ “can korkusu varken gaflet uykusu gelir mi” diyerek insanın ölümlü olduğuna ve zamanının gaflet içinde boşa geçirilmeyecek kadar kıymetli olduğuna işaret etmiştir.

### 2.3.2.2.Ucb

Kelime anlamı olarak “kendini beğenme, böbürlenme, övünme, kibir” anlamına gelen ucb, “bir kimsenin sahip olmadığı bir mertebeyi kendisine atfetmesi” olarak tanımlanır.<sup>502</sup> Tasavvuf istilâhında ise, kişinin sahip olduğu ilim, amel, mahâret, makam, mal, mülk, güzellik gibi nimetleri, kendisine verenin Allah olduğunu ve bu özelliklerin bir gün toprak olacağını unutarak, sahip olduklarını kendinden bilmesi ve gaflete düşmesi anlamına gelir. Özellikle melâmî meşreb sahipleri, riyâ ve ucbu, ruhî yükselmenin ve mânevî gelişimin önünde en büyük engel olarak görmektedir.<sup>503</sup> Muhâsibî, bu ümmetin sonunun böbürlenme ile geleceğini ifade ederek, ucun tehlikesine dikkat çekmiştir. Sûflere göre böbürlenmiş kişide şu özellikler görülmekte ve bu özellikler sebebiyle Allah'ın böbürlenmiş şeytanı huzurundan kovduğu gibi, böbürlenmiş insanı da nefsiyle baş başa bıraktığı düşünülür:

- Günahlarının çoğunu ya idrak edemez ya hemen unuttur ya da küçük görür.

<sup>500</sup> Muhâsibî, *er-Riâye*, 512.

<sup>501</sup> Mevlânâ, *Mesnevi*, 5: 4096, 4100

<sup>502</sup> Mustafa Çağrııcı, “Ucb”, *DİA*, (Ankara: TDV Yayınları, 2012), 42: 36

<sup>503</sup> Uludağ, *Tasavvuf Terimleri Sözlüğü*, 363.

- Kendini halktan üstün görür.
- Kendi fikrini beğenir.
- Söz dinlemez, nasihate kulak asmaz, eleştiriyi kabul etmez.
- Amelini çok görür.
- Herkesi câhil, kendisini âlim görür.
- Amel ve ilmiyle Allah'a ihsanda bulunduğunu zanneder ve Allah hakkında gaflete düşer.
- Zalim ve fasıklardan olsa dahi kendisini iyilerden kabul eder.
- Allah'ın kendisine olan nimetlerini unuttur ve şükretmez.
- Sahip olduklarını nefisinden bilir. “Ben yaptım, ben başardım” gibi bencil ifadelerle nefisini över. Rabbinin ihsanını unuttur.
- Halka yaptığı iyiliği başa kakar.
- Allah'ın ona verdiği mal, mülk, evlat, soyla övünür.<sup>504</sup>

Ahlâk kitaplarında ucb, modern psikolojinin narsizm kavramına yakın bir anlamda, psikolojik boyutuyla ele alınmıştır. Örneğin: Ebû Bekir Razî ve Râgıb el-İsfehânî, ucbun kendini sevmekten kaynaklandığını söylemektedir. Râzî'ye göre insanın iyi özelliklerini abartıp ön plana çıkarması ve hatalarını görmezden gelmesi, onu ucba sürüklemektedir. Ona göre ucbdan kurtulmayı engelleyen en tehlikeli unsur, onu besleyen sebeplerin önemsenmemesidir.<sup>505</sup> İbn Hazm, ucb sahibinin, insanın kendi kusurlarını idrak edemeyecek kadar kıt akıllı ve câhil olduğunu ifade etmiştir. Şayet kusursuz olduğunu iddia ediyorsa, kusursuz hiçbir insan olmayacağına göre, o halde bu tavrı enâniyet sahibi/narsist olduğunu göstermektedir. Ona göre cahil ve ahmak kişi, kendi kusurlarının farkına varamayandır.<sup>506</sup>

Tasavvufî eğitimde, her şey zıttıyla tedavi edilmektedir. Bu bağlamda, ucb hastalığının ilacı, ona sebep olan cehâleti ilimle yok etmektir. Cehâletten kaynaklanan ucb; soyla, mal-mülkle, evlat çokluğuyla, dış görünüşle, güzellikle, güçle övünmektir. İmam Gazâlî, bu yolla ortaya çıkan böbürlenmenin, insanın sahip olduklarının Allah'ın lütfu olduğunu ve bunların üzerinde kendisinin herhangi bir tercihinin olmadığını bilmesiyle

<sup>504</sup> Muhâsibî, *er-Riâye*, 431-434; Gazâlî, *İhyâ*, 6: 524-52

<sup>505</sup> Çağrı, “Ucb”, *DİA*, 36

<sup>506</sup> İbn Hazm, *Ahlâk ve Davranış Tarzları, Nefisteki Ahlâkî Hastalıkların Tedavisi*, Çeviren: Mustafa Çağrı, 2. Baskı (Ankara: Türkiye Diyanet Vakfı Yayınları, 2015), 84



ve verdiklerinden dolayı Allah'a şükretmesiyle tedavi edileceğini söylemiştir.<sup>507</sup> Zira Allah'ın verdiği de vermediği de birer imtihan kabul edilir. Ayrıca insan, sahip olduğu (mal, makam, evlat, güzellik gibi) şeyleri düşündüğünde, bunları kaybetmesinin de kolay olduğunu fark edecektir. Sahip olduklarını kaybetme düşüncesi insanı korkutabilmektedir. Ancak sahip olduklarının Allah'ın ona bahsettiği birer lütuf olduğunu ve verdiği gibi almaya da muktedir olduğunu idrak ettiğinde, hem ucbdan hem de sahip olduklarını kaybetme korkusundan kurtulacağı ifade edilmiştir. Bunun dışında cehâletin sebep olduğu böbürlenme, hatalı görüşü savunup en doğru kendisinin olduğunu iddia etmekle de ortaya çıkmaktadır. Yine bu hastalığı tedavi edecek olan da ilimdir.<sup>508</sup> Zira sûfîler insanın, ilmin deryasına daldığında, bildiklerinin deryada sadece katre olduğunu, daha öğrenmesi gereken nice bilgiler olduğunu fark edip üstünlük taslamaktan çekinir hale geleceğini ifade etmişlerdir:

*Ben irfanım deyüp her yerde kendin atma meydana*

*El elden belki üstündür ne lâzım uyma şeytana*

*Yakîn olmak dilersin hazreti hallak-ı ekvâna*

*Cihanda tatlı dilli olması lazımdır insana<sup>509</sup>*

Sûfîler, her insanın, kendisinden üstün bir yönünün olabileceğini düşünerek, insanlardaki kusurları görmek yerine onların müspet yönlerini fark etmeye gayret ederler. Bununla birlikte başkalarının hatalarını hoş gören sâlik, kendi nefsinin kusurlarını görmeye başlamaktadır. Böylece nefsinin hastalıklarını tedavi etmeye odaklanır.<sup>510</sup>

### **2.3.2.3.Kibir**

Kibir, “kişinin kendinde olmayan bir üstünlüğü varmış gibi göstererek kendini üstün görmesi<sup>511</sup> ve bu duygusuyla başkalarına karşı aşağılayıcı davranışlarda bulunması” demektir.<sup>512</sup> Nefsin, insanı sürüklediği kötü hallerden birisi de kendisini beğenmesidir.

---

<sup>507</sup> Gazâlî, *İhyâ*, 6: 532

<sup>508</sup> Gazâlî, *İhyâ*, 6: 532

<sup>509</sup> Hâce Muhammed Lütfî, *Hulâsatü'l-Hakâyık ve Mektûbât-ı Hâce Muhammed Lütfî*, 474

<sup>510</sup> Muhâsibi, *er-Riâye*, 423

<sup>511</sup> İbn Manzûr, *Lisânü'l-Arab*, 5: 3810.

<sup>512</sup> Mustafa Çağrırcı, “Kibir”, *DİA*, (Ankara: TDV Yayınları 2002), 25: 562

Kuşeyrî, bu durumun gizli şirke yol açtığını ve tedavisinin çok zor olduğunu ifade etmektedir.<sup>513</sup> Zira mutasavvıflara göre kibir, nefsin alt mertebelerinde açıkça kendisini gösterirken, diğer mertebelerde tevâzû ile kendisini süslemek suretiyle varlığını devam ettirebilmektedir.

Muhâsibi ve Gazâlî'ye göre ucb ve kibir yakın kavramlar olmakla beraber aralarında fark vardır. Ucb, insanı kibre götüren bir afettir.<sup>514</sup> Örneğin: ilmiyle böbürlenmiş bir âlim, bu tavrından vazgeçmediğinde kibre düşmektedir. İlmiyle kibre düşen kimsenin ahlâkı zafiyetleri şöyle sıralanmıştır: Kendisinden daha aşağıda olanları hakîr görür, onları yanından azarlayarak kovar, onları hizmetinde kullanır, öğrettiklerini başa kakar, insanların onun önünde saygıyla eğilmesini bekler, her zaman başkalarının ona selam vermesini ve onu ziyaret etmesini bekler. O ise insanlara gitmez, selam vermez, insanlara öğüt verirken ya da hatalarında uyarırken sert ve öfkelidir, ona nasihat edecek olsalar sinirlenir, eleştiriye tahammül edemez. Bütün bunlar o âlimin gerçekte Allah katında câhil olduğunu göstermektedir. Zira “Kimin ilmi artarsa Allah korkusu da artar” denilmiştir. Allah'tan korkan insan, şeytanın vasfı olan tekebbürlüğe bulaşmaktan ve Allah'ın huzurundan (O'nun katındaki yakınlığı ve sevgisinden) kovulmaktan korkar. Şayet insanın, ilim öğrenmekteki maksadı dünyalık ise ilimle kibri artar<sup>515</sup>; aksine “oku” emrine mukâbil ilimle meşgul oluyorsa, ilmiyle sorumluluğunun artacağını bildiğinden Allah'tan korkmaya başlar. Böylece kalbindeki Allah korkusuyla insanlara karşı kibirlenmekten, onlara karşı sert konuşmaktan, öğrettiklerini başa kakmaktan hayâ eder. Gazâlî gibi büyük bir âlimin, nefsini kırmak, kibir, riya ve ucbtan kurtulmak için, Şam Emevî Camiinde inzivâ ve itikâfa çekildiği zaman, caminin avlusunu, şadırvanını ve tuvaletlerini temizlediği nakledilmektedir.<sup>516</sup>

Kibir, sadece etrafa zararı olan bir afet değildir; aynı zamanda insanın gelişimi önünde büyük bir problem teşkil etmektedir. Nevzat Tarhan, kibirli insanda özgüven eksikliği olduğunu ve başkalarını eleştirerek kendisini rahatlattığını ifade etmektedir.<sup>517</sup> Mütekebbir, kendi kusurlarının ortaya çıkmaması için başkalarının kusurlarını ortaya dökmek istemektedir. Böylece etrafa, başkalarında olan kusurun kendisinde olmadığı izlenimini vererek kibrini daha da arttırmaktadır. Oysa mütekebbir, hatalarıyla

<sup>513</sup> Kuşeyri, *er-Risâle*, 233.

<sup>514</sup> Muhâsibî, *er-Riâye*, 432; Gazâlî, *İhyâ*, 6: 528.

<sup>515</sup> Muhâsibî, *er-Riâye*, 471-473.

<sup>516</sup> Gazâlî, *İhyâ*, 1: 64.

<sup>517</sup> Tarhan, *Mesnevî Terapi*, 182

yüzleşemeyecek kadar özgüven problemi yaşamakta ve itibarını kaybetmekten korkmaktadır.

#### 2.3.2.4.Riyâ

Sözlükte “gösteriş, ikiyüzlülük” anlamına gelen riyâ, “saygınlık ve şöhret kazanmak, dünyevî çıkarlar elde etmek gibi maksatlarla kendisinde üstün özellikler olduğuna başkalarını inandırmak”<sup>518</sup> olarak tanımlanmıştır. Tasavvuf literatüründe ise riyâ, Hakk rızası için yapılmayan ihlassız ve samimiyetsiz tüm iş ve ibadetleri kapsamaktadır.<sup>519</sup>

Muhâsibi, riyâyı, kişilik gelişimde en büyük engel olarak görmüştür. Ona göre, titizlikle başlanılsa dahi riyânın karıştığı her iş heba ve bâtıl olmaktadır.<sup>520</sup> Nitekim Hz. Peygamber, şu hadisiyle riyânın gizli şirk olduğuna işaret etmiştir: “*Ümmetim için gizli şirk ve şehvetten korku duyuyorum.*” dediğinde ashâb “*Sizden sonra hala gizli şirk olacak mı?*” diye sormuştur. Bunun üzerine “*Evet, ama güneşe, aya, taşta ve puta tapmak şeklinde olmayacak, insanlar ibadetlerini riyâ için yapacaklar*” cevabını vermiştir.<sup>521</sup>

Sâlik, nefisini terbiye etmek için, ilim ve ibadetle meşgul olduğunda nefis, bu durumdan hoşlanmamaktadır. Zira bu durumda dünyadaki zevkleri engellenmektedir. Ancak nefis, terbiye altına alınmış ve itaat ediyor gibi görünse de gizli gizli kendisine çıkış kapısı aramaktadır. Bu durumda olan nefis, kulu kendi hırslarına çekerken bunu hissettirmeden yapmaktadır. İnsan yaptığı işin Allah için olduğunu zannederken, nefis halka karşı gösteriş içinde olabilmektedir. Sûfiler, kulun amelinin zâyi olmaması için nefsin bu hilelerine karşı uyanık olunmasına dikkat çekmişlerdir. Kulun kendi niyetini iyice gözden geçirip, gerçekten Allah rızasını mı yoksa halkın övgüsünü mü talep ettiğini iyice ölçüp tartması gerektiğini ifade etmişlerdir.<sup>522</sup> Böylece niyetinin muhasebesini yaparak, doğru niyet üzere olmayı başarabilen sâlikin, riyâ yerine ihlas duygusunu kazanması hedeflenmektedir.

İnsanı riyaya sürükleyen üç şey vardır. Bunlar; övülmeyi sevmek, yerilmekten korkmak ve insanlara karşı beklenti içinde olmaktır. Riyânın tedavi yöntemi olarak: insanın,

<sup>518</sup> Mustafa Çağrı, “Riyâ”, *DİA*, (Ankara: TDV Yayınları 2008), 35: 137

<sup>519</sup> Uludağ, *Tasavvuf Terimleri Sözlüğü*, 297

<sup>520</sup> Muhâsibi, *er-Riâye*, 289

<sup>521</sup> Müsned, IV, 124

<sup>522</sup> Muhâsibi, *er-Riâye*, 290

riyâdan bu dünyada kazanacağı ve ahirette kaybedeceği ile ihlâsdan ahiretteki kazanacaklarını karşılaştırması tavsiye edilmiştir. Zira riyâ ile kazanılacak şey sadece bu dünyalık iken, ihlasla hem dünyalık hem de ahiretlik kazançlar elde edilir. Riyâkâr insan, dünyada insanların övgüsünü kazanmak ile birlikte Allah'ın rızasını kaybeder. İhlâslı insan ise, Allah'ın rızasını kazandığı gibi, insanlar tarafından da sevilir. Ayrıca tek gayesi rıza-i ilâhi olduğundan, insanların onu zemmetmesinden de korkmaz.<sup>523</sup> Böylece insanlara karşı beklenti içinde de olmaz.

Hz.Mevlânâ Mesnevî'de gösterişten uzak durma konusunda şöyle nasihat etmektedir:

*“Ey âvâma karşı da, havassa karşı da nağme ve terennümde bulunan! Benim gibi öl ki kurtulasın. Taneyi gizle, tamamı ile tuzak ol. Goncayı sakla damdaki ot ol. Kim güzelliğini mezâda çıkarırsa, başına yüzlerce bela gelir. Düşmanların kem gözleri, kin ve gayizları, hasetleri; kovadan boşanan su gibi başına boşalır. Düşmanlar kıskançlıklarından onu parça parça ederler; dostları da ihtiyaçları yüzünden, onun ömrünü heva ve hevesle zayi eder, geçirirler. Bahar zamanı, ekin ekmekten gafil kişi, bu zamanın kıymetini ne bilsin!”<sup>524</sup>*

Günümüz kişisel gelişimi insana, toplum içinde fark edilir ve dikkat çekici olması gerektiğini algılatırken, tasavvuf ise insanın, kendisini öne plana çıkarmak için çaba göstermemesini öğütlemektedir.

*Hakîr ol âlemî zâhirde manada sultan ol*

*Karınca'nın dahi halin gözet dehre Süleyman ol<sup>525</sup>*

### **2.3.2.5.Taklid**

Taklidle olduğundan farklı davranmak ve bilinçsizce yapılan, alışkanlık haline gelmiş davranışlar, imanın kemâle ermesine engel teşkil ettiği gibi kişiliğin de gelişmesine engel olmaktadır. Zirâ taklid, amaç ve şuur olmaksızın, bir fiili yapmış olmak için yapmayı gerektirir. Olmadığı gibi davranmak ve bulunmadığı mertebeden sözler sarfetmek taklid olduğu gibi böbürlenme ve gösterişi de beraberinde getirir. Nitekim tasavvuf literatüründe taklid “Hal ve makam ehlinin sözlerini söylediği halde onların

<sup>523</sup> Gazâlî, İhyâ, 6: 344-348

<sup>524</sup> Mevlânâ, *Mesnevî*, 1: 1835,

<sup>525</sup> Hâce Muhammed Lütfî, *Hulâsatü'l-Hakâyık ve Mektûbât-ı Hâce Muhammed Lütfî*, 474

ahlâkını taşımamak ve onlar gibi olgun olmadığı halde olgun gibi görünmeye çalışmak”<sup>526</sup> olarak tarif edilmiştir.

Tasavvufta öyle olmadığı halde öyleymiş gibi davranmak olan taklid kınanmaktadır. Ancak taklidin üst mertebesi olan “aynîleşme” kişiliğin geliştirilmesi adına tavsiye edilen bir durumdur. Tasavvufta tavsiye edilen ve “karakter transferi”<sup>527</sup> olarak tarif edilen bu hal, bilinçli ve kalıcı olarak, İslam büyüklerinin sergilediği İslam ahlâkına sahip olabilmenin gayretini ifade etmektedir.

### 2.3.2.6.Haset

Haset, sözlükte “çekememe” anlamına gelmektedir. Tasavvufî ahlakta kınanan haset, basit bir kıskançlıktan ziyâde “haset edilenin sahip olduğu maddi ve manevî özelliklerin tümünün yok olmasını hırsıyla arzulamak” anlamına gelir.<sup>528</sup>

Muhâsibî, hasedi, haram ve haram olmayan olmak üzere iki çeşit olarak ifade etmektedir. Ona göre, haram olmayan haset münâfesedir.<sup>529</sup> “Kendinden üstün olanın derecesini yakalama arzusu” olarak tanımladığı münâfese kavramına, gıpta anlamı yüklemiştir. Ona göre münâfese, bir kimsenin sahip olduğu dinî ve dünyevî özelliklerin, kendinde de olmasını istemek ve o kişide bu özellikler azalınca üzölmek demektir. Gıpta etmek olarak tanımlanan bu duyguyu hasedin çeşitlerinden sayan Muhâsibi, bu çeşitin haram olmadığını belirtmiştir. Haram olan hased ise, münâfese ettiği kişinin bulunduğu konumdan düşmesini, ondaki ihsan ve nimetlerin gitmesini istemektir.<sup>530</sup>

Kur’an-ı Kerim’de insana, haset ettiğinde hasetçinin şerrinden Allah’a sığınması<sup>531</sup> öğütlenmektedir. Çünkü haset, insanın bencil eğilimlerinden kaynaklanan ruh hastalığıdır. Ruh hasta olan insanın nefsi ruhuna galip gelmiş demektir. Nefsi azgınlaşan insan, kimsenin kendinden önde olmasını kaldıramadığından bunalıma girer, ruhuna eziyet eder. Böyle hasetçi insandan gerek temenni gerekse fiilî olarak her türlü

---

<sup>526</sup> Kubbealtı Lugatı, Kubbealtı Ademisi Kültür ve Sanat Vakfı (lugatim.com/ 14.08.2018)

<sup>527</sup> Rıfat Okudan, “İnsânî Bir İnsiyak Olarak Râbita”, *Tasavvuf, İlmi ve Akademik Araştırma Dergisi*, 4/10 (Ankara, 2003), 201

<sup>528</sup> İbn Manzur, *Lisânü'l-Arab*, 3: 148; Uludağ, *Tasavvuf Terimleri Sözlüğü*, 159.

<sup>529</sup> Münâfese, sözlükte birbirini çekememezlik, gizli düşmanlık anlamına gelmesine rağmen, Muhâsibi bu kelimeye farklı bir anlam yüklemiştir. Eserinde arapların bu kelimeyi haset olarak kullandığını da ayrıca belirtmiştir.

<sup>530</sup> Muhâsibî, *er-Riâye*, 549-552.

<sup>531</sup> Felak 113/5.

zarar gelebileceğinden dolayı, bu insanların şerrinden Allah'a sığınmanın gerektiği vurgulanmıştır.<sup>532</sup>

Haset edenin şerrinden Allah'a sığınmakla birlikte, insanlar haset ettiği için üzülmemek ya da misliyle mukabelede bulunarak insanlara karşı kin beslememek de önemli görülmüştür. İbn Hazm “*Şayet düşmanların yoksa sende hayır yok demektir. Düşmanı olmayanın durumundan daha aşağı bir durum yoktur. Çünkü bu durum, kendisine yüce Allah tarafından kiskanılmaya değer hiçbir nimet verilmeyen kimsenin durumunu göstermektedir.*”<sup>533</sup> diyerek, insanın kendisinde kiskanılacak güzelliklerin bulunduğu için Allah'a şükretmesine işaret etmektedir.

Psikolojik olarak ele alındığında, insanın bir başkasını kiskanmasının altında kendi halinden memnun olmama sebebi yatmaktadır. İnsanın başkasının elinde olanı çekememesi ve haset etmesini Hasan-ı Basrî şöyle değerlendirmiştir: “*Ey insanoğlu niçin kardeşini çekemiyorsun? Ona verilen onun hakkı ise Allah'ın verdiği için dolayı ona kızmaya ne hakkın var? Şayet dünyada sahip olduğu nimetler onun hakkı değilse, cehenneme girecek adamın nesine çekememezlik edersin?*” Kendisine sunulan nimetleri idrak edemeyen insan, başkalarının elinde olana haset ederek ruhuna eziyet etmektedir. Hem bu dünyasını hem ahiretini kararttığını âriflerden biri şöyle açıklamıştır: “*Haset iyileşmeyen bir yaradır. Zaten hasudun, dünyada kendisine verdiği bu sıkıntısı ve hasedi bakımından ahirette uğrayacağı azab, kendisine ceza olarak yeter.*”<sup>534</sup> İnsanın haset hastalığını tedavi etmesi için evvela şunu iyi idrak etmesi tavsiye edilmiştir: haset edilenden ziyâde haset edenin kalbi ve ruhu zarar görmektedir. İnsanın, kendisini, memnuniyetsizlik ve kıskançlık sebebiyle psikolojik rahatsızlıklara sürüklediğini fark etmelidir. Gazâlî, haset ettikçe haset edilenin nimetinin Allah tarafından arttırılacağını ve böylece haset edenin hastalığının daha da artacağını ifade etmiştir. O halde, insanın kendisine verdiği zararı fark etmesi, daha sonra da Allah'ın kendisine verdiği bütün nimetleri tefekkür ederek şükretmesi haseti tedavi edici unsurlardandır. Zira Allah'ın taksîlatına razı olmamak imanın zayıflığına işaret olduğu ifade edilmiştir. İmanî zayıflığın neticesinde ortaya çıkan haset, Hz. Peygamberin bildirdiği üzere “*haset, ateşin odunu yakıp yok etmesi gibi, sevapları yok eder*”. Haset hastalığı sebebiyle amellerinin zâyi olacağını bilmek, haset zehrinin panzehiri olarak insana yetmektedir.

<sup>532</sup> Karaman ve dğr., *Kur'an Yolu Türkçe Meâl ve Tefsir*, 5: 722.

<sup>533</sup> İbn Hazm, *Ahlâk ve Davranış Tarzları*, 205.

<sup>534</sup> Gazâlî, *İhyâ*, 5: 653.

Ayrıca haset duygusunun arzularına ters davranmak da tedavi yöntemi olarak önerilmiştir. Meselâ: hased sebebiyle nefsi ondan bir insanı zemmetmesini istiyorsa, onu övmeli, kibirlenmesini istiyorsa tevâzû göstermeli, gerekiyorsa o kişiden özür dilemeli, şayet vermemesini istiyorsa vermeye gayret etmelidir. İmam Gazâlî'ye göre bu suretle kişinin kalbindeki haset hastalığı yok olacağı gibi, karşısındaki insanın ona karşı kalbi yumuşayacak ve aralarında muhabbet hâsıl olacaktır.<sup>535</sup>

### 2.3.2.7. Gazap (Öfke)

Sözlükte “öfke duygusu” anlamına gelen gazab, acı veren kötü bir davranışın insan ruhunda uyandırdığı kızgınlık, intikam ve cezalandırma isteği anlamına gelen ahlâk terimidir. Klasik ahlâk kitaplarında gazab, ahlâkî olarak ele alınmanın yanı sıra psikik olarak da değerlendirilmiştir. Bu eserlerde gazab, “öfke ve intikam arzusu sebebiyle kan dolaşımının hızlanması, kanın beyne hücum etmesi” şeklinde fizyolojik etkisi göz önüne alınarak tanımlanmıştır.<sup>536</sup>

Gazâlî'ye göre, gazabın yeri kalptir. Manası da intikam hırsıyla kanın galeyana gelmesidir. Bu kuvvet galeyana gelince öncelikle tehlikeleri önlemeye çalışır; sonra da intikam almak için uğraşır. İntikam, gazabın gıdası ve zevki olarak görülmektedir. Gazablanan nefis, ancak intikam aldıktan sonra sükûnete ermektedir. Gazâlî'ye göre insanlar, fıtratları itibariyle gazab konusunda ifrat, tefrit ve îtidâl olmak üzere üç yol tutmaktadır. Tefrit, yani aşırı gerilik, insanın öfkelenmesi gerektiği yerde sessizliğini ifade ettiğinden İslam dininde hoş görülmeleyen bir durumdur. İmam Şafi, “*kızması gerektiği yerde kızmayan merkeptir*” demiştir. İtidâl üzere olan ise, arkadaşlık yoluyla geçen gazaptır. Bu öfke çeşidi, bir kişinin bir şeyi sevmediğinde ya da bir duruma öfkelenildiğinde etrafındakileri etkilemesini ifade etmektedir. Etkilediği insanlar da aklını kullanmaksızın, onun sevmediğini sevmez, onun öfkelendiğine öfkelenmektedir. İfrat üzere gazab ise, öfke ateşi hiddetlendiği zaman aklın onun dumanında kaybolmasını ifade eden, büyük bir öfke patlamasıdır. Bu şiddetli öfke anında, kişi öfkesinden aklını kullanamaz, sağlıklı düşünemez hale geldiğinden öfkesini kontrol edemez.

Gazab, kalbi de etkilemektedir. Öfke sonrasında kalpte, kin nefret, çekememezlik, kızdığı insanın felaketine sevinme gibi hasletler meydana gelir. Bununla beraber

<sup>535</sup> Gazâlî, *İhyâ*, 5: 644, 676 ve 683.

<sup>536</sup> Mustafa Çağrı, “Gazab”, *DİA*, (Ankara: TDV Yayınları 1996), 13: 436

gazabın ortaya çıkmasına sebep olan da yine kalpteki kötü düşüncelerdir. Bu bağlamda gazab sebebi olarak şu unsurlar kabul edilmiştir: kibir, ucb, kaba şaka, kusur aramak, husumet, haksızlık, şiddet ve hır İlk olarak bu sebeplerin zıtlarıyla izâle edilmesi önerilmektedir. Kibir, tevâzûyla; ucb, haddini bilmekle; şaka, insanların kalbini kırmamaya dikkat etmek ve çok şaka yapmaktan uzak durmakla tedavi edileceği ifade edilmiştir. Öfkenin ağır sonuçlar getirmesinin en önemli sebeplerinden biri de câhil insanların öfke ve şiddete; şecaat, erkeklik, izzet-i nefis olarak bakmalarıdır. Böyle insanlar öfkeleriyle ve insanları korkutup incitmeleriyle gurur duymaktadır.<sup>537</sup> Bunun tedavisi de yine ilimle mümkün görülmektedir. İnsanın, gazabın Allah ve rasûlünün hoşuna gitmeyen hallerden olduğunu bilmesi gerekmektedir. Zira Hz. Peygamber, “*Asıl güçlü ve yiğit kişinin güreşte rakibini yenen kimse değil, öfkelenildiğinde öfkesine sahip olandır*”<sup>538</sup> diyerek gerçek şeceâtin öfke kontrolü olduğuna dikkat çekmiştir.

Hz.Peygamber öfke anında insanlardan ayakta iseler, oturmalarını, oturuyorlarsa uzanmalarını istemiştir.<sup>539</sup> Böylece öfkeden kaynaklı fizyolojik değişimlerin giderilmesiyle ve insan vücudunun normal işleyişine dönmesiyle beraber, insanın doğru düşünme yetisine de tekrar dönmesi sağlanmaktadır. Bir başka hadisinde de öfkenin şeytandan olduğunu, şeytanın ateşten yaratıldığını, ateşi söndürecek olanın da su olduğunu ve kişinin öfke anında abdest almasını tavsiye etmiştir.<sup>540</sup> Kısaca, bu iki tavsiye, öfke anında insanın sağlıklı düşünme yetisini kaybetmesinden dolayı, dikkatini başka bir yere vermek suretiyle öfkenin azaltılmasını ve insanın düşünmesine zaman oluşturulmasını amaçlamaktadır.

Kur’an-ı Kerim’de geçen “*İnkâr edenler, gönüllerindeki câhiliye çağının asabiyet ateşini ateşlediklerinde, Allah, peygamberine ve inananlara huzur indirdi. Onların takvâ sözünü tutmalarını sağladı.*” (el-Fetih 48/26) ayetiyle Allah kâfirleri gazablarından dolayı zemmederken, mü’minleri de sabır ve sekînetlerinden dolayı övmektedir. Ayrıca bu ayette geçen “câhilliye çağının asabiyet ateşini” şöyle yorumlamak mümkündür: Her insan, nefsinin hâkim olduğu, câhiliye diyebileceğimiz bir gençlik çağı yaşamaktadır. İnsan, bu çağda nefsiyle mücadeleden ziyâde ona itaate yönelmektedir. Kanının kaynadığı gençlik dönemleri geride kaldığında, nefsinin

---

<sup>537</sup> Gazâlî, *İhyâ*, 5: 578-594.

<sup>538</sup> Buharî, Edeb, 102; Müslim, Birr, 106-108.

<sup>539</sup> Ebu Davud, Edeb, 3.

<sup>540</sup> Suyûtî, *Camiüs’sağir*, 3/2796



hastalıklarını idrak etmeye başlar. Böylece öfke halinden sekînete, kibirden tevâzuya, hırstan kanaate doğru değişim gösterebilir. İslamda kısas olmakla beraber affetmek ve yaşatmanın önemli oluşunun sebebi de insana değişmesi için olgunluk dönemini yakalama fırsatı sunmaktır.

### 2.3.2.8.İncinme

*Hiç kimseyi incitmemek ahlâk-ı cemildir*

*İncinmemek evlâ görünür hulk-ı hasenden*<sup>541</sup>

İnsanları incitmemek, kalp kırmamak, tatlı dilli olmak güzel ahlaktır. Ancak tasavvufta, insanların sözlerine takılıp incinmek, incitmekten daha kötü kabul edilmiştir. Zira kötü niyetle söylenmemiş bir söz dahi insan zihninde farklı algılanıp kırgınlıklara yol açabilmektedir. Bunu önlemek için de her daim hüsn-ü zan içinde olmak gerekli görülmüştür.

İnsan kırılğan ve alıngan bir yapıya sahiptir. Bu kırılğanlığı onun nefsinin kendisini üstün görmesinden, kendisini beğenmesinden ve en önemlisi benlik iddiasından kaynaklanmaktadır. Nefis, enâniyetini ortaya koyduğunda insanlara karşı beklentisi de artmaktadır. Onlardan hürmet, saygı, sevgi, incelik gibi hassas davranışlar beklemektedir. İnsanlar beklentilerini karşılamadığı takdirde alınganlık göstererek, kin ve nefret besleyebilmektedir. Tasavvufî eğitimde ise insanların ellerindekilerden umudu kesmek esastır. İnsanın, başkalarından beklentisi kalmadığında incinmesi de azalacaktır. İncinmemekten maksat su-i zanna düşmemektir. Zira bazen art niyetle söylenmeyen sözler dahi su-i zan sahibi, kibirli nefis tarafından yanlış anlaşılabilir. İnsan, karşısındaki insanın hassas olduğu bir konuda, farkında olmadan onu kırabilir; hatasını anladığında özür dileyebilir. Bu nefsin hastalığından ziyâde insanî bir zâfiyettir. Ancak her şeye incinmek ve sebepsiz alınganlık göstermek su-i zandan kaynaklandığı için nefsin hastalıklarından kabul edilmiştir. Gazâlî'ye göre, su-i zan kalbin gıybetidir ve dil ile yapılan gıybet haram olduğu gibi kalp ile yapılan gıybet de haramdır. Buradaki haramlıktan maksat bir anlık kalbe gelen kötü düşünceler değil; bir kişinin kötü olduğuna dair kalbin hüküm vermesidir. Böyle bir hükmü vermeye kimsenin hakkı bulunmamaktadır. Bir kişi zâhirde yanlış bir davranışta bulunsun bile, kalbinde olanı

---

<sup>541</sup> Osman Kemâlî, *Aşk Sızıntıları Şerhi*, Şerh Eden: Mustafa Tatçı, (İstanbul: H yayınları, Eylül, 2016), 307

ancak Allah bilir. Nitekim Allah Teâlâ da kulu hakkında hüküm vermek için ona fırsat tanımaktadır. Ancak insanlar birbirlerini tek bir davranış neticesinde yargılayabilmekte ve yanlış hüküm verebilmektedirler. Gözle görülmeyip, kulakla da işitilmediği hususlarda kalbe gelen düşünceler İslam âlimlerince şeytandan gelen düşünceler olarak kabul edilmiştir. Şeytanın basit hayallerle insanın kalbine kötülüğü soktuğu ifade edilmiştir. İnsan, bu hayallere dalıp kötü düşüncelerin kalbine yerleşmesine izin verdiği takdirde, kalbindeki sevginin yerini kin ve nefret gibi kötü düşünceler alacaktır. Birkaç kişi hakkında beslediği su-i zan onu bütün insanlara kötü bakmaya sevk edecek ve böylece güven duygusunun yerini de şüphe alacaktır. Hatta Gazâlî bu durumdaki insanın, insanlara karşı beslediği bu su-i zanla kalmayıp, kendini haklı çıkarmak için, tecessüse yani insanların gizli hallerini araştırmaya başlayacağını söylemiştir.<sup>542</sup> Kısacası incinmek, su-i zanna; su-i zan, kin, nefret ve tecessüse kapı aralamaktadır. Bu sebeple incinmek incitmekten daha büyük bir kişilik problemi olarak kabul edilmiştir:

*Âşık der incitenden*

*İncinme incitenden*

*Kemâlce noksan imiş*

*İncinen incitenden*<sup>543</sup>

### **2.3.3. Tezkiye Unsurları**

Tezkiye, sözlükte temizlenme anlamında olup, tasavvuf istilahında “nefsi, ona bulaşan kirlilerden temizleyerek onu nefsi-i emmâre mertebesine çıkarmak, ruhu mânevî kirlilerden arındırmak”<sup>544</sup> demektir. “*Nefsini kötülüklerden arındıran elbette kurtuluşa ermiş, onu arzularıyla başbaşa bırakan da ziyan etmiştir*” (eş-Şems 91/9-10) ayeti gereği, tasavvuf nefsi tezkiye etmeyi gaye edinmiştir.

*Cân bu ilden göçmeden cânanı bulmak ne güç*

*Yârını terk etmeden yârânı bulmak ne güç*

*Sûreti insan içi hayvan olursa insanın*

*Taşlar ile döğünüp insânı bulmazsa ne güç*

---

<sup>542</sup> Gazâlî, *İhyâ*, 5: 515-519.

<sup>543</sup> Alvarlı Muhammet Lütfî, *Divân-ı İlahiyat Seçmeler*, Nşr. Bilal Kemikli, (Ankara: Diyanet İşleri Başkanlığı (DİB) Yayınları), 140.

<sup>544</sup> Uludağ, *Tasavvuf Terimleri Sözlüğü*, 359

*Âdemin gönlü içinde bahr-ı ummân gizlidir  
Dâima susuz gezip ummânı bulmazsa ne güç*

...

*Herkesin derdine dermânı yine derdindedir  
Derdinin içindeki dermânı bulmazsa ne güç<sup>545</sup>*

Niyâzî Mısırî, insanın nefsinin tezkiye ederek onun hastalıklarından kurtulmasını, insanın kendi özüne yönelmesinde görmektedir. Gönlü uçsuz bucaksız bir derya olduğu halde, susuzluktan hayıflanıp insanın, derdinin dermanını dışarıda değil kendinde aramasını öğütlemektedir. Ona göre dert denilen ızdırap verici hal, insanın nefsinin hastalıklarından kaynaklanmaktadır. Derman ise nefsin hastalıklarının tedavi edilip ruhun ihyâ edilmesinde gizlidir.

Tasavvufta, nefsi terbiye etmek için gerçekleştirilen eğitim sürecinin genel adı seyr ü sülûktür. Sülûk, “yol” manasında olup, tarîk ve tarîkat ile aynı anlamı ifade etmekle birlikte onlardan daha kapsamlıdır. Tasavvufta sülûk “insanı Allah’a ulaştıracak olan amel, ibadet, fiil, hareket ve davranış tarzları”nı ifade etmektedir. İlk dönem tasavvuf klasiklerinde, Allah’ın razı olacağı bütün dinî uygulamalar sülûk başlığında toplanırken, daha sonraki dönemlerde bu geniş anlam daraltılarak “Hakk’a ulaşma yolunda uygulanan tasavvuf âdâb ve erkânı” olarak tanımlanmıştır. Tarikatlar sonrası dönemde de sülûk, onunla aynı anlama gelen seyr kelimesiyle birlikte kullanılmaya başlanmıştır.<sup>546</sup> Seyr, sâlikin kötü huylardan güzel ahlâka, cehaletten ilme, kendi varlığından Hakk’a doğru yol almasıdır. Sülûk ise, tasavvuf yoluna girmiş müridi, Hakk’a vuslatta, hedeflenen ahlâka ulaştıracak eğitimidir.<sup>547</sup> Daha sonra kavramlaştırılarak beraber kullanılan seyr ve sülûk kelimeleri tasavvuf ıstılahında “Hakk’a vasıl olmak için, bir rehberin önderliğinde çıkılan mânevî ve ruhî yolculuk” şeklinde tanımlanmıştır.<sup>548</sup> Ayrıca bu yola girip sülûk yapmak isteyenlere “tâlib”, yolun henüz başlangıcında olana “mübtedî”, bu yolda belli bir mesafe kat edene “sâlik”, yolun sonuna ulaşana “müntehî” denilmiştir.<sup>549</sup>

<sup>545</sup>Niyâzî-i Mısırî Halvetî, *Dîvân-ı İlâhiyât Seçmeler*, Hazırlayan: Mustafa Tatcı, (Ankara: DİB Yayınları, 2014), 390

<sup>546</sup>Süleyman Uludağ, “Sülûk”, *DİA*, (Ankara: TDV Yayınları 2010), 38: 127.

<sup>547</sup>Hasan Kâmil Yılmaz, *Tasavvuf Meseleleri*, (İstanbul: Erkam Yayınları, 2011), 76.

<sup>548</sup>Uludağ, *Tasavvuf Terimleri Sözlüğü*, 316.

<sup>549</sup>Uludağ, “Sülûk”, 127.

Seyr ü sülûk, insanın kişiliğinde, büyük ölçüde gerçekleşen değişimi ve gelişimi ifade etmektedir. Zira sâlikin, bu yolda mesafe kat etmesi, onun nefsinin hastalıklarından arınıp güzel ahlâkla donandığı ölçüde gerçekleşmektedir.<sup>550</sup> Kısaca, seyr ü sülûkun gayesi olan Hakk'a ulaşmanın gerçekleşebilmesi, insanın kişiliğinde meydana gelecek olan kalıcı dönüşüm ve değişime bağlanmaktadır.

Seyr ü sülûkda, nefsi tezkiye ve ruhu tasfiye olmak üzere iki farklı yol bulunmaktadır. Nefsi tezkiye etmek suretiyle mânevi yol alanların usulü riyâzet ve mücâhede ağırlıklıdır ve zikirleri de cehrîdir. Ruhû tasfiye ederek seyr ü sülûk yapanlar ise ibadet, taât ve hafî zikir ile ruhlarını yüceltmek suretiyle nefislerini kontrol altına almaktadırlar.<sup>551</sup>

Seyr ü sülûkun mânevi yükseliş sırasına göre dört derecesi bulunmaktadır:

1. Seyr illallah: İlk olarak sâlik, farz, vacip ve nafil ibadetleri huşû ve ihlas ile eda etmeye gayret etmektedir. Amel nuru göğüste genişlik meydana getirmeye başladığında sâlik, nefisten kalp makamının sonuna, gerçek varlık tarafına, doğru yol almaktadır.
2. Seyr fillah: Nafilere devam ederek ulaşılan bir derecedir. Kul nafilere devam ettiğinde Allah'ın sevgisine ulaşmaktadır. Böylece Allah onun gören gözü, tutan eli, işiten kulağı olmaktadır. Başka bir ifadeyle, artık onun gözü, kulağı, eli ve dahi tüm uzuvları Allah'ın rızasına uygun işlerde bulunmaktadır. Böylece beşerî zaafardan sıyrılarak ahlâkını, Allah'ın emrine uygun hale getirmektedir.
3. Seyr maallah: Zâhir ve bâtın ikiliğinden kurtularak, ahadiyet mertebesi olan cem duygusuna ulaşmaktır.
4. Seyr anillah: Cem makamına ulaşmış olan sâlikin, irşâd için halkın arasına karışmasıdır.<sup>552</sup>

Bu seyr u sülûk derecelerinden ilk ikisi velilik makamına, son ikisi de mürşidlik makamına ulaştırmaktadır.<sup>553</sup> Sâlikin, farz ve nafilere Allah'a yakınlığa ulaşması, velilik makamına; benlikten kurtulup, ihsan, ihlas ve rıza makamına ulaşması mürşitlik

---

<sup>550</sup> Uludağ, *Tasavvuf Terimleri Sözlüğü*, 316.

<sup>551</sup> Yılmaz, *Tasavvuf Meseleleri*, 81.

<sup>552</sup> Ankaravî, *Minhâcü'l-Fukarâ*, 102; Yılmaz, *Tasavvuf Meseleleri*, 80; Kara, *Tasavvuf ve Tarikatlar Tarihi*, 160.

<sup>553</sup> Kara, *Tasavvuf ve Tarikatlar Tarihi*, 160

makamına işaretler. Zira benlikten arındığında artık insanlara faydalı hale gelerek irşadla vazifelendirilir.

Necmeddin-i Kübra sâlikin, seyr ü sülûkunu tamamlayabilmesi için mürşidin önemli olduğunu vurgulamıştır. Sâlikin, mânevi yolculuğunun yarım kalmaması için mürşidin seyr ü sülûk mertebelerini aşmış ve Hakk’a vâsıl olmuş olması gerekli görülmüştür.<sup>554</sup> Aksi halde insanın kendisinin tecrübe edinmediği bir yolculukta, başkasına rehberlik etmesi doğru sonuçlar doğurmayacaktır. Ebu Saîd-i Ebu'l-Hayr (ö.440/1049) şeyhin irşad yapabilmesi için şu vasıflara sahip olması gerektiğini nakletmiştir:

- Rehber olabilmesi için yol tecrübesi olmalıdır.
- Edeb öğretebilmesi için edebli olmalıdır.
- Örnek alınabilmesi için örneklik vasıfları bulunmalıdır.
- Nasihat edebilmesi için, söylediklerini kendisi uyguluyor ve yasakladığı şeyden sakınıyor olmalıdır.<sup>555</sup>

Mürşidler, müridlerinin kişilik ve kabiliyet farklılıklarını gözeterek, her bir müridin eğitiminde farklı metod uygulamaktadır. Müridlerin meşreblerine göre onları “seyahat, sohbet, halvet” yollarından biriyle irşad etmektedirler. Bu sebeple de şeyhler<sup>556</sup> için “irşad eden” anlamına gelen mürşid kelimesi kullanılmıştır.<sup>557</sup>

Mürşidler, müridlerinin eğitiminde kullandıkları yöntemlere göre tâlim şeyhi, sohbet şeyhi<sup>558</sup> ve tarikat şeyhi diye isimlendirilmektedir. Tarikat şeyhliğine; sülûk, irşad veya terbiye şeyhliği de denildiği gibi, diğer şeyhliklere göre farklılıklar göstermektedir. Sülûk şeyhi olarak, bir anne babanın çocuklarını, bir öğretmenin öğrencisini, bir ustanın çırağını yetiştirmesi gibi müridinin mânevi ve rûhî eğitimini üstlenirler.<sup>559</sup> Çocukların ebeveyllerine, öğrencinin öğretmenine, çırağın ustasına karşı saygısı ve itaâtı önemli olduğu gibi seyr ü sülûka giren müridin de mürşidi karşısında saygısının da bu hassasiyette olması beklenmektedir. Zira nefsinin terbiye etmek ve kişiliğini

---

<sup>554</sup> Necmeddin-i Kübra, *Tarikatlarda On Esas*, 86

<sup>555</sup> Öngören, “Şeyh”, 50

<sup>556</sup> Sözlük anlamı itibarıyla şeyh kelimesi mürşid kelimesinden farklı olmasına rağmen eş anlamlı kullanılmakta, yani her şey aynı zamanda mürşid kabul edilmektedir.

<sup>557</sup> Yılmaz, *Ana Hatlarıyla Tasavvuf ve Tarikatlar*, 184, 185

<sup>558</sup> “Tâlim ve sohbet şeyhi” kavramlarını, III. Bölümde “Tarikatlarda Ortak Olan Kişilik Oluşum Esasları” başlığının altında ele alacağız.

<sup>559</sup> Öngören, “Şeyh”, 51

olgunlaştırmak gayesiyle seyr ü sülûk taleb eden ve bir rehberine başvurmuş kendisidir. Karşısındaki rehberinin tecrübesini kabul ettiği takdirde, sülûk sürecinde, rehberinin sözlerine uyması önemli görülmüştür. Rehberini yetersiz gördüğünde ise bu yola çıkmaması daha uygun görülmüştür.

Mürşid tasavvufta, bilhassa seyr ü sülûk yapmaya niyet edildiğinde olmazsa olmaz bir öneme sahiptir. Bâyezid-i Bistâmî'nin: “*Kimin (Hakk yolunda kendisine rehberlik edecek) bir üstadı yoksa onun imamı şeytan olur*”<sup>560</sup> sözü daha sonraları “şeyhi olmayanın şeyhi şeytandır” olarak yayılmıştır. Bu söz, “tasavvufta girmeyen şeytanın yolundan gitmektedir” demek değildir.<sup>561</sup> Mürşid, seyr ü sülûkta başarıya ulaşmak isteyen mürid için temel unsur görülmektedir. Zira nefsin ve şeytanın hile ve tuzaklarıyla dolu bu meşakkatli mânevi yolculukta, irşâd görevine layık bir mürşid olmazsa sâlik, rûhen olgunlaştığını düşünerek daha yolun başında nihayete ulaştığını ilan edebilmektedir. Bu sözle özel manada “şeyhi olmayanın” değil, genel manada “mürşidi (yol göstericisi) olmayanın” şeytanın tuzağına ve nefsinin hevâsına düşebileceği kastedilmektedir.<sup>562</sup> Seyr ü sülûktaki bu ihtiyaçtan dolayı, müridin seyr ü sülûk yolculuğunda, mürşidine karşı duyduğu güven ve teslimiyet duygusu “*gassal elinde meyyit*”<sup>563</sup> tabiriyle ifade edilmiştir.

Seyr u sülûk esnasındaki riyâzet ve mücâhede gibi yöntemlerle nefsin sahip olduğu sıfatlar tamamen kazınmamaktadır. Bu huylardan kaynaklı zararlar ortadan kaldırılarak, sahip olunan özellikler doğru kanala aktarılmaktadır. Örneğin: Öfke kontrolsüzlüğü yaşayarak olur olmaz herşeye tepki gösteren bir insan, seyr ü sülûkunu tamamladıktan sonra, sadece haksızlık ve zulüm karşısında öfkelenip tepki gösterir hale gelmektedir.<sup>564</sup> Bu bağlamda nefsin kötü huylarından arınması ve sahip olduğu özellikleri doğru kanala aktarabilmesi için tasavvufta; mücâhede, riyâzet, halvet, inâbe, vera, zühd, sabır, sefer gibi birçok tezkiye unsuru geliştirilmiştir.

### 2.3.3.1.Mücâhede

Sözlükte “savaşmak, mücâdele etmek” anlamına gelen mücâhede, tasavvuf ıstılahında “şeriatin emrettiği fakat nefse ağır gelen şeyleri nefsi emmâreye zorla yaptırmak ve bu

<sup>560</sup> Kuşeyrî, *er-Risâle*, 728

<sup>561</sup> Kara, *Tasavvuf ve Tarikatlar Tarihi*, 171

<sup>562</sup> Yılmaz, *Tasavvuf Meseleleri*, 77

<sup>563</sup> Öngören, “Şeyh”, 51 (İbnü'l-Arabî ait bir sözdür)

<sup>564</sup> Yılmaz, *Tasavvuf Meseleleri*, 79

konuda nefisle savaşıdır.” Nefisle yapılan bu savaş “cihâd-ı ekber”dir. Zira Hz. Peygamber zorlu geçen Tebuk savaşı dönüşünde; “*Küçük cihattan büyük cihada dönüyoruz. O nefisle yapılan cihaddır*”<sup>565</sup> diyerek nefisle yapılan cihâdın daha zor ve ehemmiyetli olduğuna işaret etmiştir.

Mücâhedenin üç neticesi vardır: Bunlardan ilki şeriata riayetle ortaya çıkacak olan takvadır. Haramdan sakınmak ve günahattan korunmak maksadıyla gerçekleştirilen bu nefis mücahedesinin adı takva mücâhedesidir. İkincisi istikâmet üzere olmak ve itidâli elden bırakmamaktır. Takva mücâhedesini temel alan ancak onun ileri mertebesi olan bu mücâhedenin adı da istikâmet mücâhedesidir. Gönüllü olarak yapılan mâlî ve bedenî ibadetler bu mücâhededendir. Üçüncüsü keşf ve ilham sahibi olmaktır. Ancak tasavvufta bu gaye ile nefisle mücâhede girmek uygun görülmemektedir. Keşf ve ilham gelirse Hak’tandır. Bu sebeple kulun talep etmesi uygun görülmemiştir. Zira bu yol farz veya sünnet olmadığı gibi meşakkatli bir hayatı gerektirdiğinden sakıncalı görülmüştür.<sup>566</sup> Tûsî el-Lüma’da sûfilerin içine düştükleri yanılığa dikkat çekmiştir. Eski dönemlerde yaşamış âriflerin menkıbelerinden etkilenen insanların, bir takım külfetlere girerek onlar gibi olmaya çalıştıklarını; ancak hedeflerine kısa sürede ulaşmayı arzulamaları ve mücâhedenin de uzun sürmesi neticesinde tembelliğe düştüklerini anlatmaktadır. Bu kimseler niyetlerinin bozukluğu ve duygularının zayıflığı neticesinde mücâhede başarılı olamamışlardır. Ayrıca bazı insanların, kendilerine bir takım haller zuhur edince, kendilerini insanlardan üstün görmek suretiyle hataya düştüklerine de işaret etmiştir.<sup>567</sup>

Tasavvufta, keşf ve ilham için mücâhede yapılmamasına dikkat çekilmekle birlikte, mücâhedesinde samimi olan insanı, Allah dilerse keşf ve ilhamla lütuflandıracağı ifade edilmektedir. Bu konuda Ebû Ali Dekkâk, “*Kim zâhirini mücâhede ile süslerse, Allah da onun iç âlemini müşâhede ile güzelleştirir.*” demiştir. Ona göre zâhirde yapılan çaba ve gayret, iç âlemde bereketlere sebep olmaktadır. Zâhirde yapılacak olan çaba, nefsi alışkanlıklarından uzaklaştırmak ve onun arzularının tersini yapmaktır. Böylece nefsin hayırlı olana doğru yönelmesi sağlanmaktadır. Zira nefsi hayırdan uzaklaştıran iki sifattan biri, onun kötü arzularının yerine getirilmesi; diğeri de taatten uzaklaşmasıdır.

---

<sup>565</sup> Suyûtî, II, 73

<sup>566</sup> Uludağ, *Tasavvuf Terimleri Sözlüğü*, 259; Süleyman Uludağ, “Mücâhede”, *DİA*, (Ankara: TDV Yayınları 2006), 31: 441.

<sup>567</sup> Tûsî, *el-Lüma*, 499.

İnsan, Allah'a kulluktan uzaklaştığında nefis azgınlaşmaktadır. Sûfilere göre, bu durumda onu takva ile dizginlemek gerekmektedir.<sup>568</sup> Kısacası sâlikin, nefis ile yaptığı mücâhedede takva, istikâmet ve itidâli hedeflemesi uygun görülmüş; keşf ve ilhamın ise hedeflenecek bir durum olmadığına işaret edilmiştir.

Tasavvufta kişiliğin gelişmesi ve hedeflenen Allah'a layık kulluk mertebesine ulaşmak için ahyar, ebrar ve şüttar olmak üzere üç farklı metodu uygulanmaktadır. Bu yollardan ebrâr yolunda; riyâzet, mücâhede ve çile esastır. Mücâhede veya riyâzet ehlinin yolu da denilen bu yolda az yemek, az uymak ve az konuşmak esastır.<sup>569</sup>

### 2.3.3.2.Riyâzet/Killet

Sözlükte “yabani bir hayvanı evcilleştirmek, serkeş bir atı eğitmek, egzersiz yapmak” anlamlarına gelen riyâzet, tasavvuf ıstilahında “nefsi eğitmek için onu bir takım tabii ve meşru işlerden mahrum bırakmak” demektir. İslam dininde haram olandan uzak durmak ve mekruh olandan sakınmak esastır. Ancak sûfiler nefsi terbiye etmek, onun üzerinde hâkimiyet kurmak ve kişiliklerini sağlam bir zemine oturtmak adına mubah olan hazzlardan dahi nefislerini uzak tutmayı benimsemişlerdir.<sup>570</sup> Zira mubah olan bazı hazzlar insanı, İslam'ın çizdiği sınırların üzerinde dolaştırabilmekte; her an bu sınırları aşma tehlikesi doğabilmektedir.

Yahyâ b. Muâz Râzî (ö.258/871), riyâzetin, hem insanın biyolojik ve psikolojik yapısına hem de dinin esaslarına aykırı olmaması gerektiğini söyleyerek, Allah'ın helal kıldığını insanın kendisine haram kılmasının yanlış olduğunu belirtmiştir. Ona göre riyâzet yokluk değil killettir.<sup>571</sup> Başka bir ifadeyle nefsin isteklerini sıfırlamak değil; aza indirmek esastır. Mutasavvıflara göre, nefsini eğitmek ve kişiliğini sağlam bir şekilde inşa etmek isteyen insanda; niyet ve iradede doğruluk, taate götüren sebeplere sarılmak ve kötü arkadaşı terk etmek, Allah dostlarıyla birlikte olmak ve sâlih insanlarla arkadaşlık kurmak, nefsin hallerini tanımak, tevbe-i nasuh ve helalinden yemek gibi hasletler bulunması gerekmektedir. Killet, insanın bu hasletleri gerçekleştirmesini destekleyecek ve nefsin azgınlığını dizginleyecek olan önemli kuvvet olarak kullanılmaktadır. Azlık anlamına gelen killet tasavvufta, nefsin şehvetlerine getirilen

<sup>568</sup> Kuşeyri, *er-Risâle*, 251-253.

<sup>569</sup> Uludağ, “Mücâhede”, 441; Ebrar, ahyar ve şüttar yollarından ileride bahsedeceğiz.

<sup>570</sup> Süleyman Uludağ, “Riyâzet”, *DİA*, (Ankara: TDV Yayınları, 2008), 35: 143.

<sup>571</sup> Salih Çift, “Yahyâ b. Muâz”, *DİA*, (Ankara: TDV Yayınları, 2013), 43: 258.



kısıtlamayı ifade etmektedir. Bu azlık metodu yemede, uykuda ve konuşmada uygulanmaktadır.<sup>572</sup>

Az yemek yoluyla nefsi terbiye etmeyi Ebu Talip el-Mekkî, vücudun açlıkla rahat bulması ve hafiflemesinden yola çıkarak izah etmiştir. Açlıkla kalpte deveran eden kanın azalacağından kalbin aydınlanacağını ve idrakin artacağını ifade etmiştir. Ayrıca kalpteki yağların da erimesi suretiyle katı olan kalpte incelmeye ve hassasiyetin olacağını, böylelikle nefis ve şeytanın kalp üzerindeki hâkimiyetinin azalacağını açıklamıştır.<sup>573</sup> Nitekim Hz. Peygamber “Çok yiyip içmekle kalplerinizi öldürmeyiniz. Zira kalp bir ekin tarlası gibidir, fazla su basınca tohumu keser ve çürütür.” sözüyle çok yemenin kalpteki etkisine dikkat çekmiş ve insanlara midelerinin üçte birini yemekle üçte birini suyla doldurup üçte birini de boş bırakmalarını tavsiye etmiştir.<sup>574</sup> Bu hadis çerçevesinde sûfiler, çok acıkmadan sofraya oturmamayı ve doymadan da sofradan kalkmayı düstûr edinmişlerdir. Sûfilerin, kişilik gelişim metodu olarak uyguladığı, az yemek suretiyle nefsin terbiye altına alınması; ya öğünlerin sayısını azaltmak ya da öğünlerin arasını uzatmak veyahut yemek miktarını ve çeşitliliğini azaltmak şeklinde yapılmaktadır.<sup>575</sup>

Az yemenin neticesinde, az uyumak ortaya çıkmaktadır. Zira çok yemek gaflete ve çok uyumaya sebep olmaktadır.<sup>576</sup> Az yemek ise, insanı tâat ve ibadete sevk etmekte; gönlün Hakk’ın muhabbetiyle dolmasını sağlamakta, nefsin kontrol altında tutulmasını sağlamaktadır. Bununla birlikte az yiyenlerde tevâzû, tatlı dillilik, ölümü çokça hatırlama, cömertlik gibi güzel hasletlerin görüleceği de ifade edilmiştir.<sup>577</sup> Sûfilerde uyku hali iyice bastırmadan uykuya yönelmemek esastır. Çok uyumak da insanda gaflete, akıl ve anlayış azlığına ve kalp duyarsızlığına sebep olmaktadır. Bu sebeple sûfiler, uyku bastırmadan yatağa girmezler ve çok uyumadan da kalkarlar. Uykuya yenik düşene kadar, vakit içinde Allah’ın rızası için ne yapılması icap ediyorsa onunla meşgul olurlar. Gece uykusuzluğundan dolayı, gündüz bedenleri yorgun düşmemesi için, Hz. Peygamberin sünneti olan “kaylûle”<sup>578</sup> yaparlar. Hz. Peygamber bir hadisinde

<sup>572</sup> Ebu Tâlip el-Mekkî, *Kûtu'l-Kulûb*, 1: 382.

<sup>573</sup> Ebu Tâlip el-Mekkî, *Kûtu'l-Kulûb*, 1: 382.

<sup>574</sup> Gazâlî, *İhyâ*, 5: 287.

<sup>575</sup> Bu konuda Bk.Ebu Tâlip el-Mekkî, *Kûtu'l-Kulûb*, 4: 104- 115.

<sup>576</sup> Gazâlî, *İhyâ*, 5: 267.

<sup>577</sup> Eşrefoğlu Rûmî, *Müzekkin-Nüfus*, 275.

<sup>578</sup> Öğlen vakti bir miktar uyumak demektir.

kaylûlenin insanın gece ibadetlerine kalkmasına destek sağladığını<sup>579</sup> buyurmuştur. Bu uykusuzluktan tek murad edilen; ömrü uykuyla heba etmemek ve ibadete çokça zaman ayırmak değildir. Gece herkesin ve herşeyin uyuduğu, sükûnetin sağlandığı vakitte uyanık durarak kalbi gaflet uykusundan uyandırmak amaçlanır. Mutasavvıflara göre kalp uyandığında ancak uykusuzluğun hikmeti ortaya çıkmaktadır. Zira uyuyan bir kalp ile gece uyanık kalırsa bile elde kalan sadece uykusuzluk olacaktır. Hasan-ı Basrî'ye göre gecesini çok uyku ile geçiren kimseler gündüzünde çok ve boş konuşan kimselerdir.<sup>580</sup> Gecesini ibadet, tefekkür ve zikirle geçiren insanlar, bu manevî halin etkisini gün içinde de hissederek az konuşup çok tefekkür ederler. Az uyku insan bedenine dinçlik, zindelik kattığı gibi konuşmada itidal sağlamaktadır.

Az konuşmak yani sükûttan kastedilen gereksiz konuşmayı terk etmektir. Nitekim Hz. Peygamber “*Boş ve faydasız işleri terk etmek, kişinin İslamiyetinin güzelliğindedir.*”<sup>581</sup> buyurmuştur. Ebu Talip el-Mekkî gereksiz konuşmayı terk eden kimsenin aklının gelişeceğini, vera ve takvayı öğreneceğini ve Allah'ın o kuluna faydalı ilim, doğru görüş ve muhâkeme gücü, doğru söz ve güzel amel ihsan edeceğini söylemiştir. Ancak az konuşmak ve susmak kişiye zâhırde fayda sağladığı halde, susması tefekkür için değilse bu sükût insanın gelişimine hiçbir katkı sağlamamaktadır. Bu sebeple sûfiler az konuşmakla, sessizliği değil tefekkürü kastederler. Zira az konuşup çok tefekkür eden kimsenin zihni kuvvetleneceği gibi dil ile yaptığı hatalar da en aza inecektir. Âriflerden biri “*Akıl çok olunca, kelam az olur. Akıl az olduğunda söz çoğalır*” diyerek akıllı kimselerin az konuştuğuna dikkat çekmiştir. Ayrıca sükût âlimin süsü, cahilin de sıkıntısı olarak tarif edilmiştir. Sûfiler, konuşmaktan ziyade susmakta daha büyük faydalar görmüşlerdir. Gerek cahil gerekse âlim karşısında susmanın önemini şöyle ifade etmişlerdir: “*Konuşmayı öğrendiğin gibi susmayı da öğren. Konuşman seni doğruya ulaştırırsa, sükûtun seni tehlikelerden korur. Sükûtunda senin için iki fayda vardır: Birincisi susarak senden daha cahil birinin cahilliğini ve edepsizliğini defedersin. İkincisi susarak senden daha âlim birisinden ilim öğrenirsin.*” Sûfiler, insanın kendisine şu soruları yöneltmek suretiyle çok ve gereksiz sözden uzak durmasını tavsiye etmişlerdir:

- Bunu niçin söyledin, konuştuğun seni ilgilendirir miydi?

<sup>579</sup> Heysemî, Mecmau'z-Zevâid, VII, 112.

<sup>580</sup> Ebu Tâlip el-Mekkî, *Kûtu'l-Kulûb*, 1: 385.

<sup>581</sup> Tirmizi, Zühd, 11

- Konuşmada bir fayda oldu mu?
- Konuşmasan bir zararı olur muydu?
- Konuşmasan daha kazançlı olmaz mıydın?
- O sözün yerine “Sübhanallah”, “Elhamdülillah” diyerek sevabını alsan daha iyi olmaz mıydı?<sup>582</sup>

Sûfiler, insanın bu soruları kendisine sorarak, konuşmadan önce düşünmeyi öğrenmesini istemektedirler. Hasan-ı Basrî, mü'minin dilinin kalbinin arkasında olduğunu; dolayısıyla konuşmadan önce düşünüp, faydasına ise konuştuğunu zararına ise sustuğunu ifade etmiştir. Hatta kalbine ne gelirse düşünmeden söylemenin münafıkların özelliği olduğunu söylemiştir. İnsanın diline sahip olmasını birçok hadisinde öğütleyen Hz.Peygamber, kulun kalbi doğru olmadıkça halinin; dili doğru olmadıkça da kalbinin düzgün olmayacağını söylemiştir.<sup>583</sup> İnsan ağzından çıkan her sözden mesul kabul edilir. Bu sebeple sûfiler, kendilerini susmaya alıştırmak için ilginç yöntemler denemişlerdir. Kimi sûffin, ağzına çakıl taşı koyarak, konuşacağı esnada dilinin çakıl taşına çarpmasıyla sustuğu nakledilmektedir. Kimisinin de her boş konuşmasına karşılık kendisine oruç ve namaz gibi nafîle ibadetler yüklemek suretiyle sükûtu öğrendiği anlatılmaktadır.<sup>584</sup>

Gazâlî, riyâzete, killetin yanında halveti de eklemektedir. Ona göre az yemek şehveti öldürür, kalbi yumuşatır; az uyumak kalbi nurlandırır, dünyaya meyli azaltır ve ahirete teveccühü arttırır; az konuşmak akli takviye eder, şüpheli şeylerden uzak durmayı ve takvayı öğretir; halvet yani yalnızlık ise meşgaleyi azaltır; kalbe giden yol olan göz ve kulağı korur.<sup>585</sup>

### 2.3.3.3.Halvet/Uzlet

Halvet ve uzlet kavramlarının her ikisi de sözlük anlamı olarak “halka karışmamayı ve yalnızlığı”<sup>586</sup> ifade eder. Tasavvuf terimi olarak ise “kendi günahından ötürü halka zarar vermemek ve daha da günaha bulaşmamak düşüncesiyle halktan uzak bir yerde kendini ibadete vermek ve mâsivâdan ilgiyi kesip Hakk’a yönelmek”tir. Burada halktan

<sup>582</sup> Ebu Tâlip el-Mekkî, *Kûtu'l-Kulûb*, 1: 391.

<sup>583</sup> Ahmed İbn Hanbel, *Müsned*, III, 198.

<sup>584</sup> Ebu Tâlip el-Mekkî, *Kûtu'l-Kulûb*, 1: 386- 391.

<sup>585</sup> Gazâlî, *İhyâ*, 5: 266.

<sup>586</sup> İbn Manzur, *Lisânü'l-Arab*, 14:397-403.

tamamen kopmak kastedilmemekle birlikte, boş lakırdılarla zamanı öldürmemek için ihtiyaçtan fazla halkın arasında durmamaya gayret edilmesi esastır.<sup>587</sup>

Dünya meşgalelerine ve günaha dalmış, ahireti unutmuş insanlarla fazlaca vakit geçirmenin insanın kalbini dünyaya meylettireceği kabul edilir. Bu sebeple zihni dünyayla meşgul ve kalbi günah kirleriyle kararmış insan için, tedavi edici olarak, onu kötülüğe sürükleyen insanlardan uzaklaşıp kendi iç âlemine yönelmesi, tevbe istiğfar ile Allah'a kulluk etmesi tavsiye edilir. Nitekim Hz. Peygamber, peygamber olmadan önce hira mağarasında uzlete çekilmiş ve ibadetle meşgul olmuştur. Peygamber olduktan sonra uzlete fırsat bulamamış olsa da itikâfa girmiştir. Bununla beraber Hz. Peygamberin “*Kim kırk gün, Allah için ihlasla amel ederse, kalbinden diline doğru hikmet pınarları fışkırır.*” hadisindeki “kırk” ifadesine binaen sûfiler, kırk günlük halvete çekilirler. Onları halvete girmeye, nefislerinin edebe muhalif durumlarının artması sevk etmektedir. Nefsinin bu tutumlarını terbiye etmek ve kalbinden dünya meylini silmek isteyen sâlik, ihlasla halvete girer ve ihlasla Allah'a taatte bulunur. Niyetinde samimi ise kırk günün sonunda tutum ve davranışlarında değişim, kişiliğinde bir olgunluk meydana gelir ve hikmet sahibi olur. Kişiliğinde herhangi bir değişim söz konusu değilse, o halde niyetinin sorgulanmasının gerektiği ifade edilmiştir. Halvet sonucunda insanın kişiliğinde değişiklik olmaması, halvete girerken, Allah rızası için nefsinin hastalıklarını terbiye etmeyi değil, halvette zuhur edecek olan manevî halleri arzuladığına bağlanmıştır. Yanlış niyetle girilen halvetten asıl maksat zuhur etmeyeceği gibi, insanın kerameti arzulamasından doğan zafiyetten dolayı, şeytanın o kişinin peşini bırakmayacağı ve bu zafiyetini kullanarak onun gelişimini engelleyeceği ifade edilmiştir.<sup>588</sup>

Riyâzet unsurları arasında zikredilen halvette, az yemek ve az uyumak esastır. Zaten bu metotta yalnızlık esas olduğundan halvet insana, az konuşmayı öğretmiş olmaktadır. Halvette sâlik, oruç tutar, çokça nafîle namaz kılar, daima zikirle meşgul olur ve çokça Kur'an-ı Kerim okur. Böylece zihnini dünya meşgalelerinden arındırır, kalbini Allah'ın zikriyle meşgul eder, diline susmayı öğretir, gözü Allah kelimelerinden başka bir şeye değmez. Böylece bütün uzuvlar tek bir yöne, Hak Teâlâ'ya, teveccüh etmiş olur. Halvete giren insanın, insanlarla münasebeti azaldığından, dünyevî fikir ve meşgalesi de

<sup>587</sup> Uludağ, Tasavvuf Terimleri Sözlüğü, “Halvet”, 156; “Uzlet”364

<sup>588</sup> Sühreverdi, *Avârifü'l-Maarif*, 270 ve 277

azalır. Kalbin kapısı olan gözden, kalbin halini değiştirecek şeylerin girişi de azalmış olur. Gözün korunmasıyla, kalpteki şehvet ve lezzetlerin azalacağı kabul edilmektedir. Dünya zevklerinden uzaklaşan insanda, ölüm ve ahiret düşüncesi artar; böylece ahiret için hazırlığı da artmış olur.<sup>589</sup>

Sâlik, kırk günlük halvetin ardından hikmeti elde ederse, artık kalbini her daim zikreder halde bulur. Bu halde halkın arasına karışsa bile “el kârda, gönül yârda” olur. Bu hale tasavvufta halvet der encümen denmektedir.<sup>590</sup>

#### 2.3.3.4. İnâbe

İNâbe, kelime anlamı olarak “dönme, pişman olma” anlamlarına gelir. Tevbe ile aynı gibi görünse de, tasavvuf ıstılahında tevbe ile aralarında ince bir fark vardır. Tevbede görünür günahlardan pişmanlık vardır. İnâbede ise halkın göremediği, kişinin kendi içinde gizlediği kusurlardan vazgeçip Allah’a yönelmesi esastır. Bu sebeple inâbe tevbenin daha ileri boyutu ve mükemmel derecesidir. İnâbe edene münip denmektedir.<sup>591</sup> “Münip” kavramı Kur’an-ı Kerimde birçok ayette geçmektedir.<sup>592</sup> Tasavvuf, inâbe kavramını ayetlerde geçtiği mahiyete uygun olarak zenginleştirmiş ve insanın kişilik gelişiminde önemli bir adım olarak kullanmıştır.

İnsanın kendi kusurlarından pişmanlık duyarak Allah’a yönelmesi, tasavvufta mürşid gözetiminde yapılmaktadır. Başka bir ifadeyle bir rehber, bir danışman yani mürşid eşliğinde kişi hatalarını itiraf eder ve bir daha yapmayacağı konusunda mürşidini şahit tutarak Allah’a söz vermiş olur. Bu sebeple inâbe, tasavvufta hem Allah’a yönelmek hem de şeyhe bağlanmak olarak iki anlamı ifade eden bir kavramdır.<sup>593</sup>

Hüseyin Megâzilî’ye inâbe tevbesi sorulduğunda: “*Sana güç yetirdiği için Allah’tan korkmandır*” diye cevap vermiştir. Allah’tan hakkıyla korkanlar Allah’ın veli kulları olduğundan, Hucvirî, inâbe tevbesinin mukarreblerin ve evliyânın makamı olduğunu söylemiştir. Ona göre, tevbe büyük günahlara karşı olurken, inâbe küçük günahlardan muhabbetullahâ dönmezdır. Zunnûn’da benzer bir ifadeyle evliyânın tevbesinin

<sup>589</sup> Ebu Talip el-Mekkî, *Kûtu’l-Kulûb*, 392

<sup>590</sup> Mevlânâ Ali b. Hüseyin es-Sâfi, *Reşahât*, Müstensih: Hacı Mehmet Zülâlî Eskişehirî, Haz.: Naci Bayraktaroğlu, Nizameddin Arslan, (İstanbul: İz Yayıncılık, 2013), 40.

<sup>591</sup> Uludağ, *Tasavvuf Terimleri Sözlüğü*, 186.

<sup>592</sup> Rum 30/31, 33; Zümer 39/17, 8; Şûrâ 42/13; Sebe’ 34/9; Kâf 50/ 6-8; Mü’min 40/13.

<sup>593</sup> Abdurrahman Kasapoğlu, “Kur’an’da “İNâbe” Kavramı: Dini Tecrübe Açısından Bir Yaklaşım”, *Tasavvuf İlmî ve Akademik Araştırma Dergisi*, 9/22 (2008), 142.

gafletten olduğunu ifade ederek, uyanık bir kalp ile Allah'a yönelmeyi ve kalpte muhabbeti canlandırmayı anlatmak istemiştir.<sup>594</sup>

İnâbe kişilik gelişimi açısından büyük öneme sahiptir. Zira insanın büyük günahlarına halk şahit olmakta ve bu büyük günahlardan tevbe ettiğinde halkın takdirini kazanmaktadır. Ancak nefsinin hastalıklarını ve kusurlarını kimse bilmemektedir. Namazını kılan, orucunu tutan, hac ibadetini yerine getirmiş, zâhirde dört dörtlük Müslüman olan bir kimsenin dahi bâtınında nice nefsânî hastalıklar veya amellerinde kusurlar olabilmektedir. Dışardan takdir görmesine, halk tarafından övülmesine rağmen, insanın, nefsinin kusurlarını fark etmesi ve bunlardan tevbe etmesi büyük erdemlerden sayılır. Kimsenin bilmediği bu kusurları idrak etmek insanı, kibir, ucb ve riyâdan uzaklaştırır; medih karşısında sevinerek gevşeklik göstermek gibi bir durumu ortadan kaldırır.

Ayrıca tasavvufun inâbeyi mürşid gözetiminde gerçekleştirmesi değişim ve gelişimde sürekliliğin hedeflendiğini göstermektedir. Zira insan psikolojisi, uzun süreli hesaplarda gevşeklik göstermeye müsaittir. Başka bir ifadeyle insan, ahirette Allah'a hesap vereceğini düşündüğünden ve ölümü kendisine hep uzak hissettiğinden, hatalar karşısında tevbeyle erteleyebilir, tekrar tekrar aynı hataya düşebilir. Oysa sürekli kontrol altında olduğunu ve yapıp ettiklerini rapor etmek zorunda olduğunu hissettiğinde, utanç duymamak için hatalarını tekrarlamaktan çekinecektir. Bu kontrol, kişide otokontrol mekanizması harekete geçene kadar, mürşit tarafından yapılmaktadır. Böylece insanın kişiliğinde sağlam bir dönüşümün gerçekleşmesi amaçlanmaktadır.

### **2.3.3.5.Vera'**

Dinde haram ve mekruh olan şeyleri terk ettikten sonra, şüpheli olan hususlarla birlikte, helal ve mübahın ihtiyaçtan fazlasını da terk etmek anlamına gelen vera', takvanın en güzel şeklidir.<sup>595</sup> Nitekim Hz.Peygamber vera'yı dinin temeli<sup>596</sup> olarak görmüştür. Başka bir hadisinde de helal ve haramın belli olduğunu, ancak bu ikisi arasında helalden mi haramdan mı olduğu belli olmayan şüpheli konuların olduğunu; bu şüpheli konulardan sakınanın dinini ve şerefini koruduğunu, sakınmayanın ise gitgide harama

---

<sup>594</sup> Hucvirî, *Keşfu'l-Mahcûb*, 357; Kelâbâzî, *Ta'arruf*, 156.

<sup>595</sup> Uludağ, *Tasavvuf Terimleri Sözlüğü*, 379

<sup>596</sup> Aclûnî, *Keşfü'l-Hafâ*, II, 111

daldığını anlatmıştır.<sup>597</sup> Hz.Peygamberin, insanın dinini koruyan temel bir prensip olarak kabul ettiği vera'yı sūfîler, kişilik özellikleri bakımından dört kısımda değerlendirmiştir:

- 1- Vera'-ı Adûl: Dinin hükümlerine riayet etmeye gayret eden fetva ehlidir.
- 2- Vera'-ı Sülehâ: Haram ihtimali olan şüpheli şeylerden kaçınan salihlerdir.
- 3- Vera'-ı Müttakiyân: Helalde şüpheli olanlardan sakınan takva ehlidir.
- 4- Vera'-ı Sıddîkin: Allah'a ibadette kuvvet kazanmak için, kifaf-ı nefis eden yani kendisini idare edecek kadar olanla yetinen salihlerdir.<sup>598</sup>

Bu değerlendirme, kişiliğin gelişimde basamakların adım adım çıktığını göstermektedir. Zira insan önce dinin hükümlerine riayet etmekte, haramlardan kaçınmaktadır ki, bu tür vera' bütün Müslümanların sorumlu olduğu bir durumu ifade etmektedir. Sonra haram olma ihtimali olan şeylerden uzak durma gayretiyle Müslüman kişiliğini sağlamlaştırmaktadır. Daha sonra da helal dahi olsa şüphe karışanı terk etmekte ve son olarak da helal olanın fazla olanını azaltabilmektedir. Bu durumda da insanın kişiliğine takva ve kanaat duygusu yerleşmektedir.

Ebu Nasr es-Serrac Tûsî, *el- Lüma* adlı eserinde vera'yı üç tabakada ele almış ve dinin temeli saymıştır. Serrac'a göre:

- 1- Şüpheli şeylerden sakınanların vera'sı/Avâmın Vera'sı: Kesin olarak helal ve haram denilemeyen şüpheli konulardan sakınanlardır. İbn Sîrîn bu vera'nın kendisine çok kolay geldiğini; gönlüne şüphe veriyorsa hemen terk ettiğini ifade etmiştir.
- 2- Eli bir şeye uzandığında gönlü daralanların vera'sı/Havâssın Vera'sı: Hz. Peygamber "Günah gönlünde daralma meydana getiren şeydir"<sup>599</sup> buyurmuştur. Gönül ehli insanlar, şüpheli konulardan Allah'a sığındıkları ve harama düşmekten titizlikle korktukları için, bu konularda Allah'ın gönüllerine daralma vermesine mazhar olurlar.

---

<sup>597</sup> Buhari 206, Müslim 1599/107, Ebu Davud 3329, Tirmizi 1219,

<sup>598</sup> Eraydın, *Tasavvuf ve Tarikatlar*, 173

<sup>599</sup> Müslim, *Birr*, 14; Tirmizi, *Zühd*, 52

3- Ariflerin ve vecd ehlinin vera'sı/Havâssu'l-Havâsın Vera'sı: Bu son makamdakiler kendilerini Allah'tan uzaklaştıran her şeyi terk ederler.<sup>600</sup>

Tûsî vera'nın diğer tasnifinden farklı olarak, en alt derecesini helal veya haram olduğu belli olmayanlardan sakınmak olarak almıştır. En üst mertebeyi de Allah'tan uzaklaştıran herşeyden uzak durmak olarak değerlendirmiştir. Bu da insanın kişiliğinde ihsan şuurunun yerleşmesini desteklemektedir. Ayrıca Tûsî'ye göre tevbe vera'yı, vera' da zühdü gerektirmektedir.<sup>601</sup>

### 2.3.3.6.Zühd

Sözlükte “yüz çevirmek” anlamına gelen zühd, tasavvufî istilahta “Allah'a yönelmek için dünyadan el etek çekmek, hatta cennet sevdasından bile vazgeçerek sadece Allah'ın rızasını istemek, fuzûlî ve lüzumsuz işleri terk etmek, helâl ve mübahın ihtiyaç fazlasını terk etmek, malk mülke sahip olursa bile gönülde sevgisine yer vermemek” gibi anlamlara gelmektedir.<sup>602</sup>

Cüneyd-i Bağdâdî'ye zühd sorulduğunda, bir defasında “*Dünyayı gözde küçülterek ona ait olan bütün izleri kalpten silmektir*”<sup>603</sup> diye cevap vermiş; başka bir defada “elde malın, kalpte mal sevgisinin bulunmaması”<sup>604</sup> diyerek cevap vermiştir. Başka bir ifadeyle zühd, ne varlığa sevinmek ne de yokluğa üzmektir. Mükellef olduğu ibadetten fazlasını yapanlara âbid denildiği gibi, dünyaya gönül bağlamayanlara da zâhid denilmiştir. Nefsin istek ve arzuları sonsuzdur. İnsan bu isteklerin, yerine getirilmesiyle azalacağını zannederken; nefis, başka istek ve arzularla ortaya çıkabilmektedir. Sûfiler gerçek zâhid yani zühd ehli kimsenin, emelleri terk edip amellere sarılan kimse olduğunu söylemişlerdir.

İbrahim b. Ethem, zühdü, insanın kişilik derecelerine göre üç basamakta ele almıştır:

1- Avâmın Zühdü: Farz olan bu zühd, âlim veya cahil farketmeksizin bütün Müslümanların kaçınması gereken büyük, küçük bütün günahları ifade etmektedir. Tüm Müslümanlar büyük küçük günahlardan nefsini korumakla mükellef tutulmuşlardır.

<sup>600</sup> Tûsî, *el-Lümâ*, 44-45

<sup>601</sup> Tûsî, *el-Lümâ*, 44-45

<sup>602</sup> Uludağ, *Tasavvuf Terimleri Sözlüğü*, 397

<sup>603</sup> Kuşeyri, *er-Risâle*, 279

<sup>604</sup> Kelâbâzî, *Ta'arruf*, 156



2- Havassın Zühdü: Bu zühd çeşidi şüpheli şeylere yaklaşmamak ve helalden fazla olanı terk etmeyi ifade ettiğinden faziletli kabul edilmiştir. Şüpheli konularda dikkatli davranmak ve helal dahi olsa israftan sakınmak nefsin kontrol altına almaya çalışan kimselerin özelliği sayılmıştır.

3- Havass'ul-Havassın Zühdü: Bu zühd, vuslata vesile kabul edilmiştir. Zira bu zühdde sâlik, Allah'ı tefekkür etmesine engel olan her şeyden uzaklaşmaya gayret etmektedir.<sup>605</sup> Bu da nefs-i emmâre ve levvâmeyi geride bırakarak, nefis mertebelerinde belli bir mesafe kat etmiş olan sâlikin özelliği kabul edilmektedir.

Sûfilere göre, bütün Müslümanların yapması gereken zühd olan haramlardan kaçınma, bir adım ileri götürülüp şüpheli şeylerden sakınıldığında ve dünyevî şeylerden uzaklaşıldığında, Hakk'a yakınlığa doğru yol alınmaya başlanmaktadır. Nitekim Hz. Peygamber dünyanın Allah katında sivrisinek kadar bile kıymetinin olmadığını<sup>606</sup> buyurmuştur. Bu hadise binaen sûfiler, dünyaya karşı zâhid olmayı tercih etmişlerdir. Ancak dünyayı sadece içinde yaşadığımız âlem olarak tanımlamamışlardır. Hz. Peygamberin “*Seni Mevlâ'dan gâfil bırakan herşey senin dünyandır*” hadisini esas alarak masivallahı terk etmeyi asıl zühd olarak kabul etmişlerdir. Zühdün en üstünü olan ve âriflere has olan bu zühdde, ârifin kalbinde mâsivâ sevgisi kalmadığından, artık insana sahip oldukları zarar vermemekte ve kalbini ifsad etmemektedir.<sup>607</sup> Ayrıca insanı Allah'tan gafil bırakan herşeyden uzak durulmasının gerekliliği, işlenen fiilin iyi olmasının yanında bir de niyet ve gayenin de iyi olmasını ifade etmektedir. Başka bir ifadeyle bir fiilin değeri onun yöneldiği gayede gizlidir. Bu bağlamda zühdün üç boyutuna işaret edilmiştir: terk, rağbet ve rağbeti gerektiren irade. Yani dünyevî birşeyi terk etmek ile zâhid olunmaz. Zahid terk ettiği şeyle rağbet ettiği şey arasında bilinçli olarak seçim yapabilen kişidir. Bununla beraber bu seçimindeki gaye uhrevîdir.<sup>608</sup>

Başka bir ifadeyle zâhid, sahip olduğu rollerden, alt kimliklerden, (bu rol ve alt kimlikleri kaybetme korkusundan doğan) kaygı ve endişelerinden kurtulmuş kimsedir.

<sup>605</sup> Kuşeyrî, *er-Risâle*, 276 ve 281; Yılmaz, *Ana Hatlarıyla Tasavvuf ve Tarikatlar*, 180.

<sup>606</sup> Tirmizî, *Zühd*, 13; İbn Mace, *Zühd*, 3.

<sup>607</sup> Ankaravî, *Minhâcu'l-Fukarâ*, 293-295.

<sup>608</sup> Semih Ceylan, “Zühd”, *DİA*, (Ankara: TDV Yayınları, 2013) 44: 530.

Zühd, insanı, hırs, tamah, haset, geçim korkusu ve bunlara benzer tüm kötü hasletlerden arındırmaktadır. Bu sebeple de zühd, insanın kişiliğini geliştiren önemli bir unsur kabul edilmektedir.

### 2.3.3.7.Havf/Reca

Havf, istenilmeyen birşeyin başa gelmesi ya da sevilen birşeyin kaybedilmesi düşüncesinden dolayı endişe ve korku içinde olmak demektir.<sup>609</sup> Korku anlamına gelen havf, Allah korkusunu yani “haşyetullah”ı ifade etmektedir. Reca ise ümit anlamında olup, “iyiliğe kavuşacağına<sup>610</sup> ve Allah’tan gelecek ihsana ve lütfâ mazhar olacağına inanmak” demektir. Sûfi, “beyne’l-havf ve’r-recâ” yani korku ile ümit arasında yaşayan kimsedir. Cehennemden korkmak ve cennete girmeyi ümit etmekle beraber, bu ümit ve korkuyu daima canlı tutmaya gayret etmektedir. Zira sûfiler tarafından, Allah’tan ümit kesmek ve ye’s’e düşmek haram kabul edilmiştir.<sup>611</sup>

Havf, imanın hakikatini kapsadığından takva ve vera’yı gerektirmektedir. Nitekim Kur’an-ı Kerim’de de “Sizden önce kendilerine kitap verilenlere ve size “Allah’tan korkun ve takva sahibi olun” diye emrettik” (en-Nisa 4/131) buyrulmaktadır. Allah korkusu bütün kötülüklerden uzak durmanın ve aynı zamanda hayırlı işlerin anahtarı kabul edilmektedir. Zira havf makamı, nefsin şehvetlerini yok etmekte; şüpheli şeylerden sakındırmakta; ibadetlerde huşuya vesile olmakta; Allah’ı bilmeyi ve Allah’tan hayâ etmeyi de beraberinde getirmektedir.

Ayrıca Allah korkusu olan insan, günahlardan vazgeçip hatalarını düzeltmeye gayretli olacağından nasihat ve uyarılara kulak verir. Bu konuda Kur’an-ı Kerim’de “Allah’tan korkan öğütten yararlanır. En büyük ateşe girecek olan kötü kimse ise öğütten kaçınır.” (el-Â’lâ 87/10-11) buyrulurken, havf ehlinin öğütlere ve uyarılara kulak verdiği, değişime açık olduğu; Allah’tan korkmayanın ise kibrinden nasihatlerden kaçtığı anlatılmıştır.

Allah’a iman eden her mü’min, muhakkak Allah’tan korkmaktadır. Ya cehennem korkusu ya dünyada cezalandırılma korkusuyla bir şekilde her inananın kalbinde Allah korkusu mevcuttur. Ancak Allah’tan hakkıyla korkabilmek her inana has değildir.

<sup>609</sup> İbn Manzur, *Lisânü’l-Arab*, 2: 1290.

<sup>610</sup> İbn Manzur, *Lisânü’l-Arab*, 8: 239, 240.

<sup>611</sup> Uludağ, *Tasavvuf Terimleri Sözlüğü*, 292

Herkesin kalbinde var olan Allah korkusu, kendisinin Allah'a olan yakınlığına göre değişmektedir.<sup>612</sup> Ebü'l-Kasım Hakîm, bu derecelendirmeyi, rehbet ve haşyet olarak iki kısımda toplamıştır. Ona göre korku iki kısımdır: rehbet sahibi korktuğu zaman korkuya sığınırken, haşyet sahibi korktuğu zaman Rabbine sığınır. Böylece gerçek manada Allah'tan korkan kişi insanların korktuğu bütün şeylerden güven içinde olmaktadır.<sup>613</sup> Geçim sıkıntısı, gelecek endişesi gibi tüm dünyevî korkularını, Allah'a havale edip Allah'ın gazabından yine O'nun rahmetine sığınmaktadır.

Kulun yaptığı amellere güvenmemesi, kurtuluşuna kesin gözle bakmaması ve bunun sonucunda da son nefesini nasıl vereceğinden korkması, havf makamının en yüksek derecesi kabul edilir. Ebu Talip el-Mekki'ye göre ilahi korkunun ilk derecesi nefsi hesaba çekmek, son derecesi de son nefes korkusuyla meşgul olmaktır.<sup>614</sup> Zira nefsi-i emmârede Allah korkusu bulunmamaktadır. Bu sebeple nefsin terbiye edilmesinin ilk şartı ona Allah korkusunu aşılmasıdır. Allah korkusunun kalpte yerleşmesiyle beraber son nefesinde akıldan çıkarılmamasına dikkat çekilmiştir. İnsandan korkması istenen "son nefes" düşüncesi, onun, nefsiyle olan mücadelesinin son nefesine kadar devam edeceğinin göstergesidir. Nefis bitmek tükenmek bilmeyen heva ve arzularıyla insanın gelişimini tersine çevirmek isterken, insandan beklenen bunu fark edip ilerleyişine devam etmesi ve gelişiminin nihayete erdiğini düşünmemesidir. Aksine ibadetlerinin kabul olduğu hükmünü kendisi veren, nefsini kemâle ulaştırmış gören ve cenneti garantilediğini düşünen bir insanın, kişilik gelişiminin devam etmesi mümkün görülmemektedir.

Ebü Osman Hirî, Allah korkusuna ulaştırmış kulun da kusurunun olduğunu ifade etmiştir. Ona göre havf makamındaki kulun kusuru, bu halle yetinmektir. Bu bağlamda, Vâsitî de korkuyu Allah ile kul arasında perde olarak ifade etmiştir.<sup>615</sup> Zira zikredilen tüm bu tasavvufî kavramlar amaç değil araçtır. Amaç Allah rızasıdır. Bu kavramlar ise, insanın, Allah'ın rızasına ulaşabilmesi için sahip olması gereken tüm vasıfları ona kazandıracak araçlardır. Başka bir ifadeyle bu kavramlar insanın kişilik gelişiminde birer araçtır. Müslüman bir insanın kişiliğini geliştirmekteki asıl gayesi de Allah'ın hoşnutluğunu kazanmaktır. Tasavvufa göre bu gayeyle her zaman gelişime açık olan sâlik, her hangi

---

<sup>612</sup> Ebu Talip el-Mekkî, *Kûtu'l-Kulûb*, 2: 357-362.

<sup>613</sup> Kuşeyri, *er-Risâle*, 292.

<sup>614</sup> Ebu Talip el-Mekkî, *Kûtu'l-Kulûb*, 2: 361-363.

<sup>615</sup> Kuşeyri, *er-Risâle*, 293

bir makamda takılıp kalmamalıdır. Çünkü bir şeye takılıp kalmak onu basitleştirerek alışkanlığa dönüştürebilmektedir. Alışkanlıklarda ise irade ve bilinç zayıfladığından, davranışın insan üzerindeki etkisi de azalmaktadır.

Kısaca havf, yani ilahî korku ve saygı ile insan nefsinin dizginlemekte ve gelişmektedir. Ancak havf, tek başına insanı umutsuzluğa sürükleyebilmektedir. Oysa Allah Teâlâ “Allah’ın rahmetinden ümidinizi kesmeyiniz”<sup>616</sup> buyurmaktadır. Bu bağlamda havf ve reca, birbirine zıt kavramlar oldukları halde, insanın kişilik gelişim sürecinde, beraber bulunması gereken iki önemli unsuru teşkil etmektedir. Zira tek başına ümit gevşekliğe, tek başına korku da ümitsizliğe ve beraberinde psikolojik sorunlara sebep olabilmektedir.

Ümitsizliğe düşmenin ve fazla korkuya kapılmanın insan üzerinde iki farklı etkiye yol açtığı ifade edilir: Ya tamamen nefsinin olumsuzluklarını kabul eder ve kurtuluşunun olmadığına inanarak gelişmekten ve değişmekten vazgeçer ya da korkuya kapılıp ailesini ve kendisini rahatsız edecek derecede ibadete yönelir. Aşırıya kaçmış bu iki durumun itidal üzere olabilmesi için Gazâlî, yine zıdlarıyla tedavi edilmesi gerektiğini ifade etmiştir. Yani ümitsizliğe kapılıp haddi aşan, isyana düşen ve ahlakî zâfiyetler gösteren bir kimsenin korku ile; aşırı korku duygusunun da ümit ile tedavi edilmesini önermektedir. Havf ve recânın dengede tutulması önerilmekle beraber, recâ bir adım önde olması uygun görülmüştür. Zira Allah’a en yakın kullar, O’na en sevimli olan kullardır. Sevgi ise korkuyu değil, ümidi arttırır. Bu sebeple de İmam Gazâlî’ye göre ümit ile amel etmek, korku ile amel etmekten daha makbuldür.<sup>617</sup>

### **2.3.3.8.Ubûdiyyet**

Kulluk anlamına gelen ubûdiyyet, tasavvuf ıstılahında “Ahde vefa göstermek, hududa riayet etmek, elde olana razı olmak, elde olmaya sabretmek, her hususta Hakk’a sığınmak” anlamına gelir.<sup>618</sup> Tasavvufa göre Allah’a yapılan bütün ibadetlerin gayesi ubûdiyyet makamına yani kulluğa ulaşmaktır. İbadet, sadece insanın sorumlu tutulduğu zâhiri davranışlardan ibaret değildir. İnsanı Allah’a yaklaştıran ve onun rûhen

---

<sup>616</sup> Zümer 39/53

<sup>617</sup> Gazâlî, *İhyâ*, 7: 439 ve 446.

<sup>618</sup> Uludağ, *Tasavvuf Terimleri Sözlüğü*, 363.

olgunlaşmasını sağlayan her türlü kalbî amel ve hal de ibadettir. Bu sebeple de ibadet insanı kulluğa eriştiren önemli bir basamak olarak kabul edilmiştir.<sup>619</sup>

Sûflere göre insanı kulluktan alıkoyan iki unsur vardır. Bunlar: nefsin lezzetlerine yönelmek ve kendi yaptıklarına güvenmektir. Bu sebeple hakikî kulluğa talip olan kimseden, taatleri, hakkını vererek yerine getirmesinin yanında, yaptıklarına güvenmeyip onları kusurlu görmesi de beklenmektedir. Ayrıca hakikî kulluk için, başa gelen her şeyin ilahî takdirle gerçekleştiğini müşâhede etmek ve onlara rıza göstermek gerekli görülmüştür. Bu bağlamda, güzel bir kulluğa erişen insan, bütün dünya yüklerini Allah'a havale ettiği için, dünya korkularından selâmete çıkmıştır. İbn Atâ'ya göre hakikî kulluk dört esas üzerine bina edilmiştir: Ahde vefa, ilahî hududları yani farzları muhafaza, mevcuda rıza, elde olmayana sabır.<sup>620</sup> Başka bir ifadeyle kulluk, yaratılıştaki fitratı koruma ve Allah'a verilen sözü yerine getirme gayretidir.

### 2.3.3.9.Sabır

Sözlükte “engellemek, hapsetmek,<sup>621</sup> dayanıklılık” anlamına gelen sabır, tasavvufta “başta gelen musibetten dolayı Allah'tan başka kimseye sızlanmamak, halka karşı kendini acındırmamak” demektir.<sup>622</sup> İmam Gazâlî'ye göre sabır; “ Zıt görüşlü iki kuvvetin karşılaşması anında bir kuvvetin metânet gösterip dayanmasıdır”.<sup>623</sup> Bu zıtlıkların karşılaşmasında insanın hangi yönü kuvvetli ise insan o yöne meyiletmektedir. Şayet nefsinin şehvetleri kuvvetli ise sabretmekten ziyâde, istediğini elde edebilmek için hırsla kapılmakta ve haksızlıklara başvurmaktadır. Ancak belli bir ruhî olgunluğa erişmiş insan, iki zıtlıkta sabrı tercih etmektedir. Sûfiler, sabrı, iradenin kullanımı açısından iki kısma ayırmaktadır:

- 1- Kulun kendi iradesiyle yaptıklarına sabretmesi
- 2- Kulun kendi iradesi dışında gerçekleşen hadiselerle sabretmesi

Kulun kendi iradesiyle yaptıklarına sabretmesi de iki kısımdır:

- 1- Allah'ın emrettiklerini yerine getirirken sabretmesi. (Nefis, kulluktan hoşlanmadığından ibadetlere karşı da sabır gerekli görülmektedir.)

<sup>619</sup> Semih Ceyhan, “Ubûdiyyet”, *DİA*, (Ankara: TDV Yayınları, 2012), 42: 33.

<sup>620</sup> Kuşeyrî, *er-Risâle*, 399-402.

<sup>621</sup> İbn Manzûr, *Lisânü'l-Arab*, 4: 438.

<sup>622</sup> Uludağ, *Tasavvuf Terimleri Sözlüğü*, 302.

<sup>623</sup> Gazâlî, *İhyâ*, 7: 199.

2- Allah'ın nehyettiklerinden kaçınırken sabretmesi.<sup>624</sup>

Kulun iradesi dışındaki (Allah'tan gelen şeylere) sabrı ise;

- 1- Doğrudan Allah'tan gelen hastalık, ölüm gibi musibetlere karşı gösterdiği sabırdır. (Bu sıkıntılara sabretmek, kulun olgunluğa erişmesi için önemlidir. Ayrıca kul çektiği her sıkıntının günahlarına kefarete olduğuna inanarak sabrını kolaylaştırmaktadır.)
- 2- İnsanlar vasıtasıyla gelen dedikodu, iftira, gibi musibetlere karşı sabır göstermektir.<sup>625</sup> İnsan Allah'tan gelen hastalık ve ölüm gibi musibetlere daha sabırlı yaklaşabilirken, Allah'ın insanlar aracılığıyla yolladığı musibetlere sabretmekte zorlanmaktadır. Zira bu musibetlerde Allah'ın takdiri unutulmuş, doğrudan insan odaklı düşünülmektedir. Oysa Allah Teâlâ "(Ey insanlar!) Sizin bir kısmınızı bir kısmınıza imtihan vesilesi kıldık. (Bakalım) Sabredek misiniz?"<sup>626</sup> buyurmaktadır. O halde insanlardan gelen musibetler de Allah'ın birer imtihanıdır. Bu düşünceyle yaşadıklarını anlamlandırmaya gayret eden insan, psikolojik olarak daha güçlü ve çevresine karşı daha sabırlı olmaktadır.

Arifler, bu tasniflendirmeye uygun olacak şekilde sabredenleri farklı kişilikleri bakımından üç makamda değerlendirmiştir:

- 1- Şehvetleri terk edenler ki bunlar tevbe makamında olanlardır. Yukarıdaki tasnifle karşılaştırdığımızda, bu makamda insanın kendi iradesine sabretmesi söz konusudur. İnsanın kendi iradesine sabredebilmesinin ilk basamağı tevbedir. İnsan tevbe ile Rabbine bir söz verir ve sözünü tutma yönünde gayret sarfeder ve sabreder.
- 2- Kazâya rıza gösteren, zâhidlerin derecesindeki kullardır. Burada da kulun kendi iradesi dışında olanlara sabretmesi vardır. İlahî takdire rıza gösterip boyun eğmesi, kulun, kazâ ve kadere sabrını göstermektedir.
- 3- Allah'tan gelen her şeyi hoş ve sevgi ile karşılayanlar; bunlar da siddıkların makamında olan kullardır.<sup>627</sup> Burada sadece kazâya sabretmek yoktur. Aşk ve muhabbet vardır. Bu yüce sevgi gönüle işlemeden "hoştur bana senden gelen"

---

<sup>624</sup> Kuşeyri, *er-Risale*, 377.

<sup>625</sup> Yılmaz, *Ana Hatlarıyla Tasavvuf ve Tarikatlar*, 171.

<sup>626</sup> Furkan 25/20.

<sup>627</sup> Gazâlî, *İhyâ*, 7: 217.

diyebilmek mümkün değildir. O halde sabrın en güzeli muhabbetullah ile olandır diyebiliriz.

Sabır, insanın kişiliğini yüksek makamlara çıkaran en önemli unsurlardan biridir. Zira Hz. Mevlânâ “*Ey oğul! O cefa sana değildir, sendeki kötü huylaradır. Sopayla kilime vuran, kilimi dövmez tozlarını silker!*”<sup>628</sup> diyerek, insanın yaşadıklarını sabırla karşıladığı takdirde, başına gelen tüm hadiselerin onu olgunlaştıracağını ifade etmektedir.

### 2.3.3.10. Sefer

Sefer, sözlükte “yolculuk” anlamına gelir. Tasavvuf ıstılahında ise “Hakk’a yönelen kalbin, zikirle seyretmesi ve manevî yolculuk yapması” anlamına gelmektedir.<sup>629</sup> Tasavvufta zâhirî ve batınî<sup>630</sup> olmak üzere iki tür sefer vardır. Zahirî sefer; başka beldelede bulunan salih mü’minleri ve evliyaları ziyaret etmek, ilim ve edeb öğrenmek, yolculuğun meşakkatlerine katlanarak nefsi terbiye etmek, riyâzet yapmak, şöhretten kaçıp bilinmeyen bir şehirde tanınmayan biri olarak yaşamak, fitne ve fesattan uzaklaşmak gibi sebeplerle yapılan yolculuktur. İlk dönem sûfiler, seferi nefis terbiyesi bakımından önemli kabul etmiş ve çokça sefer yapmışlardır. Nefis terbiyesi bakımından önemli kabul edildiği için, sefere belli kurallar getirilmiştir. Örneğin: sefere çıkmadan anne, baba ve üstaddan izin almak, bakmakla yükümlü olduklarının nafakasını temin etmek, boy abdesti alarak yola çıkmak ve yol boyunca abdestli olmak, evrâd ve ibadetlerini aksatmamak, kimseye yük olmamak ve kimseden bir beklenti içine girmemek gibi. Bu zahirî ve batınî kurallara riâyet etmeden yapılan seferden, hiçbir fayda ve feyz sağlanamayacağı belirtilmiştir.<sup>631</sup> Zahirî yani bedenle yapılan seferin kişilik gelişimi bakımından amacı şöyle sıralanmıştır:

- 1- İlim elde etmek.
- 2- Kâmil mürşid ve sadık dostlar bulmak.
- 3- Boş adetlerden, alışkanlıklardan ve nefsânî şeylerden uzaklaşmak.
- 4- Nefsin hallerini keşfetmek. Bu yolculuğa “sefer” denmesinin sebebi olarak, insanın ahlâkını ortaya çıkarması görülmüştür. Zira yolculuk meşakkatli bir iş olduğundan,

<sup>628</sup> Mevlânâ, *Mesnevî*, 3: 4010.

<sup>629</sup> Uludağ, *Tasavvuf Terimleri Sözlüğü*, 309.

<sup>630</sup> Kuşeyrî’ye göre ise bedenle yapılan ve kalp ile yapılan sefer olmak üzere ikiye ayrılır. Kuşeyrî, *er-Risâle*, 542.

<sup>631</sup> Süleyman Uludağ, “Sefer”, *DİA*, (Ankara: TDV Yayınları, 2009), 36: 298-299.

bu esnada insan bir yandan farklı duygu değişimleri yaşarken, diğer taraftan nefsinin, öfke, haset, kibir, riya, cimrilik, yalan gibi hastalıklarını fark eder.

5- Kâinat ve tarihi eserlere ibret nazarıyla bakmak ve tefekkür etmek.

6- İnsanlar tarafından beğenilme ve şöhret olma arzusunu kalpten atmak. Ârifler, bir yerde fazla ün kazandıklarında ve bu durumun nefislerinin hoşuna gittiğini fark ettiklerinde, çoğu zaman sefere çıkarak tanınmadıkları bir yerde ikâmet etmeyi tercih etmişlerdir.<sup>632</sup>

Batınî veya manevî sefer ise, kötü huydan arınıp güzel ahlak sahibi olmak için ya da güzel huydan daha da güzel olana yönelmek için kalp ile yapılan bir yolculuktur.<sup>633</sup>

Beden ile yapılan seferin de kalp ile yapılan seferin de hedefi aynıdır. Her ikisinde de nefsin terbiyesi ile ahlakî değişim ve kişilik gelişimi amaçlanmaktadır. Beden ile yapılan sefer sonucunda, kalp de aynı zamanda sefer gerçekleştirmemişse; bu durumun sûfilerin nazarında önemi yoktur. Önemli olan insanın ahlâkında, hal ve davranışlarında olumlu ve kalıcı değişimlerin görülmesidir.

### 2.3.3.11. Hüzün ve Gözyaşı

Hüzünlenmek ve gözyaşı dökmek insanın fitratında vardır. Ağlamak ve gözyaşı dökmek bazı durumlarda olduğunda insanın kişisel gelişim ve dönüşümüne katkı sağlarken bazı durumlarda da nefsin ayıplarından sayılmaktadır. Şayet gözyaşı, işlenen günah ve hatadan dolayı, Allah korkusu ve gazabı gibi manevî kaygı kaynaklı ise bu gözyaşı beraberinde pişmanlığı ve tevbe getirmektedir. Pişmanlık ve tevbe ise kişilik dönüşümünü başlatan unsurlardan sayılmaktadır. Ancak bu pişmanlık duygusunun dışında öfke, hırs, dünyalık gam ve keder için de gözyaşı dökülmektedir. Bu çeşit gözyaşını sûfiler, nefsin ayıplarından kabul etmişlerdir. Zira insanın ağlamakla birlikte hissettiği gam ve hüzün duygusundaki rahatlama, kişilik gelişimine engel teşkil etmektedir. Çünkü sûfilere göre değişim ve gelişim süreklilik arz ettiğinden, insanın daha gelişim aşamasında rûhî dinginlik hissetmesini gayretini azaltacaktır.<sup>634</sup> Bu bağlamda tasavvufta gözyaşı döküp tevbe, istiğfar ile günahlarından pişmanlık duymak kadar, gözyaşının ardından, var olan hüznün kalpte devamlılığı da önemlidir. Zira gözyaşından sonra kalpteki hüznün varlığı, ölmeyen nefsi tekrar hata ve günaha

<sup>632</sup> Sühreverdi, *Avârifü'l-Maârif*, 162-166.

<sup>633</sup> Uludağ, "Sefer", 298.

<sup>634</sup> İbrahim Işıtan, *Sûfî Psikolojisi ve Sülemi'ye Göre Benlik Dönüşümü*, (İstanbul: Divan Kitap, 2014), 256



düşmekten alıkoyacaktır. Çünkü insan, kalbindeki eksik yönlerinden kaynaklı derd sayesinde nefesine karşı uyanık olmaya gayret etmektedir. Aksi halde, gözyaşıyla huzur bulunduğu gevşeklik göstermekte, eksiklerini kabul etmekte ve kişilik gelişimini durdurmaktadır. Bu sebeple sûfiler, nefis başıboş kalıp dünya derdiyle dertlenmesin diye onu Allah'ın dininin derdiyle meşgul ederler:

*Derdim derdime derman*

*Vermiş elime ferman*

*Dertsizlik büyük derttir*

*Dertlidir ehl-i iman*<sup>635</sup>

## **2.4. Ahlakın Teşekkülü**

*Sen sana dost olmadıkça umma dostluk kimseden*

*Dost âlemde ararsan, hüsn-i sîrettir sana*<sup>636</sup>

İnsan, ancak içindeki çatışmalar son bulduğu ve kendiyile dost olabildiği takdirde çevresine karşı faydalı bir birey olabilmektedir. Nefsinin isteklerine boyun eğip ahlakî zâfiyetler gösterdiğinde, sağlıklı ilişkiler kurması mümkün değildir. Bu manada, insanın hem Rabbiyle hem de çevresiyle olan bağı güçlendirmesi için tasavvuf, nefsin olumsuzluklarından arınmasının yanında güzel hasletlerle donatılmasını gerekli görmektedir.

### **2.4.1. Edeb**

Edeb, bütün güzel ahlakî vasıfların birarada bulunmasını<sup>637</sup> ifade eden bir kavram olduğundan önemlidir. Terbiye, incelik, nezaket, kabul gören kurallara uyma anlamına gelen edeb, tasavvuf terimi olarak “kişinin sahip olduğu ve onun kötülüklerden vazgeçmesini sağlayan meleke”dir.<sup>638</sup>

---

<sup>635</sup> Alvarlı Muhammed Lütfi, *Divan-ı İlâhiyât Seçmeler*, 139.

<sup>636</sup> Osman Kemâlî, *Aşk Sızıntıları*, 94

<sup>637</sup> İbn Manzûr, *Lisânü'l-Arab*, 1: 206-207; Kuşeyrî, *er-Risâle*, 535

<sup>638</sup> Uludağ, *Tasavvuf Terimleri Sözlüğü*, 116

Sûfiler, edebe ziyâdesiyle önem vermişlerdir. Hatta tasavvufun tanımını yaparken “*tasavvuf edepten ibarettir*”<sup>639</sup> diyen sûfiler olmuştur. Edebe verdikleri önemin yansımaları dış görünüşlerinde fark edilirken, bu görünüşün, kalplerindeki edepten kaynaklandığını ifade etmişlerdir. Görünüşteki edebe önem vermekle beraber kalbin Allah’a karşı edebini zâhirdeki edepten üstün tutmuşlardır. Bu bağlamda, sûfiler edebi, zâhirî ve batınî olarak iki yönlü ele almışlardır. Bu konuda Ebû Nasr Serrâc, edeb sahibi kişilikleri üç sınıfta değerlendirmiştir:

- 1- Dünya ehlinin edebi: Bu kimseler edebi; açık, anlaşılır ve etkileyici güzel konuşmalar yapmak, insanların saygınlığı kazanabilmek, onları etkilemek olarak görmektedir. Bu edeb, dış görünüşün edeblendirilmesinden ibaret olduğundan riyâ içermektedir. Dünya ehlinin edebi olarak adlandırılan bu haller, günümüz kişisel gelişiminin uygulama alanlarıdır. Zira popüler kişisel gelişim öğretileri, güçlü iletişim, etkili konuşma ve saygınlık kazanma üzerine kuruludur.
- 2- Mütedeyyinlerin edebi: Şer’i sınırları korumak, kötü arzuları terk etmek, şüpheli şeylerden sakınmak, nefsi güzel ahlâkla süslemek, gönlü temizlemek, tâatları yerine getirmek ve hayırda yarışmaktır.
- 3- Havâssın edebi: Kalp temizliği, ahde vefa, hâl ve vakti muhâfaza, iç ve dış dengeyi korumak, kalbe gelen havâtır yani boş kuruntulara önem vermemek, her zaman Allah’a karşı edebi muhâfaza etmektir.<sup>640</sup>

Tasavvufun, kişilik gelişimde hedeflediği en üst edeb hali budur. İnsanların arasında sergilenen edeb halinin, yalnız kalındığında da aynı şekilde devam etmesi, dışa yansıyanın kalpte yerleşmiş olması esastır. Sûfiler, tasavvufla eşit gördükleri edeb hakkında şunları söylemişlerdir: Ebû Ali Dekkâk “*Kul, yaptığı tâatiyle cennete girer, tâatteki edebiyle yüce Allah’a erer*”; Abdullah b. Mübârek “*Edeb, nefsi tanımaktır*”; İbn Atâ “*Edeb, güzel haller içinde bulunmaktır*”; Kuşeyrî “*Edeb, bütün hayırlı sıfatların bir arada bulunmasıdır*.” demiştir. Celâl-i Basrî de tevhid, iman, din ve edeb arasındaki bağlantıyla edebi şöyle izah etmiştir: “*Tevhid, imanı gerekli kılar; imanı olmayanın tevhid inancı yoktur. İman da dine uymayı gerekli kılar; dine uymayanın da*

<sup>639</sup> Sühreverdî, *Avârifü'l-Maârif*, 86.

<sup>640</sup> Tûsî, *el-Lüma'*, 164; Kuşeyrî, *er-Risâle*, 537.

*hakikî bir imanı ve tevhid inancı yoktur. Din de edebi gerekli kılar; edebi olmayanın gerçek manada bir dini, imanı ve tevhid inancı yoktur.*"<sup>641</sup>

#### **2.4.2. Sıdk**

Doğruluk anlamına gelen sıdk, tasavvuf ıstılahında "İnsanın, yalandan başka bir şeyle kurtulması mümkün olmadığı durumlarda dahi doğruluktan ayrılmaması, her zaman sözünün özüne uyması" anlamına gelmektedir.<sup>642</sup> Bu konuda en güzel örnek tasavvuf büyüklerinden Abdulkâdir Geylânî'dir. Küçük yaşta, ilim için Bağdat'a gitmek istemiştir. Annesi bu isteğine karşılık, onun kaftanının içine kırk dinar gizleyip, asla doğruluktan ayrılmamasını nasihat etmiş ve onu Bağdat'a yollamıştır. Yolda eşkıyalar önlerini kestiğinde, küçük bir çocuk olmasına rağmen, korkmayarak doğruluktan ayrılmamış ve yalana başvurmamıştır. Onun bu dürüst davranışı eşkıyaları da etkilemiştir.<sup>643</sup>

Sıdk, özün söze yani içteki güzelliklerin dışa vurmuş halidir. Sûfiler içle dışın bir olmasını her zaman esas kabul etmişler ve tüm işlerin temeli olarak görmüşlerdir. Hatta içi mamur kılmayı dışın mamurluğundan önde tutmuşlardır. Bu manada sâdık, sözde doğruluk demekken; siddîk, bütün sözlerinde, işlerinde ve hallerinde doğruluk demek olduğundan, sûfiler, sadık olmaktan öte siddîk olmayı hedeflemişlerdir.<sup>644</sup> Başka bir ifadeyle sûfiler; konuşmada, niyet ve iradede, karar vermede, kararında durma hususunda, amelde, dinî ve mânevî hallerde sıdkı olmazsa olmaz kabul etmişlerdir. Râgıb el-İsfahânî'ye göre sıdk, bütün iyi ve güzel olanın temeli, peygamberliğin esası, takvanın meyvesi ve hatta evrenin en önemli varlık sebeplerinden biridir.<sup>645</sup>

Kısaca tasavvufun "sıdk" kavramıyla oluşturmak istediği kişilik: zarara uğrayacağını bilse dahi doğruluktan ayrılmayan, itibarını kaybetmek korkusuyla yalana başvurmayan, vaktini faydalı işlerle meşgul eden, tatlı sözlü, dürüst bir kişiliktir.<sup>646</sup>

---

<sup>641</sup> Kuşeyrî, *er-Risâle*, 535-538.

<sup>642</sup> Uludağ, *Tasavvuf Terimleri Sözlüğü*, 316.

<sup>643</sup> Bk. Abdurrahman Câmî, *Nefahâtü'l-Üns*, 714.

<sup>644</sup> Kuşeyrî, *er-Risâle*, 419.

<sup>645</sup> Mustafa Çağrı, "Sıdk", *DİA*, (Ankara: TDV Yayınları, 2009), 37: 99.

<sup>646</sup> Kuşeyrî, *er-Risâle*, 422, -424.

### 2.4.3. Fütüvvet

Fütüvvet sözlükte “gençlik, yiğitlik” anlamlarına gelir. Tasavvufî ıstılahta ise “Toplumun kurtuluşu için kişinin kendini feda etmesi, herhangi bir karşılık beklemeden başkalarına yardım ve iyilikte bulunması, başkalarını kendi nefesine tercih etmesi, onları kendinden daha önemli görmesi” gibi özel bir anlam ifade etmektedir.<sup>647</sup> Nitekim Hz. Peygamber, Müslümanlar arasındaki kardeşliğe sıkça vurgu yapmış ve Müslüman kardeşinin ihtiyacını gidermeye devam ettiği sürece Allah’ın da o kulun ihtiyacını gidereceğini söyleyerek, onları birbirinin ihtiyacını gidermeye teşvik etmiştir.<sup>648</sup> Sûfîler de bu düşüncüyü fütüvvet kavramıyla karşılayıp düstûr edinmişlerdir. Fütüvvet ehlinin, yani sûfîlere göre asıl yiğit insanın, kişilik özellikleri şöyle sıralanabilir:

- Din kardeşlerinin kusurlarını affeden,
- Kimseye düşmanlık ve kin beslemeyen,
- Bir kimseden eziyet ve elem geldiğinde unutan,
- Nefsini hesaba çekeabilen,
- Vefâlı, fedakâr, cömert ve diğerkâm,
- Karşılık beklemeden iyilik ve yardımda bulunan,
- Başkalarının menfaatini kendi nefsinden üstün tutabilen,
- Özür dilemeyi gerektirecek hatalar yapmaktan kaçınan,
- Verdiği sözde duran,
- Kendini başkalarından üstün görmeyen,
- İnsanlar ondan bir istekte bulunduğunda kaçmayan,
- İrâdesine hâkim olabilen ve nefis putunu kırabilen,
- Gelmeyene giden, uzak durana yakın olabilen,
- İnsanlara eziyet etmeyen ve bol bol ikramda bulunan,
- Sevgi ve merhameti bütün canlıları kapsayacak kadar yüce olandır.<sup>649</sup>

Her nefis, kendisini beğenir, ön plana çıkarmayı ve önce kendi menfaatine uygun olanı yapmayı ister; başkalarının huzuru için kendinden feragat etmek istemez. Tasavvuf, fütüvvet kavramıyla nefsin en büyük hastalığı olan kibir ve ucbu tedavi etmektedir. Ona

<sup>647</sup> Uludağ, *Tasavvuf Terimleri Sözlüğü*, 140.

<sup>648</sup> Buhârî, Rikâk, 7; Müslim, Birr, 15; Tirmizî, Birr, 19.

<sup>649</sup> Kuşeyrî, *er-Risâle*, 440-443; Süleyman Uludağ, “Fütüvvet”, *DİA*, (Ankara: TDV Yayınları, 1996), 13: 259-260; İsmail Ankaravî, *Minhâcu'l-Fukarâ*, 333.

kendisini büyük görmemesini, benlik iddiasından vazgeçmesini öğretmektedir. Bu bağlamda Kuşeyrî fütüvveti “*senin ortaya koyduğun, fakat nefsine pay çıkarmadığın fazilet*”<sup>650</sup> şeklinde tanımlamıştır.

#### 2.4.4. Cûd/Sehâ

Cömertlik anlamına gelen cûd, tasavvufta karşılık beklemeden insanlara faydalı olmayı ifade etmektedir.<sup>651</sup> Âlimlere göre cûd ve sehâvet insânî vasıflardan olması bakımından aynı manaya gelmektedir. Ancak cûd kelimesinin ismi faili olan “cevâd” Allah’ın isimlerinden iken, sehânın ismi faili olan “sahî” Allah’ın isimlerinden değildir. Bu da ikisi arasında farkın olduğuna işaret etmektedir. Sahî, yaptığı cömertliği bir sebebe ve maksada bağlarken; cevâd, sebebe gerek duymaksızın cömert olandır. Örneğin; sahî, Müslüman olmadığı için bir kimseye yardım etmekten geri durabilirken, cevâd ihtiyaç sahibinin dinine, mezhebine veya herhangi bir farklılığına bakmaksızın elinden geleni yapandır. Allah Teâlâ, dünyada, kullarına mü’min kâfir ayırmadan nimetlerini ihsan ettiği için “Cevâd” ismi, esmaü’l-hüsna’dandır.<sup>652</sup> Tasavvufun cömertlik konusunda, oluşturmak istediği kişilik sahî değil, cevâddır. Bu konuyu sûfiler, “İsterler de vermezsem elimi, vermezler de istersem dilimi kessinler” diyerek ifade etmişlerdir.

Ayrıca Abdullah b. Mübârek cömertlik konusuna farklı bir bakış açısı getirerek asıl cömertliğin, insanların elindeki maldan gözünü çekmek suretiyle yapıldığını ve bunun nefsin cömertliği olduğunu söylemiştir. Ebû Ali Dekkâk da cömert insanın; elinde malı ve imkânı olup da veren değil, elinde imkânı olmadığı halde vermeye devam eden kimse olduğunu ifade etmiştir.<sup>653</sup> Bu ifadelerden anlaşıldığı gibi, tasavvuf, insanın başkasına el açmamasını, onların sahip olduklarını düşünüp haset etmemesini de cömertlik saymaktadır. Bununla beraber her koşulda “veren el” olabilmeyi öğütlemektedir.

#### 2.4.5. Îsâr

Fütüvvetin bir manasının da “başkalarını kendi nefsine tercih etmek” olduğunu söylemiştik. Tasavvufta bu düşünce ayrı olarak “îsâr” kavramıyla karşılanmaktadır. Îsâr, sözlükte “seçmek, ihtiyar” anlamına gelirken, tasavvufta ise “dünyevî ve uhrevî her

<sup>650</sup> Kuşeyrî, *er-Risâle*, 444.

<sup>651</sup> Uludağ, *Tasavvuf Terimleri Sözlüğü*, 91.

<sup>652</sup> Hücvirî, *Keşfu’l-Mahcûb*, 378, 379.

<sup>653</sup> Kuşeyrî, *er-Risâle*, 485, 486.

türlü konuda dostlarının ve din kardeşlerinin arzularının, kendi arzularının önüne geçmesi anlamına gelmektedir”.<sup>654</sup> Îsâr kavramının Türkçede karşılığı diğerkâmlık ve özgecilik; Batı dillerinde altruizm, Modern Arapçada gayriyyedir.<sup>655</sup>

Îsâr, cömertliğin en üstün derecesidir.<sup>656</sup> Zira îsârda, kendisi muhtaç olduğu halde başkasını tercih edip onun ihtiyacını giderebilmek vardır. Kur’an-ı Kerim’de “*Kendileri ihtiyaç içinde olsalar bile, (kardeşlerini) kendilerinden önde tutarlar. Kim nefsinin cimriliğinden, hırsından korunursa, işte onlar kurtuluşa erenlerdir.*” (el-Haşr 59/9) buyurularak îsâr ahlâkı övülmüştür. Îsâr, daha çok mal ile yapılan fedakârlıklar için kullanılmakla birlikte “can ile îsâr” denilen sevgi kaynaklı îsar da vardır. Zira insan sevdiği için tüm sıkıntılara göğüs gerebileceği gibi canını dahi feda edebilmektedir. Bu sebeple can ile îsâr mal ile îsardan üstün tutulmuştur. Sevgi ve fedakârlık arasındaki bu bağdan dolayı tasavvufta sevgi kısaca îsâr olarak da tanımlanmıştır.<sup>657</sup>

Kısaca, farklı derecelendirme ile ele alınan cömertliğin sûfilere göre ilk derecesi sehâ, sonraki derecesi cûd, en üst derecesi de îsârdır.<sup>658</sup> Tasavvuf ise bu farklı kişilik özelliklerinden îsârı hedeflemektedirler. Ancak sûfilere göre îsâr, ulaşılması belli bir ruhî olgunluk gerektiren bir mertebedir. Aksi halde nefsi îsâra zorlamak daha büyük bir ahlakî zaafiyeti beraberinde getirebilmektedir. Mesela; elindeki malı kendi ihtiyacı olduğu halde başkasına veren kimse, kendi halinden sızlanıp şikâyet edebilir ve başkalarına el açabilir. Şayet, kendi nefsi karşısında başkasını tercih ettiği halde bu durumun sıkıntısına sabredebilecek erdeme sahipse îsârı; sızlanıp başkalarına el açacak ise kendi nefsini tercih etmesi uygun görülmüştür.<sup>659</sup> Bu da tasavvufun, kişilik gelişimini aşamalı olarak gerçekleştirdiğini ve genel geçer kuralların aksine her insanın fitratına göre farklı yöntem uyguladığını gösteren bir durumdur.

#### 2.4.6. Kanaat

Kanaat, sözlükte “payına razı olma” anlamındadır. Terim olarak ise “azla yetinip elindekine razı olmak, kendisinin ve sorumluluğu altındakilerin ihtiyaçlarını asgari şekilde karşılamak sûretiyle başkasına el açmamak, aç gözlülükten, aşırı kazanma

<sup>654</sup> İsmâil Ankaravî, *Minhâcu'l-Fukarâ*, 330.

<sup>655</sup> Mustafa Çağrı, “Îsâr”, *DİA*, (Ankara: TDV Yayınları, 2000), 12: 490.

<sup>656</sup> Gazâlî, *İhyâ*, 6: 190.

<sup>657</sup> Çağrı, “Îsâr”, 491.

<sup>658</sup> Kuşeyrî, *er-Risâle*, 475.

<sup>659</sup> Çağrı, “Îsâr”, 490.

hırsından kurtulmak” olarak tanımlanmaktadır. Kanaat, dünya tutkusunun kalpten silinmesiyle elde edilen ahlakî bir erdemdir. Kanaatsizlik ise dünyaya bağlılığı ve bunun neticesinde; hırs, tamah, şereh (hazlara düşkünlük) ve tûl-i emel gibi ahlakî zafiyetleri getirmektedir.<sup>660</sup>

Kanaatin, sadece fakirliğe sabretmek olarak anlaşılması doğru değildir. Çünkü kanaatte esas olan hırs ve tamahtan kurtulmaktır. O halde zengin veya fakir ayırt etmeksizin tüm insanların kişiliklerini kanaat üzerine geliştirmeleri esas kabul edilmiştir. Ayrıca insanların zengin olsa dahi aç gözlülüğten kurtulması ve kanaatkâr olmasıyla israf da büyük ölçüde önlenecektir. Özellikle tüketimin, zaruret çerçevesinden çıkıp çılgınlığa dönüştüğü postmodern dünyada, sahip olunması gereken en önemli erdem kanaat olarak görülmektedir. Kanaat olmadığında ise insan her neye sahip olursa olsun daha fazlasını isteyecek, elindekiyle mutlu olmayacaktır.

#### 2.4.7. Şükür

Sözlükte “teşekkür etme, nimeti dile getirme, iyiliği bilip dile getirme”<sup>661</sup> anlamına gelen şükür, tasavvufta “Allah’ın nimetlerine karşı nankörlük etmemek, nimetin kıymetini bilmek ve nimetleri hatırlamak ve Allah’ı övmek” anlamına gelir. Ayrıca tasavvufî eğitimde şükür, sızlanmayı bırakmakla birlikte, Allah’ın verdiği nimetlere ilim, hal ve amelle teşekkürde bulunmak manasını da içermektedir.<sup>662</sup> Bu bağlamda sûfîler şükürü, Rabbin nimetlerini kalp ile tasdik edip dil ile de ikrar etmek olarak tanımlamışlardır. Şükürü eda ediliş bakımından üç kısma ayırarak bu konuda farkındalığı arttırmışlardır:

1- Dil ile şükür: İyilik sahibini iyiliği için övmektir. Dil ile yapılan şükür, kulun tevazu içinde Allah’ın verdiği nimetleri hatırlaması, O’nu hamd ü sena ile anması anlamı taşımakla birlikte, sadece Allah’a karşı değil, iyilikte bulunan tüm insanlara vefa göstermek demektir. Bu manasıyla şükür, iyiliğe iyilik anlamında olduğundan, her kişinin kârı kabul edilmektedir.

<sup>660</sup> Mustafa Çağrı, “Kanaat”, *DİA*, (Ankara: TDV Yayınları, 2001), 24: 289.

<sup>661</sup> İbn Manzur, *Lisânü'l-Arab*, 6: 92.

<sup>662</sup> Uludağ, *Tasavvuf Terimleri Sözlüğü*, 338: İlimle teşekkür; nimeti bilmek, nimetten dolayı sevinmekle ve nimete sevinirken onu vereni düşünmekle olur. Hal ile şükür; beden ve uzuvların sevap işlemesiyle olur. Amel ile şükür; nimeti veren Allah’ın emirlerine uymakla ona ibadet ve kullukta bulunmakla olur.

- 2- Beden ile şükür: Kulun, elindeki nimetin gerçek sahibi olan Allah'a vefa gösterip hizmet etmesi, kulluk görevini yerine getirmesidir. Bu şükürde, Allah'a verdiklerinden dolayı yöneliş vardır.
- 3- Kalp ile şükür: Nimeti değil onu vereni düşünmektir. Kalp ile şükürde şükre karşı şükür vardır. Şükre karşı şükür, nimete karşı şükürden daha üstündür. Zira nimet karşısında şükür kolaydır, ancak nimet elden gittiğinde şükür halini muhafaza edebilmek zordur. Bu sebeple eldeki nimete şükredene “şâkir” yani şükreden, nimet elden çıktığı halde şükredebilene ise “şekûr” yani çokça şükreden denilmiştir.<sup>663</sup>

Başka bir ifadeyle şâkir; (nimet karşısında) mutlu olduğu için şükreden, şekûr ise şükredebildiği için mutlu olandır diyebiliriz. Tasavvuf insanın kişiliğini, “şâkir”den ziyâde “şekûr” yönünde geliştirebilmeyi hedeflemektedir. Her haline şükredecek bir yol bulan insan, çeşitli imtihanların olduğu dünya hayatında güçlü bir psikolojiye sahip olmaktadır.

## 2.5. Tarikatlarda Ortak Olan Kişilik Gelişim Esasları

Tasavvufta “Allah'a giden yollar, yaratılanların nefesleri sayısınca” kabul edilmektedir. Bu çeşitlilik, insanların kişilik ve karakter farklılıklarından kaynaklanmaktadır. Her insan kendi istitaatine göre Allah'a ulaştıran bir yol seçmektedir. Her müridin, kendi tarîkini Hakk'a ulaşmada en kestirme yol olarak kabul etmesi, kendilerinin en doğru, diğerlerinin yanlış olduğunu iddia etmesi demek değildir. Bir tarikatın yol ve yöntemini benimseyenler, o yolun esaslarına uygun karakterde olduklarından, seçtikleri yol, onları hedeflerine daha kolay ulaştırmış olmaktadır. Aksine kendi fitratına uygun olmayan bir yola giren kişi ise daha yavaş yol kat etmektedir.<sup>664</sup>

Tasavvufta Allah'a ulaştıran yollar çoklukla ifade edilmesine rağmen, Allah'a ulaşmak isteyen insanların kişilik özellikleri genel anlamda üç grupta toplanmıştır. Tarikatlerde bu fitrî özellikler çerçevesinde kişilik gelişimi sağlanmaktadır:

**Ahyar Yolu:** Bu yolu tercih edenler; hayır, hasenâtı ve zâhir amelleri fazlasıyla yerine getiren kimselerdir. Hayırlı işlerle meşgul olmalarından dolayı bu yolda olanlara “ahyâr” yani “hayırlılar” denilmektedir. Takva yolu da denilen bu yolda ibadet ve taatle kişiliği geliştirmek esastır.

<sup>663</sup> Kuşeyrî, *er-Risâle*, 363, 364

<sup>664</sup> Necmeddin-i Kübra, *Tarikatlarda On Esas*, 33-34.



**Ebrar Yolu:** “İyiler, iyilikseverler” anlamına gelen bu yolda; riyâzet ve çile ile nefis-i emmârenin eğitilmesi ve kötü ahlâkın değiştirilmesi esastır. Kalpteki; kibir, riyâ, haset, ucb gibi kötü huyları silmek için nefisle mücâdele edilirken, zikir ile de kalp, tevhid nuru ile cilalanmaktadır. Bu yolda esas olan riyâzettir. Tarikatlere göre, makbul olan riyâzet; insanın karakterine yumuşaklık ve incelik verir, insanı huzura erdirir, gönlü Allah sevgisiyle doldurur ve Allah sevgisine engel olan herşeyi gönülden çıkarır. Sabır ve tahammül ile nefisleriyle mücâhede edenlerin ve nefislerinin haz duyduğu şeyleri en aza indirenlerin, zâhir ve bâtınında iyilikler meydana gelmektedir. Riyâzetle insanın kişiliğinde meydana gelen bu değişimden dolayı bu yolu benimseyenlere “ebrar” denilmiştir.

**Şüttar Yolu:** Necmeddin-i Kübrâ'nın “seçkinler yolu” olarak değerlendirdiği bu yol aşk ve muhabbet yoludur. Bu yolda sâlik, kemâl elde edinceye kadar seyr ü sülûkuna devam etmektedir. Bu sebeple bu yolda gayret esastır. Tembelleğe ve ümitsizliğe yer yoktur.

Bu yolun kişilik gelişiminde “ölüm” önemli bir metod kabul edilmektedir. Ancak buradaki ölüm, “ölmeden evvel ölmek” denilen, cesedin diri, nefsin ölü olduğu somut bir kavramdır. Bu bağlamda ölümden maksat, var olan vücudu yok etmek değil; “Ene(ben)” demeyi yok etmektir. Bu düşünceden yola çıkarak Necmeddin Kübrâ Hallac-ı Mansur'u “Ene'l- Hakk” demesinden dolayı eleştirmiştir. Ona göre, eğer Hallac-ı Mansur nefsinin öldürmüştü olsaydı “ene” diyemezdi ve böylece idam da edilmemiş olurdu. Nefsin, benlik iddiasından vazgeçmesinin amaçlandığı somut ölüm, kişilik gelişimi bakımından dört şekilde izah edilmiştir:

- Kırmızı ölüm: Nefsin isteklerine muhalefet etmek suretiyle gerçekleşen, nefsin ölümüdür.
- Beyaz ölüm: Açlıkla mide şehvetini öldürmektir.
- Yeşil ölüm: Giyim kuşam konusunda en azıyla yetinip kanaat etmek, israftan ve gösterişten kaçmak suretiyle yapılan nefsin ölümüdür. Hatta ilk dönem sûfiler, yamalı giysiler giyerek, nefsin giyim kuşama ortaya çıkan kibrini öldürmeye gayret etmişlerdir.

- Siyah ölüm: İnsanlardan gelen eziyete katlanmaktır.<sup>665</sup> Burada haksızlık karşısında susmak değil, insanların farklılıklarını sabır ile karşılamak, onlara karşı anlayışlı olmak esastır. Böylece nefis, insanları ötekileştirme ve kendisini üstün görme gibi konularda terbiye edilmektedir.

Kişilik dönüşümü ve gelişimi için, her tarikatta farklı uygulamaların olduğu görülmektedir. Farklı yol ve usuller benimsemiş olsalar da gerçekleştirilmesi hedeflenen kişilik bakımından, bütün tarikatlerde: tevbe ve istiğfar ile yaptıklarından pişmanlık duymak ve bir daha eski hatalarına dönmemeye gayret etmek, zühd, takva, tevekkül, kanaat, murâkabe, sabır ve uzlet ehli olmak, zikirde devamlılık sağlamak, Allah'tan gelen herşeye razı olmak<sup>666</sup> ve bu yönde kişiliğin oluşması için kâmil bir rehber edinmek ortaktır.

Bütün tarikatlarda, mürşid mutlaka gereklidir. Zühd döneminde bireysel olarak yapılan kişisel ve mânevi gelişim, tasavvuf ve tarikatlar döneminde mürşid yardımıyla yapılmıştır. Zira ilk dönemde eğitim, daha çok takva ve istikâmet üzerine bina edilmişken; daha sonraki dönemlerde keşf ile beraber birçok kavramın ortaya çıkmasıyla tecrübe sahibi mürşidlere ihtiyaç duyulmuştur. İbn Haldûn da nefis ile mücâhedeyi; takva, istikâmet ve keşf olarak sıralamış; takva ve istikâmet için şeyhi<sup>667</sup> gerekli görmezken, keşf mücâhedesini için bir rehberin varlığını gerekli görmüştür.<sup>668</sup>

Şeyhler, eğitim metodlarına göre isimlendirilmektedir. İlim sahibi olmakla birlikte irfân sahibi de olup, müridlerine, dinin zâhiri hükümlerini ve bâtınî inceliklerini öğreten şeyhlere, tâlim şeyhi denmektedir.<sup>669</sup> Müridlerin mânevi hallerinden haberdar olan ve onları sadece sohbet ile irşâd eden şeyhe “sohbet şeyhi” denmektedir.<sup>670</sup> Bu yöntemde esas olan müridin, mürşidinin halini görerek, onu kendisine rol model olarak alması; mürşidin de müridini görerek, onda bulunan zaaf ve kötü ahlâkı fark edip nasihatini bu yönde vermesidir. “Gönülden gönüle giden bir yol vardır” ve bu yolda gözler köprü

<sup>665</sup> Necmeddin-i Kübra, *Tarikatlarda On Esas*, Şerheden: İsmail Hakkı Bursevi, Terceme: Rahmi Serin, Baskıya Hazırlayan: Arif Pamuk, (İstanbul: Pamuk Yayınları, Basım Yılı Yok), 23-53

<sup>666</sup> Necmeddin-i Kübra, *Tarikatlarda On Esas*, 57

<sup>667</sup> Şeyh bütün tarikatlarda ortak unsur olmakla birlikte, şeyh kelimesinin kullanımında farklılıklar mevcuttur. Şeyh yerine Nakşibendiyye’de “Hâce”, Yeseviyye’de “Ata”, Bektâşilerde “Baba-Dede”, Türkistan’da ve İdil havzası Türkler’inde “İşân” tabiri kullanılmaktadır.

<sup>668</sup> Reşat, “Şeyh”, 51.

<sup>669</sup> Reşat, “Şeyh”, 52.

<sup>670</sup> Süleyman Uludağ, “Sohbet”, *DİA*, (Ankara: TDV Yayınları, 2009) 37: 350.

görevi görmektedir. Şeyhin gönlünün genişliği, müridin gönlünün gaflet uykusundan uyanmasına sebep olabilmektedir. Bu bağlamda, müridin, yakaza halini yakalayabilmesi için şeyhin nazarı önemli görülmüştür. Zira uyanık bir gönül, gaflet uykusundan uyanmak isteyen bir gönüle şifa olabilmektedir. Bir diğer isimlendirme de “tarikat şeyhi, irşâd şeyhi ya da terbiye şeyhi”dir. Terbiye şeyhleri, sohbet ve tâlim şeyhlerinin özelliklerine sahip olmakla beraber, müridin seyr ü sülûkuna nezaret etmekle sorumludur. İrşâd şeyhine, müridini kabiliyeti yönünde eğitirse “kâmil şeyh”; müridin kabiliyetini aşarak onu kemâle erdirebilirse “ekmel şeyh” diyenler olmuştur.<sup>671</sup>

Tasavvufta irşâd görevi üstlenen mürşidler ne kadar önemli ise, şeyh olduklarını iddia eden sahtekâr insanlar da bir o kadar tehlikeli olarak görülmüş ve mürşidde bulunması gereken vasıflar belirtilmiştir. Kâmil bir mürşid: irşâd vazifesini nefsi adına, yani ün, para gibi çıkar sağlamak için talip olmamaktadır. Bununla beraber, kâmil bir mürşidden tevâzû sahibi olması, güler yüzlü ve yumuşak huylu olması, insanlardan hürmet beklememesi, müridlerinin hakkını koruması, onların kabiliyetlerini keşfetmesi ve onlara bu ölçüde sorumluluk yüklemesi beklenmektedir. Ayrıca kâmil bir mürşid, iyiliği öğütlemekte kabiliyetli olduğu gibi, yanlış bir durumda insanları uyarmak da kabiliyetlidir. Hatta konuşmaksızın ima ile dahi olsa müridinin hatasını düzeltebilmektedir.<sup>672</sup> Müridin, bu vasıflara sahip kâmil mürşide muhabbet beslemesi, onun seyr ü sülûk yolunda ilerleyebilmesi için önemli görülmüştür. Zira insan, sevgi olmadan yaptığı hiçbir işten verim alamamaktadır. Bu sebeple mürid-mürşid arasında muhabbetin sağlanması için “râbîta” metodu geliştirilmiştir. “İki şey arasındaki bağ, sevgi” anlamına gelen râbîta, kişinin kalbini bağladığı iyi ve kötü herşeyi ifade etmektedir.<sup>673</sup> Model olarak öğrenme metodu sayılan râbîta, müridin, mürşidinin davranışlarını örnek almasını sağladığı gibi, kendisini her zaman mürşidinin yanında hissederek edeb halini korumasını da sağlamaktadır. Bu yöntemle, henüz ruhî olgunluğa erişmemiş salike, “ihsan alıştırma” yaptırılmaktadır. Her zaman tekâmülüne esas alan tasavvufta, mürşid râbîtası da belli bir gelişim sağlanana kadar yapılmaktadır.

Sohbet şeyhliği metoduyla, tarikatlarda sohbet de başlı başına önemli bir unsur haline gelmiştir. Tasavvuf, sohbet yoluyla müride rol model sunmuş olmaktadır. Böylece hem kâl diliyle eğitim verilirken hem de hâl diliyle eğitim verilmiş olmaktadır. Bu

---

<sup>671</sup> Reşat, “Şeyh”, 51.

<sup>672</sup> Sühreverdî, *Avârifü'l-Maârif*, 525-533

<sup>673</sup> Selvi, Dilaver, *Tasavvuf Metodu Olarak Rabîta*, (İstanbul: Semerkand Yayınları, 2016), 23

“örneklik” yöntemi, eğitimde başarı elde etmek için etkili bir yöntemdir. Sohbet, birlik ve beraberliği ifade etmesi bakımından da önemlidir. Kuşeyrî, sohbetten elde edilecek beraberliği üç kısımda değerlendirerek, sohbetin kişilik gelişimindeki etkisini ortaya koymuştur:

- Hal ve yaşça üstün olanlarla sohbet ve beraberlik: Bu beraberlikte kişiye düşen karşısındaki zâtın bilgi ve tecrübesinden istifade etmek, “biliyorum” kibrine kapılmadan, bildiği konu dahi olsa, sessizce nasihate kulak vermektir.
- Hal ve yaşça aşağıda olanlarla sohbet ve beraberlik: Bu beraberlikte kişi, sahip olduğu bilgileri karşısındakine aktararak insanlara faydalı olmaktadır. Yanlış bir durum gördüğünde yumuşaklıkla uyarmayı kendisine vazife edinmektedir.
- Birbirine denk ve benzer halde olanların sohbet ve beraberliği: Bu beraberlikte dostluk ve arkadaşlık vardır. Sûfiler, bu sohbetlerde, kusur görmemeyi, birbirlerine muhabbet nazarıyla bakmayı, sahip olduklarını dostlarıyla paylaşmayı teşvik ederler. Birine kalpleri ısınmadığında ise hatayı karşı tarafta değil yine kendi nefislerinde aramaktadırlar. Müslümanların birbirini sevmesinin gerekliliğini hatırlayarak, hissettiği bu sevgisizliğin karşı tarafın kusurundan değil, kendisinin salihlerden olmadığından kaynaklandığını düşünmektedirler.<sup>674</sup>

Tasavvuf, insana, kendisinden üstün olanla, aşağıda olanla ve kendisine eşit olanla sohbet ederken uyması gereken edebi göstermektedir. Bu tür edebler insana, toplum içinde daha hassas yaşamayı öğretmekte ve bireysel kişilik gelişiminin ötesinde, insanın sosyal kişiliğini geliştirmektedir. Ayrıca bütün tarîkatlarda ortak olan “ihvan” anlayışını da güçlendirmektedir. Tarîkatta aşılana kardeşlik duygusunda müriden, kardeşlerine karşı tahammüllü olması, onlara karşı sevgi ve şevkatli olması, yaptığı iyilikte karşılık beklememesi, tevâzû sahibi olması, arkadaşını hatasında terk etmemesi ve onları Allah için sevmesi istenmektedir.<sup>675</sup> Bu ahlâk özelde tarîkat kardeşini kapsıyor gözükse de, ulaşılmak istenen hedef; müridin, bütün Müslüman kardeşlerine, hatta tüm insanlara ve kâinata, karşı sevgi ve şevkatle yaklaşabilmesidir. Müridin, böylesine geniş muhabbet duygusuna erişebilmesi için, ona, ilk olarak yol arkadaşları olan ihvanlarını sevmesi tâlim edilmektedir.

---

<sup>674</sup> Kuşeyrî, *er-Risâle*, 551-552.

<sup>675</sup> Sühreverdî, *Avârifü'l-Maârif*, 544-550; Süleyman Uludağ, “İhvan”, *DİA*, (Ankara: TDV Yayınları, 2000), 21: 580.

## 2.6. Sistemleştirilmiş Bir Kişilik Gelişim Unsuru Olarak On Bir Esas

Nakşibendî şeyhlerinden Abdulhâlık Gucduvâni tarafından tanzim edilen on bir esasın sûfi kişiliğın oluşumunda önemli bir yeri vardır.

### 2.6.1. Hûş Der Dem

Hûş, akıl; dem, nefes demektir. Hûş der dem ise, alıp verilen her bir nefeste gafletten uzak olmayı, her nefeste kalbin uyanık ve huzurda olmasını ifade eden bir kavramdır.<sup>676</sup> Her nefes alıp vermede Allah'tan gafil olmamak, zor ve meşakkatli olsa da tasavvuf insandan, aldığı nefesın idrakinde olmaya gayret etmesini istemektedir. Zira mutasavvıflar, Allah'tan gafil olarak tek nefes bile almamanın, kalbi huzurla dolduracağını ifade etmişlerdir. Tasavvufta bu huzur, Allah'ın "Hayy" isminin bir tecellisi sayılmaktadır.<sup>677</sup> Zira kendisini "yaşatanın" Allah olduğunu her daim tefekkür ederek nefes alıp veren bir insanın gönlü, huzurda olmaktadır. Bununla beraber, kendisine hayat bahşettiği için Allah'a karşı daima şükür halinde olmaktadır. Ayrıca nefesini, içinde bulunduğu zamanda en uygun olan işle meşgul olurken harcamaya gayret etmektir. Böylece geçmişe ahlanmaktan ve gelecek için büyük planlar yapmaktan, kısaca geçmiş ve gelecek endişesinden kurtulmaktadır. Tasavvufta bu durum vaktin oğlu anlamında "ibnu'l-vakt" kavramıyla karşılanmaktadır. Bu bağlamda sûfi, alıp verdiği nefesın ve geçmekte olan vaktin kıymetini bildiğinden, bu kıymetten dolayı da vaktini rıza-i ilâhîye uygun değerlendirdiğinden ibnu'l-vakt olmaktadır.

### 2.6.2. Nazar Ber-Kadem

Nazar ber kadem, sâlikin, şehirde ya da çölde her nerede olursa olsun yürürken ayakucuna bakmasını ifade eden kavramdır. Bu kavramla, sûfinin yürüdüğü mânevî yolda gaflette olmaması ve attığı adımın bilincinde olması kastedilmektedir.<sup>678</sup> Gözün gördüğü, gönle girip onu meşgul ettiğinden gönlü, lüzumsuz bakışların kirinden, haram nazarlardan korumak önemli görülmüştür. Bu sebeple de sûfiler, yürürken zaruret dışında sağa sola bakmayı uygun görmemektedir.<sup>679</sup> Bu davranışları, Hz. Peygamber'in de yürürken önüne baktığına dair nakillere dayanmaktadır. Bu sebeple de yürürken önüne bakmak, sünnet-i seniyyeden kabul edilmiştir. Başı önünde, sağa sola bakmadan

<sup>676</sup> Ankaravî, *Minhâcü'l-Fukarâ*, 28.

<sup>677</sup> Sâfi, *Reşahât*, 33, 34; Eraydın, *Tasavvuf ve Tarikatlar*, 376.

<sup>678</sup> Ankaravî, *Minhâcü'l-Fukarâ*, 28.

<sup>679</sup> Sâfi, *Reşahât*, 35; Eraydın, *Tasavvuf ve Tarikatlar*, 377

yürüyen bir kimsede edeb ve tevazu vasfı kuvvet bulurken; haset, kibir, riya, ucb gibi kötü hasletlerde tedavi edilmektedir. Zira sağa sola bakmamakla kendisinden aşağıdakilere üstünlük taslamamış ve kendisinden yukarıdakilere de kıskançlık duyarak haline isyan etmemiş olmaktadır.<sup>680</sup> Bununla beraber etrafındaki insanların yanlışlarını fark etmediğinden gıybete de düşmekten kendisini korumuş olmaktadır.

### 2.6.3. Sefer Der-Vatan

Sâlikin, ahlâk-ı zemîmeden ahlâk-ı hamîdeye doğru gerçekleşen kişilik dönüşüm ve gelişimi anlamında bir kavramdır. İnsana, kendi huyu güzel görünse dahi, tasavvuf ona, kendisinden daha üstün ulu insanlara nisbetle, ahlâkını zayıf görmek suretiyle daha iyisi için gayret sarfetmesini öğütlemektedir. İnsanın kendini üstün ahlâkta görmesini sûfiler, büyük bela olarak kabul etmişlerdir.<sup>681</sup> Çünkü insanın kendisini üstün kabul etmesi, gayretini sonlandıracağından kişilik gelişimi önünde büyük engel teşkil etmektedir. Tasavvufta bu ahlâkî dönüşüm, mânevî/bâtînî/derûnî/ezoterik<sup>682</sup> bir sefer olarak kabul edilmiştir. Bununla beraber seferin bir de zâhirî yönü bulunmaktadır. Zâhirî sefer, insanın, nefis terbiyesinde yanında ona yol gösterecek bir rehber istemesi sonucunda, kâmil bir mürşide intisab etmeyi elzem görmesi ve kendisine bu talimi verebilecek bir mürşidi bulmak gayesiyle memleket memleket dolaşmasını ifade etmektedir.<sup>683</sup>

### 2.6.4. Halvet Der-Encümen

Zâhirde halk ile, bâtında Hakk Teâlâ ile birlikte olmak anlamına gelen bir kavramdır. Bu esası benimseyen Nakşibendiyye tarikatında, halvet değil, sohbet esastır. Tarikatın kurucusu Bahâeddin Nakşibend “*Hayır cemiyettedir, cemiyet sohbedtedir*” demiştir. Başka bir ifadeyle bu yolda, halktan uzaklaşarak kendini inzivaya çekmek yoktur; halkın arasına karışmak, onlarla oturup kalkmak, alışverişte bulunmak, dostluklar kurmak vardır. Ancak tüm bu sosyal birlikteliklerin yanında Allah’tan gâfil olmamak en önemli düstûr kabul edilmektedir. Halk arasında Hakk ile beraberliğin sağlanabilmesi için de “zikir” metodu kullanılmaktadır. Devamlı zikir ile gönül Allah’a raptedildiğinde,

<sup>680</sup> Eraydın, *Tasavvuf ve Tarikatlar*, 377

<sup>681</sup> Sâfî, *Reşahât*, 36.

<sup>682</sup> Ezoterik, Grekçede iç veya derûnî olan anlamına gelen “esoterik”dan gelmektedir. Bk. Mahmut Erol Kılıç, *Anadolu’nun Ruhu, Tasavvuf, Felsefe, Siyaset Konuşmaları*, 4.Baskı (İstanbul: Sûfî Kitap Yayınları, 2016)

<sup>683</sup> Eraydın, *Tasavvuf ve Tarikatlar*, 377

artık sâlik, halkın arasına karıştığında çarşı pazarda duyduğu sesleri dahi zikir olarak algılamaktadır.<sup>684</sup>

### 2.6.5. Yâd-Kerd:

Bu kavram, dilin kalp ile beraber, riyâsız, zikretmesini ifade etmektedir. Murâkabe mertebesine ermiş olan sâlik, kelime-i tevhid zikrini dil ile yapmaktadır. Dil ile yapılmasından maksad, önce dilin sonra kalbin pasının silinmesi görülmüştür. Böylece sâlikin, murâkabe halinden müşâhede mertebesine yükselmesi hedeflenmektedir. Bu makamda artık dil damağa yapıştırılır, gözler yumulur ve sadece kalp ile kelime-i tevhid söylenir. Zikir, kalbin ayrılmaz bir sıfatı olana kadar, yani kalp her daim zikreder hale gelene kadar, zikre büyük bir kararlılık ile devam etmek önemli görülmüştür.<sup>685</sup>

Kelime-i Tevhid, nefiy ve ispattan meydana gelmektedir. “La ilahe” nefiy kısmıdır ve kalpteki kötülüklerin, nefsî hastalıkların atılmasını ifade etmektedir. İnsanın kişilik gelişimi ve mânevî değişimi için öncelikle kötü hasletlerden arınması esastır. Bu bağlamda, kelime-i tevhidin nefiy ile yani “la” ile başlaması hikmetli görülmüştür. “La” ile nefsinin hastalıklarından arınan insan, “illallah” sırrıyla da kalbî ve ruhî sağlığına kavuşmaktadır. Bu ilahi nur ile insan asıl fitratına tekrar dönmektedir.<sup>686</sup> Böylece ahsen-i takvim üzere yaratılışına tekrar kavuşan insan, zübde-i âlem olma şerefine nail olmaktadır. Bununla beraber Necmeddin-i Kübrâ, zikir ile kişilikte değişim ve gelişimin gerçekleşebilmesi için zikirde sürekliliğin önemine dikkat çekmiştir. Ona göre ara sıra yapılan zikir “kesik zikir”dir ve zikri kesik olanın kulluk hizmeti de kesik olmaktadır.<sup>687</sup> Böyle bir durumda zikirde istenen maksat hâsıl olmamakta ve insanın kişilik gelişimi sağlanamamaktadır. Kısaca sûfilere göre, zikirde devamlılık sağlandığı müddetçe, sâlik, kötü ahlâkını iyi vasıflarla değiştirebilmekte; istikâmet sağlandığında da iyi vasıflarını geliştirerek daha da mükemmelleştirmektedir.

### 2.6.6. Bâz- Geşt:

Bâz-geşt; sâlikin, dili ve kalbiyle beraber samimi bir şekilde “İlahî ente maksûdî ve rızâke matlûbî” (Allah’ım benim maksadım ve muradım sensin, isteğim senin rızana kavuşmaktır) diyerek, zikirde zihnine gelen iyi veya kötü düşünceleri bertaraf etmeye

<sup>684</sup> Sâfi, *Reşahât*, 40; Eraydın, *Tasavvuf ve Tarikatlar*, 378

<sup>685</sup> Sâfi, *Reşahât*, 41, 42; 260; Eraydın, *Tasavvuf ve Tarikatlar*, 378, 379

<sup>686</sup> Necmeddin-i Kübrâ, *Tarikatlarda On Esas*, 106, 107

<sup>687</sup> Necmeddin-i Kübrâ, *Tarikatlarda On Esas*, 103

gayret etmesidir. Sâlik, mâsivâdan arınmış bir zikre erişinceye kadar ara ara bu cümleyi söylemektedir. Ancak sûfiler, zikir esnasında zihnî arınma sağlanmasa bile zikrin terk edilmesini uygun görmemişlerdir. Bu bağlamda zikir mâsivâdan arınana kadar, gayret göstermek ve zikre devam etmek gerekli kabul edilmiştir.<sup>688</sup>

### **2.6.7. Nigâh-Daşt:**

Kalbi, nefsânî düşüncelerden muhafaza etmek manasına gelen bir kavramdır. Tecelligâh-ı ilâhi olan kalbi, havâtır ve vesveselerden kurtarmak için insanın hayal gücünü kontrol altına alması gerekli görülmüştür. Zihin kontrolü kolay olmadığından, sûfiler, bu konuda zikrin gücünden istifade ederler. Mevlânâ Sâdeddin Kaşgarî, akla başka bir şey getirmeksizin, bir iki saat kelime-i tevhidin manasını düşünmenin zihnî ve kalbî muhafazanın gerçekleşmesinde önemli olduğunu vurgulamıştır.<sup>689</sup> Bu kavram, meditasyon ve yoga ile ulaşılmak istenen “zihindeki düşüncelere bağlanmama”yı sağlayan bir metottur. Ancak meditasyon ve yogada hiçbirşey düşünülmez iken, nigâh-daşta Allah dışında hiçbirşeyin düşünülmemesi esastır. Ayrıca yoga ve meditasyonda akıp giden düşüncelere müdâhale edilmezken, nigâh-daşta kötü düşüncelerin engellenmesiyle zihin kontrolü de sağlanmış olmaktadır.

### **2.6.8. Yâd-Daşt:**

Yâd-daşt, nigâh-daştın derinliğini anlamak olarak tarif edilmektedir. Bu kavramla, nefsânî düşüncelerden ve mâsivâdan temizlenen kalbin, Allah’ın zikri ve muhabbetiyle doldurulması esastır. Başka bir ifadeyle kalbin Allah Teâlâ’ya karşı gafletten uyanması ve “agâh” olmasını ifade etmektedir.<sup>690</sup> Bu kavramın ortaya çıkardığı netice, tasavvufun kişilik gelişiminde gerçekleştirmek istediği asıl hedeflerden biridir. Tasavvufun belirlediği kişilik gelişim unsurları bu “uyanıklık” ile yol almakla birlikte, kişilik gelişiminin başlayabilmesi için de gerekli bir unsurdur. Başka bir ifadeyle kalbin gafletten uyanması ile kişilik dönüşümü başlamakta, bu haldeki istikrarla da kişilik gelişimini sağlamaktadır.

---

<sup>688</sup> Sâfi, *Reşahât*, 43; Eraydın, *Tasavvuf ve Tarikatlar*, 379

<sup>689</sup> Sâfi, *Reşahât*, 44; Eraydın, *Tasavvuf ve Tarikatlar*, 379, 380.

<sup>690</sup> Sâfi, *Reşahât*, 45; Eraydın, *Tasavvuf ve Tarikatlar*, 380.



### 2.6.9. Vukûf-i Zamanî:

Zamanı iyi değerlendirmek ve her halin muhâsesini yapabilmek hatta nefes alıp verirken dahi uyanık olmaktır. Bu hali, mürid hayata geçirdiğinde artık her an Allah'ın kendisini murâkabe ettiğinin şuurunda olarak zamanını boşa geçirmekten ve gaflete düşmekten uzak olmaktadır. Bahâeddin Nakşibend, kabz halinde yani kalbin daraldığı ve sıkıldığı zamanlarda istiğfar etmeyi; bast yani kalbin genişlik ve bollukla huzura erdiği zamanlarda da şükretmeyi vukûf-i zamanî olarak değerlendirmiştir. Ayrıca zamanın, gafletle mi yoksa rızaya uygun olarak mı geçmekte olduğuna dair muhâsabenin yapılmasının önemli olduğuna da işaret edilmiştir. Sûfiler, geçmekte olan vaktin gaflet ile geçtiği idrak edildiğinde “bâz-geşt” yani “Allah’ım benim maksadım ve muradım sensin, isteğim senin rızana kavuşmaktır” diyerek vaktin içinde Allah’ın rızasına en uygun işe yönelmeyi tavsiye etmişlerdir.<sup>691</sup>

### 2.6.10. Vukûf-i Adedî:

Vukûf-i adedî, zikirde sayıya riâyet etmek demektir. Burada zikir sayısından maksat zihni dağınıklıktan toplamak ve dikkati arttırarak zikir ile kalbin huzur bulmasını sağlamaktır. Zikrin çok ya da az söylenmesinden ziyâde ihlas ile söylenmesi esas olmakla beraber, bu kavramda, belli bir sayıya işaret edilmesi kalpte zikrin yerleşebilmesi bakımından sayının gerekliliğini ifade etmektedir.<sup>692</sup> Nasıl ki, spor yapan bir kişinin kaslarının açılması için bir hareketi belli bir sayının üstünde yapması gerekiyorsa, kalbin manevî kaslarının da açılabilmesi için zikre belli sayıda devam etmek gerekli görülmüştür.

### 2.9.11. Vukûf-i Kalbî:

Vukûf-i kalbî, kavramının iki manası vardır. Birincisi: Yâd-daşt ile aynı manayı içeren, kalpte Allah dışında bir şeye yer vermemektir. Başka ifadeyle, zâkirin gönlünün mezkûra bağlaması olarak tarif edilmiştir. Diğer bir manası da zikir esnasında kalbe yönelmek ve kalbi uyanık tutmaya gayret etmektir. Mutasavvıflar, ancak uyanık bir kalp ile zikirten fayda sağlanabileceğini ifade etmişlerdir. Kalbi uyanık tutmak için de sol göğsün altındaki çam kozalağına benzeyen et parçasına yönelmek suretiyle<sup>693</sup> dikkati

<sup>691</sup> Sâfi, *Reşahât*, 46, 47; Eraydın, *Tasavvuf ve Tarikatlar*, 375

<sup>692</sup> Sâfi, *Reşahât*, 47; Eraydın, *Tasavvuf ve Tarikatlar*, 375

<sup>693</sup> Sâfi, *Reşahât*, 48; Eraydın, *Tasavvuf ve Tarikatlar*, 375, 376

belli bir noktaya toplamayı hedeflemişlerdir. Dikkat belli bir noktaya toplandığında ise zihin dağınıklığı büyük ölçüde kontrol altına alınmaktadır. Buradaki dikkat bir süre devam ettiğinde de dış âlemden soyutlanma ve zikirde yoğunlaşma hali yaşanmaktadır. Bu hal sona erdiğinde de “*Kalpler ancak Allah’ı anmakla mutmain olur*” (er-Ra’d 13/28) ayetindeki huzur hali yakalanmış olmaktadır.

### **III. BÖLÜM: TASAVVUFÎ EĞİTİMİN KİŞİLİK GELİŞİMİ İLE GÜNÜMÜZ KİŞİSEL GELİŞİMİNİN ORTAK KAVRAMLARI VE FARKLILIKLARI**

Üçüncü bölüm dört ana başlıktan oluşmaktadır. Bu bölümde kişilik gelişiminin önündeki zorlukları, tasavvufî eğitim ile günümüz kişisel gelişiminde kullanılan ortak kavramları, tasavvufî eğitim ile günümüz kişisel gelişiminin farklılıklarını ve kişisel gelişimin problemlerini ayrı başlıklarda ele alacağız.

#### **3.1. Kişilik Gelişiminin Önündeki Zorluklar**

İnsanın kişilik gelişiminin önündeki en büyük zorluk olarak kendi nefsi görülmektedir. Bununla beraber bir takım dış etkenler de nefsin hastalıklarını arttırmakta ve kişilik gelişimini engelleyen durumlardan sayılmaktadır.

##### **3.1.1. Nefsânî Arzular (Çok yemek/Çok uyumak/Çok konuşmak)**

Nefis, insanda bulunan yedi aza (göz, kulak, dil, el, ayak, mide ve ferç) üzerinde çok yemek, çok uyumak ve çok konuşmak yoluyla hâkimiyet kurmaktadır. Bu üç yolla insanın kişilik gelişimi tersine çevrilmektedir. İnsan yemeden, uyumadan ve kimseyle konuşmadan yaşamını devam ettiremez. Ölçülü olmayı öğütleyen İslam dini bu konuda da insanı ölçülü olmaya davet etmektedir. Zira herşeyin aşırısı zarar olduğu gibi uyku, yemek ve konuşmada da aşırıya gitmek insanın gelişimini olumsuz etkilemektedir. Gazâlî'ye göre çok konuşmanın ve çok uyumanın asıl sebebi çok yemekten geçmektedir. O halde önce, afetlerin başı olan çok yemenin insana verdiği zararları ele alalım:

- İnsanı tembelleştirir: Tokluk, kalbin fazla kanı pompalamasına manî olur. Böylece insan tembelleşir, kalbi körleşir, Adeta sarhoş gibi kafası dumanlanır ve düşünce merkezlerini kaplar. Bu sebeple kalbin düşünce cereyânı ağırlaşmış olur.
- İbadetlere karşı ağırlık verir: Çok yemek bedene ağırlık vereceğinden ibadetlere karşı da tembellik vermekle beraber, abdest tutamama, oruca dayanamama gibi zorluklara da sebep olur.
- Yoksulun halinden anlamama: Açlığı kendisi dahi unuttuğundan aç ve yoksul kimselerin hallerine karşı duyarsız olur.

- Azgınlığa meylettirir: Çok yemek nefis-i emmâreyi kuvvetlendireceğinden insanı azgınlığa ve sapkınlığa düşürür.
- Şehvete düşkünlüğe sebep olur: Midesini tıka basa doyuran kimse şehvetine hâkim olamamaktadır.
- İsrafa sebep olur: Çok yemek yiyen, daha sofradayken dahi bir sonraki öğünde ne yiyeceğini düşündüğünden akli daima yemek içmektedir. Böylece çok fazla tükettiğinden israfa çokça düşmektedir.
- Hastalıklara sebep olur: Obazite beraberinde birçok hastalığı getirmektedir.
- Çok konuşmaya sebep olur: İnsanı başta gıybet olmak üzere nice dil afetlerine düşürmektedir.
- Çok uyumaya sebep olur: Çok yiyen çok su içer, böylece midesi tıka basa dolu olduğundan uykuya meyleder.<sup>694</sup>

Çok yemekten kaynaklanan çok konuşmak, insanı; gıybet, iftira, yalan, boş konuşma gibi dil afetlerine sürüklemektedir. Çok konuşan çok hata yapar ve daha sonra, şayet farkına varırsa, bu hataları sebebiyle nefisini sürekli kınayarak kendisine eziyet eder. Çok konuşanın sözlerine abartı ve yalan karışmaktadır. Ayrıca çok konuşan kendisini ilgilendirmeyen şeylerden uzak durmadığı gibi dilin en büyük afetlerinden sayılan gıybetten de kendisini alıkoyamaz.

Hız. Peygamber gıybeti zinadan daha şiddetli görerek, zina edenin tevbe edip affedilebileceğini; fakat gıybet edilen affedilene kadar gıybet edicinin affedilemeyeceğini söylemiştir. İnsanı gıybeti sürükleyen birçok nefisî hastalıklar bulunmaktadır. Kin, haset, kibir, alaycılık ve cehâlet bunlardan birkaçıdır. Gıybet, zamanını boşa geçiren ve eğlenmek için insanların kusurlarını konuşan insanların nefislerine sınımsız yerleşmiştir. Bu nefislerde gıybetin tedavisi daha zor olmaktadır. Bu tür gıybet sırf insanları zemmetmek, onların kusurlarıyla alay etmek için yapılmakla birlikte, haset, kibir ve ucb gibi başka nefis hastalıklarını da içermektedir. Bir başkasının kusuru üzerinden kendi nefisini aklamaya çalışmak insanın acizliğinin ve nefisindeki kusurları gizlemeye çalışmasının bir göstergesidir. Şayet kişi, kızgınlığından dolayı o kişi hakkında gıybeti düşünüyor ise şöyle düşünerek gıybetten kendisini uzak tutması tavsiye edilmiştir: “Ben bu kişiye hiddetimi devam ettirir ve sürekli gıybetini yaparsam, Allah’ın yasakladığı gıybete yapmaktaki Allah’ın gadabına uğrarım, haklı iken

<sup>694</sup> Gazâlî, *İhyâ*, 5: 299-312.

haksız, ahirette alacaklı iken borçlu duruma düşerim”. Nitekim kıyamette gıybet edenin sevapları, başkasını gıyabında zemmettiği ve ayıbını teşhir ettiği için, gıybet ettiği kişiye verilir; verilecek sevabı kalmadığında gıybet edilenin günahları gıybet edene yükleneceği nakledilmektedir.<sup>695</sup> Aksine başkasındaki kusuru örtenin de ahirette kusurunu Allah’ın örteceği de müjdelenmektedir.<sup>696</sup> Bu iki bilgi arasında tercih yapıldığında akıllı kişinin gıybetten vazgeçmesi beklenmektedir.

Hz. Peygamber kişinin kendisini ilgilendirmeyen konuları terk etmesini imanının üstünlüğü olarak saymıştır.<sup>697</sup> Ancak sadece kendisini ilgilendirmeyen konularda değil kendisini ilgilendirse dahi bir konuyu fazlaca uzatmak hoş görülmemektedir. Kısa ve öz açıklamak laf kalabalığından kaçınmak gerekmektedir.<sup>698</sup>

Çok uyumak da nefsin zevk aldığı ancak insanın gelişimini engelleyen hallerdendir. Allah Teâlâ gündüzü mâişet kazanmak, geceyi de uyuyup dinlenmek için yaratmıştır. Her insanın belli bir uyku saati vardır. Bu saat yetişkinlerde 7-8 saattir. Ancak ruhî ve bedenî yönden sıhhatli kişilerde uyku saati 4-5 saate kadar düşebilmektedir. Çok uyumak insanın gününü kısaltarak zaman kayıplarına sebep olmaktadır. Ayrıca orta derecede olan uyku bedene sıhhat verirken, fazlası bedene zarar vermektedir. Uyurken nefes alış-verişlerinin yavaşlaması ve beyne az oksijen gitmesinden dolayı çok uyumak baş ağrısı ve dikkat dağınıklığına sebep olmaktadır. Bunun aksine az uyumak tavsiye edildiği gibi, beyne kafî miktarda oksijen gidebilmesi için uykuyu bölme tavsiye edilmiştir. Allah’ın veli kulları, gece ibadetine kalkıp bir de soğuk suyla abdest aldıklarında bedenî fonksiyonları normalleştirmektedir. Böylece uykuları bölündüğünden sabah daha dinç uyanmakta ve açık bir zihne sahip olmaktadır. Bununla beraber az uyumaları sebebiyle gün içinde bedenleri ve zihinlerini dinlendirmek için kısa süreli öğlen uykusuna yatarlar. Hz. Peygamberin öğütlediği ve gece ibadetine kalkmayı kolaylaştıran bu uyuya “kaylûle” denmektedir. Kaylûle ile insanın biyolojik ritmi denge kazanmaktadır.<sup>699</sup>

---

<sup>695</sup> Gazâlî, *İhyâ*, 5: 494, 503-514.

<sup>696</sup> Buhârî, *Mezâlim*, 3; Müslim, *Birr*, 58; Tirmizî, *Birr ve Sıla*, 85.

<sup>697</sup> Tirmizî, *Zühd*, 11.

<sup>698</sup> Gazâlî, *İhyâ*, 5: 398.

<sup>699</sup> Osman Ersan, “Ah Nice Bir Uyursun, Uyanmaz mısın?”, *Altınoluk Dergisi*, (2006-Şubat, sayı:240), 40, (Altınoluk İnternet Arşivi- 15.08.2018)

### 3.1.2. Dünyevî Fitneler

İnsanın kişilik gelişimini etkileyen en önemli etkenlerde biri dünyadır. Zira nefis dünyaya meyyaldır. Bu sebeple dünyanın derdi de neşesi de nefsi meşgul eden ve insanın gelişimine engel olan durumlardır. İmam Gazâli de kişilik gelişim sürecini anlatırken, gündelik olaylar, ev içi problemler ve geçim sıkıntısı gibi dünyevî meselelerin onu zaman zaman amacından uzaklaştırdığı; ancak istikrarlı bir şekilde kalbini Allah'ın zikriyle canlı tutmaya gayret ettiğini ifade etmiştir. Ayrıca kalbinin Allah'ı her daim zikretmeye alışabilmesi, dünyevî hâdiselere ve insanlara takılıp Allah'tan gafil olmaması için kendisini her fırsatta yalnızlığa çektiğini ve zikir ve tefekkürle meşgul olduğunu söylemiştir.<sup>700</sup>

İnsanı kişilik gelişim gayesinden uzaklaştıran en büyük sorunlardan biri rızık endişesine kapılmaktır. Zira rızık endişesi duymak Hakk'a güvensizliğin bir sorunu olduğu gibi, geçim korkusuyla hırs ve tamahı da beraberinde getirir. Hırs ve tamah duygusu da insanın, hiç ölmeyecekmiş gibi dünyaya bağlanmasına sebep olur. Bu sebeple sûfiler, dünya sevgisini bütün kötülüklerin anası kabul ederler. Bu düşünce çerçevesinde Eşrefoğlu Rûmî, nefs-i emmâreyi yedi başlı ejdarhaya benzetmiştir. Bu ejderhanın en büyük başı dünya sevgidir ve diğer başlar da buna tâbidir. Rûmî, büyük baş kesilince diğer başların kendiliğinden kuruyup gideceğini ifade etmiştir. Dünya sevgisini kesip atmanın da ölümü çokça düşünmekle mümkün olduğunu söylemiştir.<sup>701</sup>

#### 3.1.2.1. Rızık Endişesi

İnsanın gelişiminin önündeki engellerden biri rızık endişesidir. Ayrıca bu engel beraberinde nice engelleri de getirmektedir. Çünkü geçim korkusu; hırs ve tamah ile dünyalık için çalışmayı ve isteklerini elde edebilmek için tûl-i emel talebine sebep olmaktadır. Rızık endişesine düşen insan, malının tükenme korkusuyla cimriliğe de düşebilmektedir. Yarından endişe ettiği için durmadan çalışıp çabalayan insan, nefsinin hastalıklarını durup düşünmeye, onları tanımaya ve tedavi etmeye de vakit bulamamaktadır. Zira onun vaktini harcadığı tek şey mâişetini temin etmektir.

*Devlet-i dünya nasibinse gelir olma melûl*

<sup>700</sup> Gazâli, *el-Munkızu Mine'd-Dalâl ve Tercümesi*, Trc. Salih Uçar, 2. Baskı (İstanbul: Kayıhan Yayınları, 2016), 58.

<sup>701</sup> Eşrefoğlu Rûmî, *Müzekkin-Nüfus*, 203

*Gelmediyse hale râzı ol ki devlettir sana*<sup>702</sup>

Ku'an-ı Kerim'de insanlara, rızıklarını aramalarıyla<sup>703</sup> birlikte rızık endişesine düşmemeleri<sup>704</sup> emredilmektedir. Hz. Peygamber şöyle buyurmuştur: “Eğer siz Allâh’a gereği gibi güvenseydiniz, kuşları doyurduğu gibi sizi de rızıklandırırdı. Kuşlar sabahları kursakları boş olarak çıktıkları hâlde akşam doymuş olarak dönerler.”<sup>705</sup> Hadisten anlayacağımız üzere rızık endişesinin sebebi, Allah’a olan tevekkülün noksan oluşudur. İnsanın çalışıp çabalaması bu rızık zâhiri sebebidir; rızık bâtınî sebebi ise insanın Allah’a güvenmesi ve O’ndan gelene rıza ile şükretmesidir. Zira Allah Teâlâ “*Andolsun, eğer şükrederseniz elbette size nimetimi artırırım. Eğer nankörlük ederseniz, hiç şüphesiz azabım çok şiddetlidir.*” (el-İbrahim 14/7). O halde rızık şükretmeksizin daha fazlası için hırs ve tamahla gayret etmek Allah’ın nimetini değil gazabını gerektirir; nimeti arttıracak olan ise tevekkül ve şükürdür. Nitekim Kur’an-ı Kerim’de Allah’a güvenen kullar şu ayet ile müjdedirilmiş: “...*Kim Allah’a karşı gelmekten sakınırsa, Allah ona bir çıkış yolu açar. Onu beklemediği yerden rızıklandırır. Kim Allah’a tevekkül ederse, O kendisine yeter. Şüphesiz Allah, emrini yerine getirendir...*” (el-Talâk 65/2-3)

Rızık endişesinin sebeplerinden biri de kanaat etmemek ve israftan kaçınmamaktır. Rızıkının darlığından şikâyetlenen insanların psikolojik tahlili yapıldığında; aslında birçoğunun asgâri geçim şartlarına sahip olduğu halde, bulunduğu durumdan memnun olmadığı ve daha yüksek refâh seviyesinde yaşayanlara özendikleri için sıkıntı çektikleri görülecektir. Hâlbuki bir Müslümanın maddî nimetler konusundaki ölçüsü, daha alçakta olanlara bakarak haline şükretmektir.<sup>706</sup>

### **3.1.2.2. Hırs ve Tamah**

Hırs sözlükte “tutku, öfke, aç gözlülük, sonu gelmeyen istek” anlamına gelmektedir. Tasavvuf istilâhında “kişinin bir şeyi elde etmesi için tüm gücüyle helal, haram demeden, hak hukuk gözetmeden, amacı uğrunda her vasıtayı mubah görerek

<sup>702</sup> Osman Kemâlî, *Aşk Sızıntıları*, 88

<sup>703</sup> Fâtır 35/12; el-Mülk 67/15

<sup>704</sup> el-En‘âm 6/151; el-İsrâ 17/31.

<sup>705</sup> Tirmizî, Zühd, 33.

<sup>706</sup> Osman Nûri Topbaş, “Rızık Allah’tandır”, *Genç Dergisi*, 40 (Ocak, 2010), erişim: 16.08.2018, <http://www.osmannuritopbaş.com>

çabalmasını” ifade eder. <sup>707</sup> Hırs ile aynı anlama gelen tamah da ahlâkî zâfiyet olan açgözlülük demektir. İnsan haset etmeyi karakter edindiğinde, başkasına karşı olan bu kıskançlığı onu kanaatsizliğe, hırs ve tamah zilletine sürüklemektedir.

Hırs, âdemoğlunun fitratında bulunmaktadır. İnsan asla aza kanaat etmek istememekte, hep daha fazlasını istemektedir. Hz. Peygamber şöyle buyurmuştur: “*Âdemoğlunun iki dere dolusu altını olsaydı, üçüncüsünü isterdi. Âdemoğlunun karnını ancak bir avuç toprak doldurur. Tevbe edenin tevbesini Allah kabul eder.*”<sup>708</sup> Hz. Ömer, tamahı fakirlik olarak görürken, göz tokluğunu, kimsenin malına göz dikmemeği asıl zenginlik olarak görmüştür. Gazâlî’ye göre hırs ve tamahın ilacı sabır, ilim ve ameldir. Amelden maksat; geçimde iktisat, infâkta îtidâldir. İktisatı sağlayıp kanaati elde etmek için masrafları olabildiğince azaltmak ve giderleri en az zarurî seviyeye indirmek gerekli görülmüştür. Aksi halde masraflar fazlalaşınca kanaat edip az ile kifâyet edilememektedir. Masraflar olabildiğince zarurî ihtiyaç seviyesine indiğinde geçim sıkıntısı kalmayarak nafaka temini de kolaylaşmaktadır. Bilhassa günümüzde nefsin en büyük putu para olmuşken ve insanlar gösteriş uğruna israfa sürüklenirken aza kanaat etmek meşakkatli bir iş olmaktadır. Tasavvuf bu noktada sabrı tavsiye etmektedir. Dünya nimetlerinin geçiciliğini bilerek elde olana sabretmek, tamahkâr değil kanaatkâr olmak gerekli görülmektedir. İlimle, insanın dünya geçimini temin ederken, hırs ile haram ve helali görmezden gelmesine manî olacak bilgi kastedilmektedir. Zira ilim ile insanın Allah korkusu artacağından, ilim sahibi insan dünya malı için Allah’ın sınırlarını aşmaktan korkmaktadır.

Hz. Peygamber, iktisat edeni Allah’ın zenginleştireceğini, israf edeni ise fakirleştireceğini bildirmiştir.<sup>709</sup> Ayrıca rızık için fazlaca istekte bulunmak rızık artmasına sebep değildir. İnsanın rızık konusunda Allah Teâlâ’ya güvenmesi hırs ve tamah hastalığının bir diğer ilacı kabul edilmiştir. Allah’ın “Rezzak” olduğu unutulduğunda insanlara karşı ihtiyaç ve minnet duygusu artmaktadır. Bu ihtiyacı sebebiyle onlara yaranmaya çalışırken dini de tehlikede görülmektedir. Çünkü bu uğurda onların haramlarını görmezden gelebilmekte, her davranışlarını mübah

---

<sup>707</sup> Uludağ, *Tasavvuf Terimleri Sözlüğü*, 360; Mustafa Çağrıncı, “Hırs”, *DİA*, (Ankara: TDV Yayınları, 1998), 17: 383.

<sup>708</sup> Gazâlî, *İhyâ*, 6: 128.

<sup>709</sup> Gazâlî, *İhyâ*, 6: 141.



sayabilmektedir. İmam Gazâlî'ye göre “İzzet-i nefis ve midesinin arzuları üzerinde müessir olamayan kimse, akıl hastası ve imanı zayıf olan kimsedir.”<sup>710</sup>

*Bulaşma çark-ı dünyaya vücudu pak u tahirken*

*Güvenme malı mülkü mansıbın ifnâsı zâhirken*

*Nic' oldu mali Karun'un felek bağında vâfirken*

*Nedir bu sendeki etvâr-ı dert gönlün misafirken*<sup>711</sup>

### 3.1.2.3. Tûl-i Emel

Tûl-i emel “aç gözlülük ve hırsla hiç ölmeyecekmiş gibi dünya için çalışmak”<sup>712</sup> anlamına gelen bir tasavvufî terimdir. Hasan-ı Basrî “*Kulun emeli uzadıkça ancak amellerinin kötülüğü artar*”<sup>713</sup> demiştir. Ona göre tûl-i emel, sabrın zıddı ve insanın davranışlarındaki kötülüğün de önemli bir sebebidir. Zira insan, dünya hayatının geçiciliğini unutarak hatalar yapmakta ve bir gün kendisini düzeltereğine kendisini inandırmaktadır. Bu konuda Hasan-ı Basrî, insanın, Allah'tan Nuh'un ömrünü istediğini ancak O'nun emrinin her gece kapısını çaldığını idrak edemediğini ifade etmiştir.<sup>714</sup>

Gazâlî'ye göre tûl-i emelin cehâlet ve dünya sevgisi olmak üzere iki sebebi bulunmaktadır. İnsan, dünyevî zevklerin sevgisiyle bir yandan gitgide dünyaya bağlanırken diğer yandan da ölümün vakî olacağına ve ahirete hazırlık konusunda cehâlete düşmektedir. Dünya ihtiyacının birini temin için uğraşırken bir başka ihtiyaç zuhur eder; onu da temin ederken bir diğeri... Böylece insan, ömrünü tükettiğini fark etmeden dünya için çalışıp didinmektedir. Tevbeyi ve Allah'a kulluğu hep yarına erteleyerek dünyalık emeller peşinde koşarken ömrünün uzun olacağını ve ölümün ona hiç gelmeyeceğini zannetmektedir. İşte insanın ölüm hakkında en büyük cehâleti; ilkbahar, yaz, sonbahar, kış diye mevsimlerin seyretmesi gibi her insanın ömrünün çocukluk, gençlik, yetişkinlik, yaşlılık ve ölüm şeklinde seyredeceğini zannetmesidir. Ani ölümler, kalp krizleri, trafik kazaları, genç yaşta hastalıklar bu kadar çoğalmışken

<sup>710</sup> Gazâlî, İhyâ, 6: 128-146.

<sup>711</sup> Hâce Muhammed Lütfî, *Hulâsatü'l-Hakâyık ve Mektûbât-ı Hâce Muhammed Lütfî*, 474.

<sup>712</sup> Uludağ, *Tasavvuf Terimleri Sözlüğü*, 360.

<sup>713</sup> Hasan-ı Basrî, *Zühhd*, 63.

<sup>714</sup> Görgün, “Hasan-ı Basrî”, 297.

ömrünün sırayla seyredeceğini düşünmek cehâlet ve aldanmaca olarak ifade edilmiştir.<sup>715</sup>

*Vefası var mıdır gör kim sana bu çarh-ı devranın*

*Eser yeller yerinde hani ya taht-ı Süleyman'ın*

*Yalnız âdi âlem-i zâhirde Lokman'ın*

*Geçer bir lahzada rûya misali ömrü insanın*<sup>716</sup>

### 3.1.3. Toplumsal Beklentiler

Nefis, övgüyü sevmez, haklı yapılmış olsa da eleştiriyi kabul etmez ve toplum önünde itibar ve şöhret elde etmeyi arzular. Nefsinin bu kötü hasletleri yüzünden insan, başkalarına karşı beklenti içine girmektedir. Yaptığı iyi ve güzel davranışlarda takdir görmek istemekte; yanlışlarında da hoşgörü beklemektedir. Halbuki bu durum insanı çıkarıcı ve samimiyetsiz yapmaktadır. Şayet iyilik yapmaktaki niyet, Allah rızası ise insanlardan gelecek takdiri beklemek, bu niyete zarar vermek olur.

#### 3.1.3.1. Mevkî arzusu ve Şöhret Tutkusu

Mevki arzusu, şöhret ve ün kazanma arzusunu da barındırdığından kınanmıştır. Hz. Peygamber “*Dininde olsun dünyalığında olsun parmak ucu ile gösterilmek kişiye kötülük olarak yeter. Ancak Allah'ın korudukları müstesnâ.*”<sup>717</sup> buyuyarak Allah'ın rızasını kazanmak niyetiyle, O'nun dini için gayret ederken Allah tarafından şöhret kazandırılanları müstesnâ tutarak, önde olmanın getireceği afetlere işaret etmektedir. Nitekim Kur'an-ı Kerimde bu afetlerden biri olarak ahirette karşılık alamayacakları buyrulmuştur: “*Kim dünya hayatı ve onun ziynetini istiyorsa, orada onlara işlerinin karşılığını eksiksiz veririz; orada onlar hiçbir zarara uğratılmazlar. Onlar, ahirette paylarına ateşten başka bir şey düşmeyen kimselerdir. Dünyada ürettikleri boşa gitmiştir; yapıp ettikleri de geçersizdir.*” (el-Hûd 11/15, 16)

Sufiler, şöhreti afet olarak değerlendirmişlerdir. Onlara göre afet olan şöhret, kulun eylemlerinde Allah rızasını değil halkın beğenisini talep etmesidir.<sup>718</sup> Zira insanı

<sup>715</sup> Gazâlî, *İhyâ*, 8: 498-501.

<sup>716</sup> Hâce Muhammed Lütfî, *Hulâsatü'l-Hakâyık ve Mektûbât-ı Hâce Muhammed Lütfî*, 475.

<sup>717</sup> Gazâlî, *İhyâ*, 6: 245.

<sup>718</sup> Eşrefoğlu Rûmî, *Müzekkin Nüfus*, 281.

dünyaya bağlayan iki direğin câh ve mal sevgisi olduğunu ifade edilmiştir. Câh, makam ve mevki demek olup, insanın kendi arzusuna hizmet ettirmek için başkalarının gönüllerine malik olmak anlamına gelmektedir. Gönüller, bir kişide kemâl vasfı bulunduğu inandığı takdirde ona bağlanmaktadır. Bu kemâl vasfının gerçek olmasına gerek yoktur. İnsan, değer verdiği ve kemâl olarak değerlendirildiği şeyleri bir başkasının sahip olduğunu gördüğünde, o kişiyi kâmil olarak değerlendirebilmektedir. Servet sahiplerinin insanları kendisine bağlamasıyla, şöhret sahiplerinin insanları kendisine bağlamasındaki fark budur. Servet sahipleriyle ilişki bitince onlara olan bağlılık da biterken, şöhret sahiplerine olan hayranlık hep devam etmektedir. Şöhret tutkunlarının hastalığı da işte bu bağlılık ve sevgiden kaynaklanmaktadır.<sup>719</sup>

*Verseler dünyayı göz doymaz gönül açılmadan*

*İzz ü câhın kesreti belki felakettir sana*<sup>720</sup>

### 3.1.3.2. Medhe Sevinme

Medih, bir insanı güzel bir niteliğinden dolayı övmek anlamına gelen ahlâk terimidir. Çıkar elde etmek için bir kişiyi haddinden fazla öven kişiye “meddah” denmektedir.<sup>721</sup> Hz. Peygamber böyle kişileri kınayarak “meddahların yüzüne topraklar saçın!” buyurmuştur.<sup>722</sup> Gazâlî, medhi, dilin afetleri arasında zikretmiş, onun da zemmetmek gibi yasak olduğuna işaret etmiştir. Ona göre medhin, dördü övende ikisi övülende olmak üzere altı afeti bulunmaktadır. Öven insanın nefsinde; yalan, riyâ, hakikati idrak edememe, insanları dış görüşlerine göre değerlendirme gibi birçok afet bulunmaktadır. Zira meddah; aşırı övgü abartıyla beraber yalana başvurabilmekte; övülmeye layık olduğunu düşündüğü kâmil insana duyduğu sevgiyi açıklarken riyâkâr davranabilmekte, hatta hasetinden dolayı çok sevemediği halde çok seviyor gibi ikiyüzlü davranabilmekte, övdüğü kişinin hatalarını fark edememekte ya da geresiz yere övmüş olabilmektedir. Böyle bir durum karşısında övülen insanın da nefsinde ucb, kibir ve tembellik gibi hastalıklar meydana gelebilmektedir. Medhedilen insanda, kendisini beğenme, bu özelliklerinden dolayı böbürlenme ve insanlar üzerinde üstünlük taslama gibi davranışlar görülmekle birlikte, kendisini kâmil bir insan zannederek tembelliğe de

<sup>719</sup> Gazâlî, *İhyâ*, 6: 257, 258.

<sup>720</sup> Osman Kemâlî, *Aşk Sızıntıları*, 89.

<sup>721</sup> Mustafa Çağrı, “Medih”, *DİA*, (Ankara: TDV Yayınları, 2003), 28: 304.

<sup>722</sup> Müslim, *Zühd*, 69; Ebû Dâvûd, *Edeb*, 9.

düşebilmektedir.<sup>723</sup> Başka bir ifadeyle, övme ve övülme nefsanî hastalıklara sebep olmakla birlikte, insanın kişilik gelişimini de duraklatabilmektedir. Ancak burada yerilen aşırı ve yersiz övgüdür. Aşırıya kaçmadan övmek, insanın motivasyonun arttıracağından sakıncalı bir durum olarak görülmemektedir. İnsanın kendisini çaresiz hissettiği ve tembelliğe düştüğü bir anda, kendisindeki mahareti fark etmesi için onu övmek, onun gelişimini olumlu etkilemektedir. Hatta ölçülü övgü bazı durumlarda öven için de faydalı olabilmektedir. İnsanın, başkasına karşı beslediği haset duygusunu, onu överek bertaraf etmesinin tavsiye edilen bir durum olduğunu ifade etmiştik.<sup>724</sup>

Medihten nefsi kurtarmanın yolu öven açısından daha kolay görülmektedir. Zira o, aşırıya kaçmamaya, haketmeyene medihte bulunmamaya dikkat ederek, kısacası dilini tutarak kurtulmaktadır. Ancak medhedilenin işi bu konuda daha zor kabul edilmiştir. Bu durumda da Gazâlî, nefsin kötü yönlerinin düşünülmesini tavsiye etmektedir. Zira her insanda, kimsenin bilmediği sadece kendisinin farkında olabileceği kusurlar bulunmaktadır. Medhedildiğinde bu kusurları düşünüp, karşısındakinin ondaki bu kusurları bildiği takdirde onu övmeyeceğini düşünerek, nefsin büyülenmesini önlemesi tavsiye edilmiştir.<sup>725</sup>

### 3.1.3.3. Zemden Kaçınma

Medhin zıddı olan zem, bir kişiyi kötü bir özelliğiyle anarak onu yerme ve kınama anlamında ahlâkî terimdir.<sup>726</sup> Psikolojik olarak değerlendirildiğinde, insanların geneli medihten hoşlanmakta ve medhedeni sevmekte; zemmedilmeye dayanamamakta ve zemmedene kin beslemektedir. Oysa olgunluğa erişmiş kullar, medih ve zemmi eşit görmekte, medihe sevinmemekte zemme de üzülmemektedirler. Bu olgunluğu yakalayabilmek için zem karşısında insanın, sinirlenmeden önce durup düşünmesi gerekli görülmüştür. Zira bazen eleştiriler tamamen iyi niyetle karşı tarafın yanlışını düzeltmek maksadıyla yapılabilmektedir. Böyle eleştiriler karşısında öfkelenmek cehâlet ve ahmaklık olarak kabul edilmiştir. Ancak iyi niyetle yapılmayan sert eleştirilerde ise, yine insana düşünmesi öğütlenmektedir. Bu tür sert eleştirilerin temelinde haset olmakla beraber, doğru olan veya olmayan diye ayırımın yapılması esas görülmüştür. İyi niyetle yapılmasa hatta insanı küçük düşürme maksatı taşısaya bile,

---

<sup>723</sup> Gazâlî, *İhyâ*, 5: 547-550.

<sup>724</sup> Bk. Gazâlî, *İhyâ*, 5: 683.

<sup>725</sup> Gazâlî, *İhyâ*, 5: 553.

<sup>726</sup> Mustafa Çağrırcı, “Zem”, *DİA*, (Ankara: TDV Yayınları, 2013), 44: 233.

doğruluk payı taşıyan tüm eleştiriler, akıllı insan nazarında, zemmedilen vasıflarını düzelterek kişilik gelişimi sağlamak için fırsat niteliğinde kabul edilmektedir. Doğruluk payı olmayan, iftira niteliği taşıyan zemler konusunda ise Gazâlî, insana şükretmesini tavsiye etmektedir. Nitekim Allah o kişinin gerçek kusurlarını bu yolla saklamıştır.<sup>727</sup>

*Medh ü zemm-i halk ile memnun u mahzun olma kim*

*Halk içinde iştihar nikbet melamettir sana*<sup>728</sup>

### **3.2. Tasavvufî Eğitimin Kişilik Gelişiminde Ve Günümüz Kişisel Gelişiminde Kullanılan Ortak Kavramlar**

Tasavvufî eğitimin kişilik gelişimde kullandığı metotlar ile günümüz popüler kişisel gelişimin kullandığı metotlar benzerlik göstermektedir. Ancak bu benzerlik kullanılan kavramların zâhirî anlamıyla sınırlıdır. Kavramlara yüklenen anlamlar ve bunların muhteva ettiği amaç ve gaye bakımından farklılık arz etmektedirler.

#### **3.2.1. Kendini Tanı**

Psikoloji ilmi, insanın duygu ve düşüncelerini kontrol altına almasını ve duygularının idrakinde olmasını “Özbilinç” olarak isimlendirmektedir. Özbilinci, duygusal zekânın temeli kabul eden psikologlar, özbiliçli insanları psikolojik açıdan sağlıklı; özbilinci gelişmemiş insanları ise, duyguları karşısında aciz olarak tasvir etmektedirler.<sup>729</sup> Tasavvuf, insanın özbilincini geliştirmek adına, ona ilk olarak “kendini tanı” demektedir. Nitekim tasavvufun özünü oluşturan disiplinlerin başında şu hadisi şerif gelmektedir: “*Nefsini/kendini bilen Rabbini bilir.*”<sup>730</sup> Tasavvufî eğitimde geliştirilen kişilik gelişim metotlarından muhâsebe ve mücâhede, insanın nefsinin tanımına yöneliktir. Nefis tanınıp, noksanları ve zaafı fark edildiğinde bu yönde bir tedaviye yönelerek kişilik gelişimi sağlanmaktadır.

Sûfiler, nefsin tanınmadığı müddetçe Allah’a karşı samimi olmanın mümkün olmayacağını ifade ederler. Nefsi tanımının yolu olarak da ona sık sık ölümü hatırlatmayı ve ona karşı muhalif davranmayı tavsiye etmişlerdir. Zira nefse muhalif

<sup>727</sup> Gazâlî, *İhyâ*, 6: 291-295.

<sup>728</sup> Osman Kemâlî, *Aşk Sızıntıları*, 99.

<sup>729</sup> Şirin, *Kişisel Gelişim Medeniyeti*, 220.

<sup>730</sup> Aclûnî, *Keşfü'l-Hafâ*, 2, 262.

davranıldığında, iyi olduğu zannedildiği hususlardaki gerçek yüzü ortaya çıkmaktadır.<sup>731</sup> Tasavvufî eğitimin kişilik gelişiminde nefsi/kendini tanımanın önemli metotlarından biri de seferdir. Sûfilerin sefere çıkmaktaki gayeleri, nefsin ince hallerinin keşfedilmesidir. Zira zorluk ve meşakkat altında nefsin gerçek yüzü ortaya çıkmaktadır. Bununla birlikte seferde, nefse muhalefet edilerek nefsin tanınması sağlanmaktadır. Örneğin; bulunduğu yerde şöhret kazanan sâlik, nefsinin bu durumdan hoşnut olup olmadığını anlamak için bulunduğu yerden uzaklaşmakta; gittiği yerde tanınmamayı esas alarak nefsini terbiye etmektedir.<sup>732</sup>

Tasavvufî eğitimin kişilik gelişimde olduğu gibi, kişisel gelişimde de ilk unsur kişinin kendisini tanıması ve farkında olmasıdır. İnsan kendisini tanıdığı müddetçe kişilik gelişimine yön verebilmektedir. Kişisel gelişimde kendini tanımak “Çok derinliklerde herkeste zaten var olan bir çok hasletin farkına varabilme becerisi”<sup>733</sup> demektir. Kişisel gelişimdeki kendini tanıma, başarı ve mutluluk yolundaki ilk adım kabul edilir. Kendini bilen, evrenin varoluş gerçeğini bilecek, ilişkilerinde sağlıklı sınırlar koyabilecek, kendisiyle ve toplumla barışık ve özgüven sahibidir.<sup>734</sup> Kendini tanımak, ne istediğini bilmek, sınırlılıklarını ve zayıflıklarını bilmek, diğer insanların seni nasıl algıladığının farkında olmak olarak da değerlendirilmiştir.<sup>735</sup>

Kendini tanıyan, potansiyelini farkedene, kişisel gelişimin tabiriyle içindeki gücü keşfeden kişi bu özelliklerini geliştirme yoluna giderek başarıya ulaşır. Ancak popüler kişisel gelişim sektöründe bu başarı, genelde bir eser yazma ve seminerler verme,<sup>736</sup> popüler olma ve zenginliğe ulaşma olarak sınırlandırılmıştır.<sup>737</sup> Zira yazmak, konuşmak, seminerler vermek, danışmanlık yapmak kişisel gelişim sektöründe (kısa yoldan) para getiren yöntemler olarak kabul edilmektedir. Bununla birlikte paranın önemli bir güçlendirici olduğu vurgulanarak, mesajını daha büyük kitlelere ulaştırmak isteyenlere bu yoldan para kazanması tavsiye edilmektedir.<sup>738</sup> Kısaca kişisel gelişim insana “bil-tanı” derken ona kendisinin sıfatlarını ve altkimliklerini bulmasını söylemektedir.

---

<sup>731</sup> Muhâsibi, *er-Riâye*, 422.

<sup>732</sup> Sühreverdî, *Avârifü'l-Maârif*, 165-167.

<sup>733</sup> Saygın, *NLP Teknikleri İle Kişisel Gelişim Stratejileri*, 134.

<sup>734</sup> Nevzat Tarhan, *Stresi Muthuluğa Dönüştürebilmek*, (İstanbul: Timaş Yayınları, 2002), 33.

<sup>735</sup> Cüceloğlu, *Savaşçı*, 98.

<sup>736</sup> Saygın, *Kişisel Gelişim Stratejileri*, 161 ve 183.

<sup>737</sup> Covey, *Etkili İnsanların 7 Alışkanlığı*, 38; Hogan, *Konuşarak İkna Psikolojisi*, 20; Zygumt, *Yaşama Sanatı*, 15; Sayar, *Yavaşla*, 161.

<sup>738</sup> Brendon Burchard, *Fark Yaratan Milyoner*, (İstanbul: Martı Yayınları, 2011), 150-151.

Tasavvuf ise insana, özbenliğini bulmasını, manasını keşfetmesini yani sıfat-ı insandan mana-yı insana ulaşmasını<sup>739</sup> söylemektedir.

### 3.2.2. Sûfî/Savaşçı

Sûfî, nefsinin kötü eğilimlerine meyletmemek için, onunla savaş içinde olan kimsedir. Hz. Peygamber “*Mücâhid, nefsiyle cihad edendir*”<sup>740</sup> buyurduğundan, tasavvufta nefis ile savaşmak “mücâhede” kavramıyla karşılanmış ve bu bağlamda sûfîler, mücâhid görevini üstlenmişlerdir. Nefis ile cihadın “büyük cihad” olduğunu anlatan hadis çerçevesinde, insanın nefsiyle savaşmayı başaramadığı takdirde, düşmanla cihad edemeyeceği de belirtilmiştir. Ancak bu görüşe rağmen, mücâhid daha çok din uğruna savaşanları ifade etmek için kullanılan bir kavram olmuştur.<sup>741</sup> Nefis ile mücâdele konusuyla tasavvuf ehli insanlar ilgilendiği için nefsiyle savaşanları ifade eden kavramın yerini de “sûfî” kavramı almıştır. Sûfinin kişilik özelliklerinden bahsetmiştik. Kısaca sûfî; az yemek, az uyumak ve az konuşmakla nefsini terbiye altına alan, öfke, haset, kibir gibi kötü hasletlere karşı nefsini kontrol edebilen, nefesine muhalif davranan, ölçülü ve disiplinli yaşayan, gönlü zengin, güler yüzlü, hoşgörülü, mütevazî kimse olarak tarif edilir.<sup>742</sup>

Kişisel gelişimde ise savaşçı, sıradan insan olmamaya ve kendi özünü korumaya karşı gösterilen mücâdeleyi ifade etmek için kullanılan bir kavramdır.<sup>743</sup> Bu savaşta insandan beklenen, kendini tanıması, bilincini geliştirmesi, kendini gerçekleştirmesidir. Bilgi adamı olarak tarif edilen savaşçının yaşamı, sonu gelmeyen bir savaş kabul edilir. Bu da insanın bilgi adamı olma arayışını sürekli yenilemesini gerekli kılmaktadır.<sup>744</sup> Bu sürekliliği sağlayacak olan temel düşünce ise ‘ölüm’dür. Zira ölüm bilginin güç kaynağı kabul edilir. Bu sebeple savaşçının ölümü aklından çıkarmaması öğütlenir. Bu düşünceye göre eğer insanda ölüm bilinci yoksa sıradan işlerle uğraşır, sıradan kimse olur, kısaca herşey sıradanlaşır.<sup>745</sup> Sıradan insanları savaşçı olmaya götüren ilk

<sup>739</sup> Eşrefoğlu Rûmî, *Müzekkin Nüfus*, 17.

<sup>740</sup> Tirmizi, *Fezâ’ilü’l-Cihâd*, 2.

<sup>741</sup> Ahmet Özel, “Cihad”, *DİA*, (Ankara: TDV Yayınları, 1993), 5: 527.

<sup>742</sup> Bk. Sühreverdi, *Avârifü’l-Maârif*, 76-83; Yazıcı, “Derviş”, 188-190.

<sup>743</sup> Cüceloğlu, *Savaşçı*, 11.

<sup>744</sup> Carlos Castaneda, *Don Juan Öğretileri, Yaqui Kızılderililerinin Bilgi Yönetimi*, Trc: Nevzat Erkmen, 4.Baskı (İstanbul: Söz Yayınları, 2002), 215 ve 217.

<sup>745</sup> Carlos Castaneda, *Bir Başka Gerçeklik, Don Juan’la Yeni Söyleşiler*, Trc: Nevzat Erkmen, (İstanbul: Söz Yayınları, 1998), 169 ve 175; Carlos Castaneda, *Erk Öyküleri*, Trc: Nevzat Erkmen, 2. Baskı (İstanbul: Söz Yayınları, 2000), 116.

adımlardan birisi ‘ölüm bilinci’ kabul edilir.<sup>746</sup> Çünkü ölümü düşünmek, insanın hayatını yeniden anlamlandırmasını sağlamaktadır. Hayatın anlamını farkedenden insanın ise “sıradanlıktan” çıktığı ifade edilmektedir.<sup>747</sup>

Savaşçı, kişisel kurtuluş savaşını başlatan<sup>748</sup> kimse olarak tarif edilir. Yani kişiliğini geliştirmeye karar veren, başarılı ve mutlu bir insan olmayı hedefleyen, hayata olumlu bakan, yüksek bir özgüvenle hedeflerini gerçekleştirmek için var gücüyle savaşan kişi kabul edilir. Kısaca savaşçı olmak, kişisel başarıyı ifade etmektedir. Bununla birlikte savaşçı, kişisel çıkarlarını en az düşünen kimsedir. Ayrıca savaşçı hayatta bir amacı olan, özgüvenli,<sup>749</sup> alçakgönüllü, esnek yani dünyayla uyum içinde değişmeyi bilen,<sup>750</sup> sorumluluk taşıyan, vaktini boş geçirmeyen, aceleci olmayan, yapamayacağı işe kalkışmayan, kazanmayı da kaybetmeyi de bir gören<sup>751</sup> sağlığına dikkat eden<sup>752</sup> kimse olarak tarif edilir.

Savaşçı kavramını ortaya atan Kızılderili Bilge Don Juan’a göre, insan sonsuzluğu hedeflemeli, kendisini kişiselleştirerek sınırlandırmamalıdır. Ancak Don Juan’un öğretilerini kaleme alan Carlos Castaneda, savaşçı kavramının kişisel başarıyı vurguladığını söyleyerek<sup>753</sup> Don Juan’ın ‘savaşçı’ kavramını seküler bir düzeyde ele almış ve sınırlandırmıştır. Don Juan’ın ‘savaşçı’ kavramının, zahirde, sūfî ile benzer yönleri bulunmaktadır. Her ikisi de toplumun algısının üzerinde bir ahlâk düzeyine sahip olmayı hedeflemektedirler. Savaşçı kavramını ülkemizdeki kişisel gelişim uzmanlarının da kullanmaktadır. Ancak Don Juan savaşçının ulaşmak istediği hedefin “büyücü olmak”<sup>754</sup> olduğunu ifade etmiştir. Bu ifade Don Juan’ın ‘savaşçı’ ile hedeflediğinin üstün kabiliyetleri olan bir kişilik olduğunu göstermektedir. Tasavvufta da insanın mertebesinin artmasıyla olağanüstü haller zuhur edebilmektedir. Ancak sūfîler, kişilik gelişim aşamasında keramet beklemeyi ya da bu istekle nefis terbiyesine girmeyi yanlış bir durum olarak ele alırlar.<sup>755</sup> Bu konuda Sehl b. Abdullah Tüsterî

---

<sup>746</sup> Cüceloğlu, *Savaşçı*, 11, 240.

<sup>747</sup> Cüceloğlu, *Savaşçı*, 242.

<sup>748</sup> Mümin Sekman, *Her Şey Seninle Başlar*, 17. Baskı, (İstanbul: Alfa Yayınları, 2015), 215.

<sup>749</sup> Castaneda, *Don Juan Öğretileri*, 215, 217.

<sup>750</sup> Castaneda, *Erk Öyküleri*, 19, 116.

<sup>751</sup> Castaneda, *Bir Başka Gerçeklik*, 156, 177, 221, 235, 248.

<sup>752</sup> Cüceloğlu, *Savaşçı*, 381

<sup>753</sup> Castaneda, *Don Juan Öğretileri*, 9, 215.

<sup>754</sup> Castaneda, *Bir Başka Gerçeklik*, 177.

<sup>755</sup> Tûsî, *el-Lüma*, 379-382; Sühreverdi, *Avârifu 'l-Maarif*, 277.



(ö.283/896) en büyük kerametini kötü huyları iyi huylarla değiştirmek olduğunu söyleyerek,<sup>756</sup> asıl kerâmetini kişilik değişim ve gelişimi olduğuna işaret etmiştir.

### 3.2.3. Rabıta-i Mevt/Ölümü Hatırlamak

Tasavvufta ölümü tefekkür etmeye “râbıta-i mevt”<sup>757</sup> denilmiştir. Hz. Peygamberin “kendini ölmüş ve kabre girmiş olarak düşün”<sup>758</sup> sözüne binaen, tasavvufta, ölümü düşünmek, sistemli bir kişilik gelişim metodu olarak kullanılmıştır. Sûfiler, hergün belli vakitlerde, gözleri kapalı bir şekilde, kendilerini ölüm döşeginde tahayyül ederler: Sevdiklerinin etrafına toplanıp ağlaştığını, o esnada malın, mülkün, insanların fayda vermediğini ve Allah’tan başka yönelecek kimsenin olmadığını düşünerek derin tefekküre dalar. Artık ölüm anının geldiğini, dünya hayatının bittiğini, yapılan yanlışları için artık telafisi olmayan bir sonun geldiğini ve ruhunu teslim ettiğini düşünür. Cesedini insanların yıkandığını, kefenlendiğini, cenaze namazının kılındığını, kabre konulduğunu, dostlarının üzerine toprak attığını ve sonunda yalnız kalıp hesabı beklediğini uzun uzun düşünür. Ayrıca yıkandığını düşünürken, bedeninin temizlendiğini ancak günah kirlerini temizleyecek suyun artık olmadığını; kefenlenirken de bedeninin örtündüğünü ancak günahlarını nasıl örteceğini düşünür.<sup>759</sup> Öldükten sonra gerçekten pişmanlığa düşmemek için, zihninde günahlar içinde ölmüş nefsin pişmanlığının seneryosunu yaşar. Uzun süren bu düşüncelerin ardından, gözlerini açtığında ölüm gerçeğini hissetmiş olarak dünyanın sadece ahiret için tarla hükmünde olduğunu idrak ederler. Sûfiler, râbıta-i mevt ile nefsin ölümü düşünerek ibret almasını, günah ve hatalarından vazgeçmesini; kalbin yumuşamasını, merhamet, sevgi gibi değerleri kazanmasını; insanın tevbesinde istikâmette kalmasını, dünyanın geçiciliğini ve Allah için yaptıkları hariç elinde hiçbirşeyin kalmayacağını anlamasını amaçlamaktadırlar.<sup>760</sup>

Bu düşünce kişisel gelişim eserlerinde de yer almaktadır. Kişisel gelişimde ölümü düşünmekten maksat, ölümün bir gün yaşanılacak bir gerçeklik olduğunu kabullenmektir. Ölümü kabul eden insan, bu dünyaya daha bilinçli bakacak, hayatın ve

<sup>756</sup> Kuşeyrî, *er-Risâle*, 662; Mustafa Öztürk, “Sehl et-Tüsterî”, *DİA*, (Ankara: TDV Yayınları, 2009), 36: 321.

<sup>757</sup> Bk. Selvi, *Râbıta*, 189.

<sup>758</sup> Tirmizi, *Zühd*, 25.

<sup>759</sup> Edisyon, *Hatme Duası ve Tövbe Adabı*, 13.Baskı (İstanbul: Hâcegân Yayınları, 2015), 17-18.

<sup>760</sup> *Hatme Duası ve Tövbe Adabı*, 19.

yaşamın kıymetini daha iyi anlayacaktır. Böylece “anı yaşama” bilinci oluşacaktır. Bu bilinç sayesinde insan, hem işini yarına erteleme tembelliğinden hem de zamanı değerlendirememekten doğan pişmanlıklarından kurtulacaktır. Ayrıca kişisel gelişime göre, ölümü düşünmek insanın ruhuna çekidüzen verecek ve bencilliğini azaltacaktır.<sup>761</sup> Bununla beraber kişinin savaşı olabilmesi için, kendi ölümüne karşı bilincinin tam olması gerekli görülmüştür. Ölüm düşüncesinin insanı belli bir şeylere takılıp kalmaktan uzaklaştıracağı ifade edilmiştir. Zira ölüm bilincine varan insan, bir şeylere takılıp kalacak kadar vaktinin olmadığını bilmektedir. Böylece karar verme gücü de artmaktadır.<sup>762</sup>

Râbıta-i mevt, kişisel gelişimin kullandığı manada ölümü düşünmek ya da ölümün varlığını kabul etmekten daha geniş bir anlam içermektedir. Kişisel gelişim öğretilerinde ölümü hatırlamak bu dünyalık fayda ile sınırlıyken, râbıta-i mevt ile her iki dünyalık fayda hedeflenmektedir. “Sonlu olan bu dünyada zamanın, insanların ve tüm varlıkların kıymetini bilmek” hem tasavvuf hem de kişisel gelişim öğretilerinde ortaktır. Ancak bu bilincin anlam katmak istediği değer birbirinden farklıdır. Kişisel gelişimde ölüm hatırlanınca dünya kıymetlenirken, tasavvufta ölüm hatırlanınca dünya kıymetsizleşmekte, zaman kıymet kazanmaktadır. Zira tasavvufta zaman, ahiret hayatına hazırlık yapmak için değerlidir. Hz. Peygamber “*Akıllı insan, ölümü sıkça hatırlayıp, ona en fazla hazırlık yapandır*”<sup>763</sup> sözüyle bu farka işaret etmektedir.

Kişisel gelişimde, insanın kendi ölümüne karşı kesin bir biliçte olması şart kabul edilir. Zira ölüm düşüncesi, insanı bir şeye takılıp kalmaktan uzaklaştıran bir gerçeklik kabul edilir. Bunun yanı sıra ölüm bilinci, insanın geçmekte olan vaktini ona hatırlatarak, karar verme gücünü artırır.<sup>764</sup>

Doğan Cüceloğlu’nun *Şavaşı* kitabında yer verilen şiir, ölümü düşünmekten kastedilenin bu dünya ile sınırlandırıldığını göstermektedir. İnsanın ölümü düşündüğünde, ilk olarak şu hislere kapıldığı yer almaktadır:

*Nice güneşler doğacak göremeyeceksin*

*Yaz yağmurları yüzünü okşamayacak,*

---

<sup>761</sup> Cüceloğlu, *Savaşı*, 236-243

<sup>762</sup> Castaneda, *Bir Başka Gerçeklik*, 176.

<sup>763</sup> İbn Mâce, *Zühd*, 31.

<sup>764</sup> Castaneda, *Bir Başka Gerçeklik*, 176

....

*Kurumuş bir yapraksın sen*

*Toprağa karışacaksın.*

Ölümü düşündükten sonra gözlerini açıp etrafına baktığında ise şunları düşünmektedir:

*Güneş ne güzelmiş,*

*Ne güzelmiş kıyıda koşan çocuk*

...

*Ne güzelmiş Karacaahmet'te*

*Adsız bir ölü olmamak.*<sup>765</sup>

Tasavvufta râbîta-i mevt ile insan, bu dünya nimetlerinin cennetteki nimetlerin sadece gölgesi olduğunu, dünya nimetlerinin geçici cennet yurdunun ise ebedî olduğunu tefekkür etmektedir. Hz.Peygamber “*Lezzetleri yok eden ölümü çokça hatırlayın*”<sup>766</sup> buyurarak dünya nimetlerinin geçiciliğinin unutulmamasına işaret etmiştir. Râbîta-i mevt ile dünya nimetlerinin geçiciliği hatırlanıp onları kaybetme korkusu silinirken, kişisel gelişim felsefesinde, ölüm kabul edilmiş olsa bile, dünya nimetlerini kaybetme korkusunun hâlâ hâkim olduğu, eserlerdeki ifadelerden de anlaşılmaktadır. Kısaca kişisel gelişimde ölümü düşünmek, dünyayı sevmeye sebep olurken; tasavvufta dünyayı sevmeye sebep olarak ölümü unutmak gösterilmiş ve dünya sevgisini kalpten silmek için ölümü anmak tavsiye edilmiştir.<sup>767</sup>

Modern insanı, dünya nimetlerini kaybetme korkusu kadar ölümün bilinmezliği de korkutmaktadır. Ölümün çaresi olmadığından, onu kabullenme yoluna gidilirken, aynı zamanda “ölümsüzlük projeleriyle” de hayat anlamlandırılmak istenmektedir. “Ölümsüzlük projeleri” insanın, sanat, edebiyat, mimari, sağlık gibi birçok alanda insanlığa faydalı ve kalıcı eserler bırakma çabasını ifade etmektedir. Ancak New York'ta The Guardian Gazetesi yazarlarından Oliver Burkeman, bu düşüncenin insanı iyiye yönlendirdiği gibi, savaşlara da sebep olabileceğini ifade etmiştir. Zira ona göre,

---

<sup>765</sup> Cüceloğlu, *Savaşçı*, 248, 249.

<sup>766</sup> Tirmizî, *Zühd*, 4; *Nesâî*, *Cenâiz*, 3.

<sup>767</sup> Eşrefoğlu Rûmî, *Müzekkin-Nüfus*, 203.

hayat bir “ölümsüzlük” savaşı ise kendi kültüründe, adının kahraman olarak anılmasını isteyen insan, acımasızca başkalarını öldürebilmektedir.<sup>768</sup> İnsanın ölümden kaçamayacağı, ancak başarılarıyla sonsuza dek yaşayacağı anlamına gelen ölümsüzlük projeleri, başarıyı varoluşun ölüme karşı icadı<sup>769</sup> olarak göstermektedir.

Kişisel gelişim öğretileri “ölmeden önce yapmanız gereken yüz şey” gibi ifadelerle aslında ölmeden evvel yaşamayı ve yaşamdan zevk almayı hedeflerken, tasavvuf ise râbita-i mevt ile ölmeden evvel ölmeyi hedeflemektedir. Sûfiler, “ölmeden evvel öl; kıyamet günü gelip tekrar dirilme yaşanmadan evvel de kalbini dirilt” derler. “Ölmeden evvel ölmek”ten maksad, nefis-i emmârenin isteklerinden ve bencil eğilimlerden kurtulmaktır. Tekrar dirilmekten maksat da iyi sıfatlarla sıfatlanıp, kalbi ihya etmektir.<sup>770</sup>

Sûfiler, ‘rabita-i mevt’ kavramı ile hayat ve ölüm anlayışını temelden değiştirmişlerdir. Onlara göre hayat; ‘an’a yani şimdiki zamana odaklanmıştır. Bu sebeple bir sûfi için hayat, 70-80 yıllık bir ömür değil, içinde bulunduğu ‘an’dan ibarettir. Sûfiler, hayatı, ölüm gelene kadar elde edilmiş bir yaşama hakkı olarak değil, her an yenilenen bir durum olarak değerlendirirler. Onlara göre alınan her nefes, yeniden yaratılmaktadır. Bu sebeple de ölüm gerçeğini hissederek hayatlarını devam ettirmeyi esas alırlar. Her an ölmekte ve her an yeniden yaratılmakta olduklarını düşündüklerinden, ölüm onlar için korkulması gereken bir durum değildir.<sup>771</sup> Bu bağlamda, sûfilerin ‘rabita-i mevt’ kavramı, ölümlü hatırlatan değil; ölümlü unutmamalarını ve ölümlü içiçe olduklarını öğreten bir kavramdır.

### **3.2.4. İbnü’l Vakt, Vukûf-i Zamanî, Dem Bu Dem/Anı Yaşamak**

Tasavvufta ibnü’l-vakt, vukûf-i zamanî ve dem bu dem kavramlarıyla insana, vaktini verimli kullanması öğretilmek istenmektedir. Fani olan bu dünya hayatında insan zamanını nasıl ve nerede harcadığından hesaba çekilecektir. Bununla birlikte insan, ömrünün ne zaman son bulacağını da bilememektedir. Yarına çıkacağına dair kesin bilgisi olmayan insan, bugün yapması gerekenleri yarına erteleyerek ölüm gerçeğini yadsımaktadır. Bu bağlamda, zamanı, vaktin içindeki en uygun iş ile değerlendirmek

<sup>768</sup> Burkeman, *Panzehir*, 200, 201

<sup>769</sup> Sekman, *Her Şey Seninle Başlar*, 230

<sup>770</sup> Eşrefoğlu Rûmî, *Müzekkin-Nüfus*, 24.

<sup>771</sup> Ekrem Demirli, “Rabita-i Mevt”, *Din ve Hayat: İstanbul Müftülüğü Dergisi*, 2012, 16: 97-98.

insanı her daim ölüme hazırlıklı kılmaktadır. Tasavvuf, vaktin içindeki en uygun iş ile meşgul olmayı, o işin rıza-i ilahîye uygunluğuyla ölçmektedir. Bu bağlamda bazı sûfler tasavvufu tanımlarken: “*Tasavvuf, kulun her zaman, bulunduğu vakitte yapılması en iyi olan şeyle meşgul olmasıdır*”<sup>772</sup> demişlerdir.

Sûfler ‘an’ kavramını nefes kavramıyla karşılamış ve “hayatın üç nefesten ibaret” olduğunu söylemişlerdir. Ancak verilen nefes varlıktan gitmiş ve alınacak olan nefesin de kesinliği yoktur. Ölüm ile hayatı ayıran şey ise ‘bir nefes’ kabul edilir. Bu sebeple sûfler, “geçmiş-gelecek-şimdiki” şeklinde üçlü zaman anlayışının aksine ‘an’a odaklanırlar. Böyle bir anlayış insanın sorumluluklarını ertelememesi, tembelliğe düşmemesi konusunda ileri bir düzeyi temsil eder. Bu sebeple sûfler; günah ve hataların unutulmasını tavsiye ederek geçmiş zaman bağından; tûl-i emelin terk edilmesini tavsiye ederek gelecek zamanın hırsından kurtularak, içinde bulunulan ‘an’ı değerlendirmeyi kıymetli sayarlar. Bu düşünce ile öteye atılmış bir muhasebe yerine “hemen şimdi bir muhasebe” fikri ön plana çıkmaktadır.<sup>773</sup>

Zaman yönetimi anlamındaki bu üç kavram, kişisel gelişim öğretilerinde “anı/şimdiyi yaşamak”<sup>774</sup> olarak ifade edilmektedir. Hem tasavvufta hem de kişisel gelişimde insanın ölümlü oluşundan ortaya çıkan bu değer, benzer olsa da temel bir fark vardır. Tasavvufta anın kıymetini bilmek, zamanı Allah’ın razı olacağı en uygun şekilde değerlendirmeyi ve bu suretle ahiret yurduna hazırlığı ifade ederken; kişisel gelişimde anı yaşamak, geçici olan dünya hayatında, insanın yapmak istediklerini, ölmeden önce yapmasını ifade etmektedir.

Kişisel gelişim öğretilerindeki “şimdi burada yaşama” düşüncesi, insana, cenneti bu dünyada yaratmasını ve mutluluğu ölümden sonrasına ertelememesini öğütlemektedir. Bu konuda Osho şunları söylemiştir: “*Varoluşun sana sunmaya çalıştığı birçok lüks ve konfora ihtiyacın var. Varoluş sana burada hemen şimdi cenneti sunmaya hazır. Ama sen onu hep erteliyorsun; tâ ölümden sonrasına...*”<sup>775</sup>

---

<sup>772</sup> Sühreverdî, *Avârifü'l-Maârif*, 89.

<sup>773</sup> Demirli, “Rabita-i Mevt”, 99.

<sup>774</sup> Saygın, *Negatif Limanlardan Pozitif Sulara*, 94; Saygın, *Sen Düşünceden İbaretsin*, 50; Bozdağ, *Düşün ve Başar*, 218.

<sup>775</sup> Osho, Bhagwan Shree Rajnees, *Beden ile Zihni Dengelemek*, Trc: Meral Bolak, 2.Baskı (İstanbul: Butik Yayıncılık, 2006), 11.

### 3.2.5. Hiçlik Düşüncesi

Tekkelerin giriş kapısının üzerindeki “edep ya hu” ve çıkış kapısının üzerindeki “hiç” levhasıyla verilmek istenen mesaj; edeble girmek, tevâzû ile çıkmaktır. Zira insanın bilgi düzeyi arttıkça kibri de artabilmektedir. İlim farz kibir ise haram olduğundan bu ikisi arasında insanı hizaya çekecek olan “hiçlik düşüncesidir”. İnsan ne kadar ilim öğrenirse öğrensin Allah’ın ilmi karşısında bildikleri “hiç” kabul edilir. Sadece ilimde değil, insanın sahip olduğu mal, mülk, makam, şan, şöhret herşey düşünüldüğünde Allah’ın mülkünün karşısında bunlar hiçten ibârettir. Bu bağlamda tasavvuf, insandan, sahip olduklarından dolayı kibirlenmemesini, Allah’ın yüceliği ve kibriyâsı karşısında hiçliğini düşünerek mütevazı olmasını öğütlenmektedir. Tasavvufta hiçlik “ölmeden evvel ölmek” ile yani nefsin enâniyetini öldürmekle mümkün görülmektedir.

Kişisel gelişim öğretilerinde de hiçlik, ölüm bilincinin farkında olup hayatı bu bilinçle anlamlandırmayı ifade etmektedir. Doğan Cüceloğlu, sıfır fark edildikten sonra bütün rakamların anlam kazanacağını söylemektedir.<sup>776</sup> Kısaca insan sahip olduğu mala, mülke, şana, şöhrete sahip olmadan önce “hiç”tir ve ölüm tüm bu sahip olduklarını elinden alarak onu tekrar “hiç” yapacaktır.

### 3.2.6. Yakaza/Uyanış

Yakaza ve uyanış, farkındalığın artmasını ve kişinin “kendini bilme”sini ifade etmektedir. Kendini bilmek ya da kendini tanımak, insanın fizyolojik ve biyolojik özelliklerinin farkında olması demek değil; derûnunu keşfetmesidir. Zira insan gözüyle görürken, gördüklerini kendi iç âleminin ölçüsü çerçevesinde değerlendirmektedir. İç âlemin sahip olduğu bu ölçü kişinin kendini tanımasına göre genişleyebilmektedir. O halde hakikate ulaşmak isteyen her insan için “kendini bilmek” öncelikli vazifedir. Prof. Dr. Hayati Hökelekli’ye göre, ahlâkî ve mânevî değerler çerçevesinde hayatını düzene koyan insan, kendini tanıma konusunda daha kolay yol almaktadır.<sup>777</sup>

Kişisel gelişimde ise farkındalık üç katmanda açıklanmıştır. Bunlar; kendinin farkında olma, kâinatın farkında olma ve bu ikisi arasında hem kendini hem de kâinatı tanımaya engel olan duvarların farkında olmaktır. Asıl uyanışın bu farkındalık olduğu kabul edilmiştir. Kendini tanıma ve kâinatı tanıma arasında engel teşkil eden unsurun dil ve

<sup>776</sup> Doğan Cüceloğlu, “Sır Can’ın Keşfinde”, *Altınoluk Dergisi*, 2002-Aralık, Sayı: 202, 8

<sup>777</sup> Hayati Hökelekli, *Ailede Okulda, Toplumda Değerler Psikolojisi ve Eğitimi*, 2.Baskı (Timaş Yayınları, İstanbul, 2013), 16 ve 20

kültür olduğu ifade edilmiştir.<sup>778</sup> Zira taklide dayalı her şey insanın gelişimine engeldir. Bu sebeple İslam talidden tahkike doğru bir tekâmüle önem vermektedir. İnsanı taklidden tahkike ulaştıracak olan ilk adım ise farkındalık ve uyanış kabul edilmektedir.

### 3.2.7. Sürûr/Mutluluk

Sûfilere göre mutluluk, gösterişli güzelliği sevmekten kurtulmuş ve kalbini nefsin şehvetlerinden korumuş kimsenin Allah'ın katından gelen lütuflarla rahatlaması ve huzur bulmasıdır.<sup>779</sup> Tasavvufta neşe ve mutluluk veren haller iki türdür: Dünya ile neşelenme ve Allah ile neşelenme. Sûfiler, dünya ile neşelenmeyi kalbi öldüren, ölümü ve ahireti unutturan, dünyaya daha çok bağlanmaya sebep olan bir durum olarak değerlendirirler. Nefsin de hoşuna giden neşe türü dünyalık neşe ve mutluluklardır. Zira nefis, bitmek bilmeyen bir mutluluk arzusuyla dolup taşmaktadır. Nefis, her zaman dünyalık sevinçlerle tatmin edilirse güç kazanır ve kişi tamâh ve kibir gibi kötü hasletlere bürünür. Ayrıca dünyalık mutluluklar, insanı dünya sevgisine; dünya sevgisi de insanı yüksek makam, güçve şöhret arzulamak, baş olma sevdasına düşmek, övülmekten hoşlanmak, kendini beğenmek gibi davranışlara sürüklemektedir. Sûfiler böyle bir durumda kalbin mânevî halinin kaybolacağını ve nefsin de azgınlaşacağını ifade ederler.<sup>780</sup> Ayrıca dünya zevkinin verdiği mutluluk gelip geçici ve hep fazlasının arzu edildiği bir mutluluk olmaktadır. Böyle bir mutluluk da hüznü içermektedir. Zira insanda sahip olduklarını kaybetme korkusu vardır. Ancak zikrullahta ve muhabbetullahta mutluluğu bulanlar için dünyalık birşeyi elde etmek de kaybetmek de bir kabul edilir.<sup>781</sup>

Sûfilere göre gerçek olan ve insanı huzura sevk eden mutluluk ikinci tür mutluluktur. Allah ile mutlu olmak, onun zikriyle kalbin tatmin olması demektir. Nitekim ayette de “*Kalpler ancak Allah'ı anmakla mutmain olur*” (er-Ra'd 13/28) buyrulmaktadır. Kalbini günah kirlerinden koruyan ve Allah'ın zikriyle diri tutmaya çalışan kimseyi Allah muhabbetiyle huzura erdirir. Allah ile mutluluğu yakalayanlar, Hz.Süleyman gibi bedenleri ızdırab içinde olsa da kalpleri huzurda olur. Ayrıca sûfiler, Allah ile mutlu olmayı elde etmiş kalbi, nefsi hevâsından arındırdığı için özgür olarak nitelendirmişlerdir. Aksi halde nefsin sevinmesiyle kalbin ifsad edeceğini ve Allah'ın

<sup>778</sup> Cüceloğlu, *Savaşçı*, 49, 50

<sup>779</sup> Hakîm Tirmizî, *Metafizik Mutluluk, Nefis Terbiyesi ve İlahi Neşe*, Trc. Hacı Bayram Başer, (İstanbul: Hayy kitap Yayınları, 2013), 39.

<sup>780</sup> Hakîm Tirmizî, *Metafizik Mutluluk*, 37-41.

<sup>781</sup> Ankaravî, *Minhacü'l-Fukara*, 445-446.

muhabbetine karşı perdelendiğini ifade ederler. Kalbi ihya etmek için de nefse muhalafet etmek ve onu hazzlardan uzaklaştırmak esastır. Bu sebeple sūfîler, riyâzet uygulayarak mubah olanları dahi nefislerine haram kılarak nefislerini terbiye etmiş ve kontrol altına almışlardır.<sup>782</sup>

Tasavvuf insana, kalbî ve kalıcı bir mutluluk olarak yönünü iç âlemine dönmesini<sup>783</sup> söylerken; kişisel gelişim insana mutluluğu dış alemde aramasını, içe yönelmenin insana fayda sağlamayacağını söylemektedir.<sup>784</sup> Bununla beraber bazı kişisel gelişim eserlerinde mutluluk başarılı ve kariyer sahibi olmakta; bazılarında şöhrette; bazılarında da insanlar tarafından onaylanmak ve beğenilmekte görülmüştür.<sup>785</sup> Olumlu düşünme, hayata pozitif bakma üzerine kurulu bazı kişisel gelişim eserlerinde küçük şeylerden mutlu olmak ön plana çıkarılmıştır. Bu düşünceye göre mutlu olmak için büyük kazançlara gerek duyulmaz. Bir çiçek, kuş, bir tebessüm bile insanın mutluluğuna yeterli görülmektedir. Zira bu düşüncede insanın, yaşadığı dünyaya ve hayat şartlarına uyum sağlayarak kendini her koşulda mutlu etmesi esastır.<sup>786</sup>

### 3.2.8. Muhâsebe

Kişisel gelişim öğretileri insandan, günlük yapacağı hedefleri belirlemesini ve gün sonunda hedefine ulaşıp ulaşmadığı noktasında kendisini sorgulmasını istemektedir. Özellikle son yıllarda “zinciri kırma” olarak popülerlik kazanan etkinlik bireysel muhâsebeyle örnektir. Zinciri kırma etkinliği, her gün hedeflenen sayfada kitap okumak veya hedeflenen sayıda kelime ezberlemek gibi günlük hedefler tutarak o hedefi gerçekleştirebilirliğinin muhâsesini tutmaktır.

Tasavvufta ise muhâsebenin “büyük hesap gününden önce kişinin nefsini hesaba çekmesi”<sup>787</sup> anlamına geldiğini söylemiştik. Bu manasından hareketle tasavvuftaki muhâsebe, hedef koyma ve ona ulaşma çabasından ziyâde, nefsin hatalarını ve noksanlarını gözden geçirme ve çözüm yolu için çabalamayı ifade etmektedir. Nefsi

<sup>782</sup> Hakîm Tirmizî, *Metafizik Mutluluk*, 40-48.

<sup>783</sup> Ankaravî, *Minhâcî'l-Fukara*, 445.

<sup>784</sup> Russell, *Mutluluk Yolu*, 11.

<sup>785</sup> Sekman, *Her Şey Seninle Başlar*, 231; Zygmunt Bauman, *Yaşam Sanatı*, Trc: Akın Sarı, (İstanbul: Vernüs Kitap Yayınları, 2011), 25-27; (Mutluluğu şöhrette kabul eden için Bk.Samuel Smiles, *Başarmanın Gücü, Örnekler ve Modeller*, Trc: Arzu Özdemir, (İstanbul: Etap Yayınları, 2016), 14, 17, 18, 21.

<sup>786</sup> Dökmen, *Küçük Şeyler 1*, 24-25.

<sup>787</sup> Uludağ, *Tasavvuf Terimleri Sözlüğü*, 253



tanıma, onun hastalıklı yönünü ve zafiyetlerini fark etme, eksikleri yönünde nefsi terbiye etme ve nefsi üst mertebelere ulaştırma, tasavvufun muhâsebe ile hedefledikleri arasındadır.

### 3.2.8. Tekâmül/Yoga

Yoga, Budizm, Hinduizm ve Caynizm gibi Uzakdoğu dinlerinde, insana ilâhî bilgi ve yetenek kazandırmak suretiyle onu kurtuluşa ulaştırdığına inanılan en temel kavram ve tekniktir.<sup>788</sup> Tasavvufta ise insanın mânevi gelişimini ifade edebilecek birçok kavram ve teknik bulunmakla beraber kısaca, insanın bu olgunluk ve gelişim sürecine tekâmül diyebiliriz. Tasavvuf ile yoganın gelişim süreçlerinde benzerlik görülmektedir. Yoga ve tasavvuf arasında görülen bu benzerlikten dolayı, tasavvufî yaşantının yoga kültüründen şekillendiğini iddia edilmektedir. Ancak bu düşünce daha çok oryantalistlerin, İslam'ı salt hukuk hükümlerinden ibaret olarak kabul edip İslam'daki mânevi yaşantıyı anlayamamalarından kaynaklanmaktadır. Bu sebeple de oryantalistler, İslam'daki mânevî/tasavvufî yaşantının başka dinlerden toplama olduğunu düşünerek, onun köklerini, İslam'da aramak yerine, Uzakdoğu dinlerinde aramaya başlamışlardır.<sup>789</sup> Bu düşünce temellendirilmek adına, iki çeviri eser gösterilmektedir. Bu eserlerden biri, Birûnî'nin (ö.1048), Patanjali'nin Yoga Sutra eserinin bir bölümünü Arapçaya tercüme etmesiyle oluşan eserdir.<sup>790</sup> Diğeri Muhammed Gavs'ın tercüme ettiği "Amrtakunda"/"Âb-ı Hayat Havuzu" adlı eseridir. Bu iki çevirinin farkı önem arz etmektedir. Zira Birûnî'nin eserinde felsefî tartışmalar yoğunlukta olup dinî uygulamalar yok denecek kadar azdır. Muhammed Gavs ise eserinde, yoganın uygulanışı ile tasavvuf arasındaki benzerlikleri ele almış, hatta yoganın kavramlarına karşılık tasavvufta kavram bulma çabasına girmiştir. Bu çaba bazı çevrelerce hoş görülmüş ve Muhammed Gavs'ın bu ıstıhlardan küffâr işaretlerini sökerek onları İslam ve tevhid ile bezediği kabul edilmiştir. Ancak zoraki kavramlaştırma ve benzerlik bulma çabasıyla Muhammed Gavs şiddetle eleştirilmiştir.<sup>791</sup>

<sup>788</sup> Ali İhsan Yitik, "Yoga", *DİA*, (Ankara: TDV Yayınları, 2013), 43: 558.

<sup>789</sup> Carl W. Ernst, "Muhammed Gavs'ın Yorumunda Tasavvuf ve Yoga", Trc. Muhammed Bilal Yamak, *Tasavvur Tekirdağ İlahiyat Dergisi*, 4/2 (Aralık 2018), 901.

<sup>790</sup> Carl W. Ernst, "Müslüman Yoga Yorumcuları", *Mezhep Araştırmaları*, VII/2 (Güz 2014), 118. erişim: 23.04.2019, <http://www.emakalat.com>

<sup>791</sup> Ernst, "Muhammed Gavs'ın Yorumunda Tasavvuf ve Yoga", 903.

Yoga, tarif edilirken tasavvufun insan-ı kâmil modelini hedeflemesi örnek gösterilerek yoga felsefesi ile tasavvuf arasındaki benzerliğe dikkat çekilmiştir.<sup>792</sup> Hâlbuki bütün dinlerin derûnî tecrübelerinden maksat olgunluğa ulaşmaktır. Bütün dinlerde var olan mistik yaşantının gereği günlük hayatta insandan yapması beklenen bir takım ritüeller vardır. Yoga Sutra’da bu ritüeller sekiz evreden oluşmaktadır. Bir yanı sıra inanç ve felsefî özelliklere diğer yanı sıra bedensel faaliyetlere ve egzersizlere sahip olan yoganın, beden kontrolüyle başlayarak ruh ve zihin kontrolüne uzanan ve “samadhi” denilen bir dinginliğe ulaşmayı hedeflediği sekiz basamak şunlardır:

1. Yama: Yasaklanan fiillerden uzak durmak, nefesine hâkim olmaktır. (Yalan söylememek, öldürmemek, hırsızlık yapmamak, zina yapmamak, tamahkâr olmamak)
2. Niyama: Dinin emirlerini yerine getirmektir. (Kutsal metinleri okumak, düzenli ibadet etmek, bedeni temiz tutmak, Tanrı’ya teslim olmak)
3. Asana: Bedeni kontrol altına almaktır. (Oturuş pozisyonları ve yoga duruşları)
4. Pranayama: Nefesi kontrol etmektir. (Zihnî dinginliğin sağlanması ve potansiyel güçlerin ortaya çıkmasını sağlamak için nefes kontrolü araç olarak kabul edilmiştir. Ancak bu egzersizin insan üzerinde hipnoz etkisi yaptığına inanıldığından, fiziksel olarak güçsüz insanların yapması tehlikeli görülmüştür.)
5. Pratyahara: Soyutlamak. (Sıcak, soğuk, kalabalık, yalnızlık gibi dış etkenlere ve şehvet, nefret, korku gibi iç etkenlere karşı hislerin duyarsızlaştırılması sürecidir.)
6. Dharna: Konsantrasyon. (Derin düşünceye girişi sağlamak için zihnin belli bir noktaya odaklanmasıdır.)
7. Dhyana: Meditasyon. (Zihnin dış dünyanın etkilerinden kurtularak belli bir konuya odaklanmasıdır.)
8. Samadhi: Süperbilinç durumu ve trans (Obje-süje ayrımının son bulunduğu derin tefekkür halidir.)<sup>793</sup>

Yoganın yama ve niyama basamakları günlük hayatın her anında insanın davranışlarını kontrol altına almaktadır. Bu iki esas, yoga denilince akla gelen duruş ve şekillerden ziyâde yoganın dinî boyutuna işaret etmektedir. Ancak Batı, yogayı Doğu Dinlerinden

---

<sup>792</sup> Rana korkunç, “Hayatın Her Anında Yogadayız”, erişim: 21.02.2019, <http://www.yogadergisi.com>

<sup>793</sup> Yitik, “Yoga”, 558, 559; Nasuh Günay, “Yoganın Mahiyeti ve Çeşitleri”, *Süleyman Demirel Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi*, 19, (2007/2), 58.

olarak, ilk iki basamağı çıkartmak suretiyle yogayı, şekil ve egzersizlerle sınırlandırıp bir çeşit beden ve zihin sporu şeklinde kabul ettirmiştir.

Hayatın her anında yogada olduğu düşüncesi, sevgi yolu, fiil yolu, bilgi yolu yogaları gibi tasniflendirmelerle desteklendirilmiştir. Erdemli davranışlar sergileme, yaratılanı yaratandan ötürü hoş görme, karşılıksız iyiliklerde bulunma, hakikî bilgiye ulaşma gibi değerleri içeren bu sınıflandırmalar yoganın hayatın her anını kapsadığını göstermektedir. Bu yönüyle tasavvûfî yaşantıyla benzerlik gösterdiğini öne sürenler yoganın niyama bölümünde kutsal metin okuma uygulamasında Mevlânâ'nın Mesnevî'sini önermektedirler.<sup>794</sup> Hâlbuki sekiz basamaklı yoganın ilk iki basamağı zaten İslam dininin emirlerindedir. Bu benzerlikten dolayı, tasavvufu ayrı bir din olarak adlandırmaya çalışanların, onun köklerini yogada bulduklarını zannetmeleri normal bir durum olarak gözükmektedir. Ancak tasavvuf İslam dininden ayrı değil aksine Kur'an ve sünnet ışığında şekillenen derûnî yaşantıdır. Tasavvuf, ihsan ve ihlas şuurunun pratiğidir. Yogada karşılıksız iyilikte bulunma vardır, tasavvufta ise sadece Allah rızasını kazanmak için iyilikte bulunma yani ihlas vardır ve bütün erdemli fiillerler Allah'ı görüyormuşçasına yaşamının (ihsan) sonucudur.

Tasavvuf yogadan çok daha sistemlidir. Tekâmül sürecinde, yoga öğretisinde olduğu gibi nefsi terbiye altına almak esastır. Ancak yogadan çok daha derinlemesine ele alınan nefis, tasavvufta, yedi basamaklı evreden oluşan karmaşık bir yapıdır. Tasavvuf, her nefis basamağı için ayrı gelişim yöntemi sunmaktadır. Bu tekâmül süreci içinde insana yardımcı olacak, riyâzet, killet, mücâhede, halvet, çile, zühd, vera, sefer, tevbe, evbe, inâbe gibi birçok kavram geliştirilmiştir.

### **3.2.9. Teemmül/Meditasyon**

Teemmül, “derin düşüncelere dalmak” anlamına gelmekle beraber, sûfîlerin ıssız yerlere çekilip düşüncelerini belli noktaya kilitlemelerini, ilâhî ve ezeli hakikatleri idrak etmeye gayret etmelerini ifade etmektedir. Buna fikr-i tâm dendiği gibi, batıdaki karşılığı da meditasyondur.<sup>795</sup>

Meditasyon; yoğunlaşma, konsantrasyon, bir şey üzerine düşünmek gibi anlamlarda kullanılmaktadır. Ancak yoğunlaşma ve konsantrasyon zihne ait bir olgu iken,

<sup>794</sup> Korkunç, “Hayatın Her Anında Yogadayız”, erişim: 23.02.2019, <http://www.yogadergisi.com>

<sup>795</sup> Uludağ, *Tasavvuf Terimleri Sözlüğü*, 348

meditasyonda zihinsizlik esastır. Yani zihne gelen düşünceler, trafikte akan araçları seyretmek gibi seyredilirken farkındalık kazanmak ve zihnin ötesine geçmek hedeflenmektedir. Ancak Batı, meditasyonu Budizm öğretisindeki şekliyle anlayamamış ve onu “konsantrasyon” olarak yorumlamıştır.<sup>796</sup> Oliver Burkeman, Batı’nın, kişisel gelişim öğretilerinin içine dâhil ettiği Budist meditasyonunu, yanlış yorumladığını bizzat deneyimleyerek ortaya koymuştur. Şehirde uzak, ormanlık bir alanın içerisine kurulu bir Budist meditasyon merkezinde bir hafta kalan yazar, 06:00’dan 21:30’a kadar süren bir meditasyon programına katıldığını anlatmaktadır. Bu süreçte, gruptaki tüm insanlara, sadece nefes alış-verişlerine dikkat etmeleri söylenmiştir. Burkeman, ilk günlerde zihnine gelen düşünceleri bertaraf etmekle meşgul olurken, daha sonra bu düşünceleri durduramayacağını anlayarak, zihnine gelen düşünceleri seyretmeye başladığını ifade etmektedir. Böylece duyguların geçici oluşunun farkına varmış, meditasyonun hedefi olan düşüncelere “bağlanmama” esasını anlamıştır. Kişisel gelişime mâl edilen meditasyon ise, kişisel gelişimin temelini oluşturan “mutluluk” üzerine inşa edilmiştir.<sup>797</sup> Daha mutlu olmak için zihni kontrol altına almayı hedefleyen bu yeni akım meditasyon, Budist öğretisinin gayesinden uzaklaşmıştır. Zira olumlu olumsuz bütün düşüncelerin geçici olduğunu farkına varmak ve bu düşüncelere takılıp kalmamak ile mutlu olmak için zihni olumlu düşünceye yoğunlaştırmak farklı şeylerdir.

Kısaca meditasyon, eski Mısır kültüründen çağdaş Eskimolara kadar her kültürde farklı farklı tekniklerde uygulanan bir içe yöneliştir.<sup>798</sup> İnsanın dış dünyadan derûnuna yönelerek kişiliğini sağlam temeller üzerine inşa etme ihtiyacı, her zaman olmuştur ve olmaya devam edecektir. Bu bağlamda nefsin terbiye edilerek ruhun ilahî emirlere hazır hale getirilmesi de iç âleme yönelişle gerçekleşmektedir. İç âleme yoğunlaşmanın, her kültürde farklı hazırlık aşamaları mevcut olduğu gibi benzerlik gösteren yanları da bulunmaktadır. Bunlar; beden temizliği<sup>799</sup>, nefes egzersizleri (zikir), dua, müzik gibi tekniklerdir. Bu teknikler tüm kültürlerde var olduğu gibi İslam kültüründe de tasavvuf

---

<sup>796</sup> Osho, Bhagwan Shree Rajnees, *Ego Yanılsamadan Kurtulmak*, 12. Baskı (İstanbul: Ganj Yayınları, 2014) 99.

<sup>797</sup> Burkeman, *Panzehir*, 72

<sup>798</sup> Orhan Gürsu, “Mistisizmde Ruhsal Uygulamalar, Nefs Disiplini ve Meditasyon”, *Mehir Dergisi*, 1999, 91

<sup>799</sup> Meditasyondan önce yapılan beden temizliğinin abdest ile benzerliği dikkat çekicidir: Tuvalet ihtiyacını gidermek, eli yüzü yıkamak, dişleri temizlemek, ağız su ile çalkalamak, burnu temizlemek, gözlere soğuk su çarpmak gibi... Bk. Gürsu, “Mistisizmde Ruhsal Uygulamalar, Nefs Disiplini ve Meditasyon”, 93

yoluyla mevcuttur. Meditasyon, tasavvufta belli yönlerde varlığını göstermekle beraber, tasavvuf gerek Uzakdoğu geleneklerinin gerekse modern psikolojinin üzerinde kendine özgü bir yapıya sahiptir.<sup>800</sup> Özellikle tasavvuf ve Zen (Budist) meditasyonunun arasındaki temel fark; Zen meditasyonunda anahtar kelime “dikkat” yani zihin uyanıklığı iken, tasavvufta anahtar kelime “kalp” ve “kalp uyanıklığı”dır.<sup>801</sup> Zen meditasyonunun Batı’nın elinde mutasyona uğramasıyla, zihin uyanıklığından amaçlanan gaye değişmiş, böylece tasavvuf ile aralarında daha büyük fark oluşmuştur. Yeni akım meditasyonda içe yönelme ile amaç “mutluluk” iken, tasavvufta içe yönelme ile amaç insanı, insan-ı kâmil mertebesine yükselterek kullukta mükemmelliği yakalamaktır.

Popüler kişisel gelişimde insan bedeni kutsallaştırılarak, tapılmaya değer bir şaheser olarak tanımlanmıştır. İnsana kendi bedenini tanıttak olan yöntemin de meditasyon olduğu söylenmektedir.<sup>802</sup> Bu durumda insan meditasyon yaparak kendi içindeki kutsallığı ortaya çıkarmaktadır. Mustafa Merter, önce meditasyonu, sonra zikir, tefekkür, sema gibi tasavvufî metodları tecrübe etmiş bir psikolog olarak meditasyon ve tasavvuf arasındaki farkı şöyle anlatmıştır:

*“Hayatımın yaklaşık on senesini, günde 2 ila 4 saat kadar süren Zen meditasyonu uygulamalarıyla geçirdim. Ayrıca senede iki üç defa dağların, ormanların ücra köşelerinde inzivaya çekildim. Meditasyona dair bahsetmiş olduğum bütün halleri bizzat yaşadım. Daha sonra bu yöntemi terk ederek tedricî olarak zikir ve semâ uyguladım. Aradaki en önemli fark, tasavvuf çerçevesinde yapılan uygulamaların, bağlı olduğum kişi tarafından bana ders olarak verilmesiydi. Miktarı ve tarzı o belirliyordu. Bu durumu, uçakta gözetim altında, yardımcı pilot olarak uçmaya benzetebiliriz. İkinci önemli fark ise, uçuşun ilk başlarda alçaklarda seyretmesiydi. Günde 4 saat meditasyon yapıp zihnimi parlak bir ayna haline getirmeye çalışırken, artık en fazla yarım saat süren zikir dersleriyle yetiniyordum... Bana en zor gelen, diğer insanlara göre ayrıcalıklı bir varlık olduğum kanısını terk etmektir. Senelerce uyguladığım meditasyon teknikleri sonrasında farkına varmadan enâniyet/mânevî bir narsisizm oluşmuş, ortaya çıkan hallerin ve “ışığın” kendimden kaynaklandığını sanmaya başlamıştım. Tevâzû gibi görünen davranışlarımın altında gizli bir gurur yatıyordu... Bendeniz,*

<sup>800</sup> Gürsu, “Mistisizmde Ruhsal Uygulamalar, Nefs Disiplini ve Meditasyon”, 93-94

<sup>801</sup> Osho, *Zen Yolu Tasavvuf Yolu*, 107

<sup>802</sup> Osho, *Beden ile Zihni Dengelemek*, 9-10.

(meditasyonla) gece gündüz ‘armut’ gibi oturup tüm bildiklerimi unutmaya ‘yok’ olmaya uğraşıyordum. Oysa bu yok olmuş Mustafa, benim bile farkında olmadığım, en sinsi alt kişilik haline dönüşmüştü.” Ayrıca Mustafa Merter, zikir derslerinin neticesinde, umut bağladığı tasavvuf yolunda nefsinin hastalıklarını fark ederek, meditasyonun oluşturduğu “ermiş kimliği balonu”nun söndüğünü ve yıllarca elde etmek için uğraştığı yolda gerileme sürecine girdiğini ifade etmiştir.<sup>803</sup> Bu da meditasyon ve tasavvufun arasındaki bir başka farka işaret etmektedir. Meditasyon, insanın nefsini ona tanıtmadığından, insanı kemâle ulaştığına kolayca inandırabilmektedir. Oysa tasavvuf, nefsi görünür, görünmez bütün halleriyle tanımayı hedefleyen bir ilimdir. İnsan, nefsinin, özellikle gizli tuzaklarını fark edebilir hale geldiğinde kişiliğini doğru şekilde inşa etmeye başlamakta ve asıl gaye olan rıza-i ilâhiye ulaşmaktadır.

### 3.2.10 Zikr-i Erre/Nefes Kontrolü

Farsçada “testere zikri” anlamına gelen zikr-i erre, “Allah”, “Hây”, “Hû” diye başlayan zikirlerin, zikir esnasında şevkin artmasıyla, nefes alıp verirken, zikredenlerin boğazlarından testere sesini andıran sesler çıkması sebebiyle bu ismi almıştır. Zâkir, zikr-i erre esnasında, nefs-i emmâresinin başına testere koyup onun arzularını kestiğini tahayyül etmektedir. Ahmed Yesevî, hafî zikirle meşgul olmasına rağmen, Türkmenistan’a gittiğinde o bölgenin halkının, sessiz zikirle nefislerinin hastalıklarından kurtulamayacağını ve yüksek sesle yapılan zikrin bu halk üzerinde daha tesirli olacağını düşünerek onlara “zikr-i erre”yi öğretmiştir.<sup>804</sup>

Zikr-i erredeki nefes alış-veriş şekli, Stanislav Grof<sup>805</sup> un geliştirdiği “holotropik nefes egzersizleri”yle benzerlik göstermektedir. Grof, holotropik solunum çalışmasının, evren hakkında duyular dışı yollardan gelen, kesin bilgilere kapı aralayan, transpersonel deneyimleri meydana getirdiğine inanmaktadır. Grof, hızlı ve derin nefes alıp vermenin beyne giden oksijeni azaltarak beynin korteks tabakasının bilişsel işlevini yavaşlattığını, bu sayede de normal bilinçten bilinçüstüne geçişin yani transın kolaylaştırıldığını ifade eder.<sup>806</sup> Sadece nefes egzersizleriyle bilinçdışına geçmek mümkün olmakla beraber, tekrar normal bilinç haline dönüldüğünde bu transın insan üzerinde köklü bir değişim ve dönüşümünden bahsetmek mümkün görülmemektedir. Oysa zikr-i errede boş nefes alıp

<sup>803</sup> Merter, *Dokuz Yüz Katlı İnsan*, 102-104

<sup>804</sup> Necdet Tosun, “Yeseviyye”, *DİA*, (Ankara: TDV Yayınları, 2013), 43: 489.

<sup>805</sup> Transpersonel (benötesi) psikolojinin öncülerindendir.

<sup>806</sup> Bayzan, *Sûfî İle Terapist*, 99

verme yoktur. Aksine kalbi ve ruhu canlandırarak Hakk'ın esmalarının zikri mevcuttur. Hakkı anarak cezbeyle gelen ya da psikoloji diliyle olağanüstü bilinç hallerini yakalayarak transa geçen sâlik, sahv haline yani manevî sarhoşluktan kendine geldiğinde benlik dönüşümünü başlatmaktadır. Grof, basit nefes egzersizleriyle hakikî bilgiye ulaşacağını söylerken, sûfiler mârifete yani hakikî bilgiye ancak Hakk'ın zikriyle ulaşacağını söylemektedir.

Bilinç psikoloğu Ornstein, gizli zikri bir tür meditasyon olarak yorumlamıştır. Herbert Benson, meditasyonun kalp atışını azalttığı, tansiyonu normal düzeyde tuttuğu, kandaki laktik asit miktarı düşürerek sinirliliği azalttığı, beyinde alfa ve teta dalgaları yayınladığı gibi birçok faydasını sıralamıştır. Bütün bu faydalar insanın sessizce kendisine yönelmesiyle sağlanmaktadır. Bedenen fayda sağlamış olsa da insanın nefsi emmâresini şişirdiği düşünülürken fayda zarara dönüşmektedir. Oysa zikirde insanın nefsinin zapturapt altına alarak Hakk'a yönelmesi esas olduğundan, zikir hem meditasyonun sağladığı beden dinginliğini sağlamakta hem de insanın ruhunu ihya etmektedir.

### **3.3. Tasavvufî Eğitimin Kişilik Gelişimi İle Günümüz Kişisel Gelişiminin Farklılıkları**

Kişisel gelişimin tanımını hatırlayacak olursak; kişisel gelişim, içinde doğduğu toplumun kültüründen beslenmektedir. O halde Türkiye'deki kişisel gelişimin, en baştan büyük bir yanlışın üzerine kurulduğunu görmüş oluruz. Çünkü Batı'nın kültüründe sekülerizm, materyalizm, pozitivizm gibi İslam dini esaslarına aykırı düşünce sistemleri vardır. Nitekim bu düşünce sistemlerinin dayanak noktası ateizmdir. Dolayısıyla Batı kültürünün kişisel gelişim için öne sürdüğü esaslar da bu düşünceler çerçevesinde şekillenmektedir.

İnsanların kendilerini gerçekleştirmelerini sağlayarak; mutlu, huzurlu ve başarılı bir yaşam sürmelerini hedefleme bakımından Batı'nın kişisel gelişimi ile tasavvufun kişilik gelişimi benzerlik göstermekle beraber, izledikleri yol, yöntem, metod, gaye ve niyet olarak tamamen ayrılmaktadırlar. Batı'nın kişisel gelişimi ile tasavvufun kişilik gelişimi, hayata ve insana yükledikleri anlam ve yaşama gayesi, gelişimde kullanılan metotlar, irade-özgüven,<sup>807</sup> başarı ve mutluluktaki niyet, ideolojisinin dayandığı kaynak

---

<sup>807</sup> Şirin, *Kişisel Gelişim Medeniyeti*, 36

gibi birçok açıdan birbirlerinden farklıdır. Tüm bu ayrılıklara rağmen Türkiye'deki Kişisel gelişim kaynağını Batı'nın yeni akım kişisel gelişim öğretilerinden almaktadır.

### 3.3.1. Metod-Yöntem Farklılıkları

Tasavvufta nefis, insanın kişilik gelişimi önünde en büyük engel olarak görülmektedir. Bu sebeple tasavvuf, nefsi terbiye etmek suretiyle kişiliği geliştirmeyi esas almaktadır. Aksi takdirde gelişen kişilik değil, nefsin istek ve arzuları, kibir ve hırsı olmaktadır. Tasavvufun kişilik gelişim metodları; nefsin heva ve hevesini kontrol etmekle birlikte kibir, haset, hırs gibi huylarını terbiye etmeye yöneliktir. Nefsin bu yönlerini terbiye etmek için tasavvufta; mücâhede, riyâzet, killet, halvet, çile, sefer, zühd gibi kavramlar geliştirilmiştir. Tüm bu kavramlarla nefsin; edeb, sabır, rıza, tevekkül, kanaat, şükür gibi temel değerleri kazanması sağlanmaktadır. Böylece insan, kibir yerine tevâzû, şikâyetlenme yerine rıza, sabır ve şükür, tamah yerine kanaat gibi değerleri kazanarak hem nefsin terbiye etmekte hem de kişiliğini sağlam bir zemin üzerine inşa etmektedir.

Günümüz (batı kaynaklı) popüler kişisel gelişim öğretilerinde ise “kişilik gelişimi” adı altında nefis-i emmârenin (egonun) istek ve arzuları tatmin edildiği görülmektedir. Pozitivizm, materyalizm ve sekülerizm gibi akımlar ilâhî, dini, mânevîyatı geri plana iterek akli ve insanı tanrılaştırmaktadır. İnsanı merkeze koyan tüm bu “izm”ler, insanın bireysel olarak her şeyi başarabileceğini empoze etmektedir. Kişisel gelişim insandan, bu bireysel olarak gelişme çabasında nefsinin isteklerine kulak vermesi istemektedir. Bu bağlamda, insanın önüne “başarı” ve “mutluluk” kavramalarını hedef olarak koymaktadır. Bu hedeflere ulaşmak için ise (çevre ile kurulan iletişim başta olmak üzere) her şeyi araç olarak görmesi algılatılmaktadır. Böylece tüm ilişkiler samimiyetten uzak olmaktadır.

Kişisel gelişimin insana sunduğu metodlardan biri de, insanın kendisine motivasyona yönelik telkinlerde bulunmasıdır. Başarabileceğine kendisini inandırması, hırslanması ve böylece harekete geçmesi beklenmektedir. Hz. Mevlânâ “*Seni yücelere çeken her ses, bil ki yücelerden gelmektedir. Sana hırs veren sesi de adamları paralayın kurt sesi bil*”<sup>808</sup> diyerek insanda hırsa sebep olan düşüncelerden uzak durmanın gerekliliğine işaret etmiştir.

---

<sup>808</sup> Mevlânâ, *Mesnevî*, 2: 1958-1959.



Kişisel gelişim, bireysel olarak geliştirmeyi hedeflediği insana; olumlu düşünme, anı yaşama, ölümü hatırlama, başarıya odaklanma, insanlarla iyi iletişim kurma gibi metodlar sunarak insanın kişilik gelişimini sağlamaktadır. Ancak tüm bu metodlar, seküler gaye taşıdığından, insanı başarıya götürmekle birlikte egosunu büyütmektedir. Zira kişisel gelişimin bu metodları beslediği ana düşünce “sekülerizm”dir. Dünyalık çıkarlar için kişiliği geliştirmek, nefsin öne çıkmasını sağlamaktadır. Kişisel gelişimin “başarı” kavramına yüklediği anlam makam, mevki, ün, para elde etmektir. Bu kazançlar ise kişilikten ziyâde nefs-i emmârenin kibrini, hırsını, tamahkârlığını, dünya bağıını geliştirmektedir. Ayrıca kişisel gelişim “başarı, mutluluk, liderlik” söylemleriyle insanı tek yönlü olarak geliştirirken, onun başarısızlık ve mutsuzluk karşısındaki korkularını da arttırmaktadır. Oysa tasavvufî eğitimde, tek yönlü bir gelişimden ziyade çok yönlü bir gelişim esastır. Özellikle (kabz-bast, havf-reca, halvet-celvet, heybet-üns gibi) zıt kavramların kullanımı bu çok yönlü eğitim metoduna işaret etmektedir. Bu çok yönlü eğitim metoduyla tasavvuf, insana duyguların gelip geçiciliğini öğretmekte ve insanın kalbinde, farklı durumlar karşısında değişiklik olmamasını hedeflemektedir. Böylece sūfî, hem olumlu hem olumsuz durumlar karşısında, kalbinde değişikliğe meydan vermeden, bu durumları kendisini olgunlaştırmaya bir vesile görerek gelişimini devam ettirebilmektedir.

### 3.3.2. İrade- Özgüven Farklılıkları

Batı ideolojisinden beslenen kişisel gelişim, insanın zâhirî özelliklerini geliştirmeyi hedeflemektedir. İnsanın zâhirini geliştirirken, bânını olumsuz etkilemektedir. Zira insan makam, mevki, zenginlik, başarı gibi dış özelliklere yöneldiğinde ortaya çıkan kibir, ucb, riya gibi hasletler, onun derûnî özelliklerinin gelişmesini engellemektedir. Nitekim nefsinde zuhur eden kibir, ucb gibi hasletlerden dolayı, ahlâkî özelliklerindeki noksanlığı fark edememektedir.

Kişisel gelişim, insanın zâhirî özelliklerini geliştirmesi konusunda onu motivasyon teknikleriyle desteklemektedir. Stephen Covey, değişimlerin içten dışa doğru olması gerektiğini savunmuş; sadece dışta kalan değişimlerin süreklilik göstermediğini örneklerle açıklamıştır. Bu örneklerde defalarca kişisel gelişim seminerlerine katıldığı halde, huzurlu ve verimli bir yaşam elde edemeyen insanları ele almıştır.<sup>809</sup> Bu örneklerdeki başarısızlık, kişisel gelişim seminerleri ya da kitaplarıyla, verilen

<sup>809</sup> Covey, *Etkili İnsanların 7 Alışkanlığı*, 17.

motivasyon söylemlerinin nefse/egoya hitap ettiğini göstermektedir. Motive olan ve harekete geçmek için heyecanlanan nefis, yüksek özgüvene ulaşmaktadır. Turgay Şirin bu durumun kişisel gelişimindeki “özgüven” ile tasavvuftaki “irade” arasındaki farka işaret ettiğini ifade etmiştir.<sup>810</sup> Nitekim batı kişisel gelişimiyle servis edilen özgüven, sınırsız iradeyi ifade ederken; tasavvufta iradenin kullanımı Allah’ın rızasına uygunluk ile sınırlandırılmıştır.

Ayrıca kişisel gelişimde sunulan sınırsız özgüven insana, başarının tek sahibinin kendisi olduğunu söylemektedir. Oysa İslam “Başarı da başarısızlık da Allah’tandır” diyerek insana, âlemin en kıymetlisi olmakla beraber nisyân yönünün de olduğunu unutmamasını öğretir. Elinden gelen gayreti gösterdikten sonra, noksanlığını kabul edip, bütün noksan sıfatlardan münezzeh olan Allah’a tevekkül etmesini ve O’ndan gelene razı olmasını öğütler. Böylece sâlik, başarıya ulaştığında bunu kendinden görmediğinden kibir ve uca kapılmamaktadır. Ulaştığı başarıda, kendi gayretinin yanında, Allah’ın dilemesinin daha üstün olduğunu idrak eder. Kaza ve kadere iman edip hayrı da şerri de yaratanın Allah olduğunu idrak eden insanın, elinden geleni yaptığı halde başarısızlıkla sonuçlanan işlerde de kalbinde değişiklik olmamaktadır. Zira elinden gelen gayreti gösterdiğinden başarısızlık halinde kendisini suçlamak yerine, başına gelenin Allah’ın takdiri olduğunu düşünür. Bu durumu kendisini terbiye eden bir unsur olarak kabul ederek, olumsuzlukları da tekâmülünde faydaya çevirmiş olur.

Kısaca; kişisel gelişimin özgüven söylemi, insanı, herşeyi yapabilmeye muktedir olduğu gibi bir yanılsamaya sürüklerken; tasavvufun özgüven anlayışının temelinde “tevekkül” vardır.

### **3.3.3. Eğitici ve Rehber Farklılıkları**

Kişisel gelişim eserleriyle veya seminerlerle kendisini geliştirmek isteyen insan, esasen yalnız yol almaktadır.<sup>811</sup> Anlatılmak isteneni yanlış anlayıp hata yaptığında ona doğrusunu gösterecek bir eğitmeni veya bir rehberi olmadığından egosu/nefsi onu yanıltabilmektedir. Ayrıca her şeyi doğru anlayıp ve doğru uyguladığında dahi nefsi farklı tuzaklarla onu hedefinden uzaklaştırabilmektedir. İnsan bazen, geliştirmek istediği asıl kimliğinden ziyâde, ortaya çıkan alt kişiliklere odaklanabilmektedir. Örneğin: insan

---

<sup>810</sup> Şirin, *Kişisel Gelişim Medeniyeti*, 40

<sup>811</sup> Sezik, *Kişisel Gelişim El Kitabı*, 11

âlim olmak, cehaletten kurtulmak ister ilim öğrenir; âlim asıl kimliktir. Bu isteğinin yanında etrafı tarafından kendisine “bilgili insan” denilmesini ister; bu istek alt kimliktir. Kişisel gelişim, insanın ulaştığı noktaya bakmakta; onun nefsinin tuzaklarını önemsememektedir. Tasavvuf ise, insanın ulaştığı noktada “ihlas”lı olmasını hedeflemektedir. İnsanın, farkında olmadan ihlas duygusundan riyâ duygusuna düşebilme tehlikesine karşı, tasavvuf, insanı uyaracak rehberin varlığını şart görmektedir.

Kişisel gelişim yolculuğunda yalnız olan modern insan, kişisel gelişim eserlerinden ya da seminerlerinden aldığı motivasyonla bir değişimi hedeflese de köklü bir değişim yaşanmamaktadır. Yeni akım kişisel gelişimi eleştiren bir kişisel gelişimci olan Covey, hayatta nispeten önemsiz değişiklikler yapılması isteniliyorsa, tutum ve davranışlara odaklanılmasını; ancak köklü bir değişim isteniliyorsa karakter üzerinden değişiklik ya da gelişim gösterilmesinin gerektiğini söylemektedir.<sup>812</sup> Tasavvufî eğitimde köklü değişimin yolu nefsin terbiye edilmesinden geçmekte ve bu yolda insanı uyaran, ona yol gösteren bir rehber ihtiyacı duyulmaktadır. Rehberi olmadan benlik dönüşüm yoluna girilmesi sağlıklı sonuçlar vermemektedir. Çünkü insan, kibri yüzünden yanlışlarını doğru kabul etmekte ısrarcıdır. Tasavvufî eğitimde, nefsânî çıkarları geride bırakmış ve müridin algısından daha yüksek algıya sahip olgun bir şahsiyet tarafından, insana, nefsinin hatalarının gösterilmesi ve nefsine tabi olmaması konusunda eğitilmesi gerekli görülmektedir. Zira insanın, bu zorlu yolculukta nefsiyle başbaşa kalması, mesafe kat ettiğini zannederken gerilemesine sebep olabilmektedir.<sup>813</sup>

İnternet üzerinde, iletişimden çocuk eğitimine kadar birçok alanda kişisel gelişim yazıları yazan ve kendilerini “profesyonel” sıfatıyla tanıtmaktan çekinmeyen insanların biyografisine bakıldığında, çoğunun ya psikolojiden alakasız bir lisans programından mezun ya da lise mezunu olduğu görülecektir. Ayrıca bu insanlar “profesyonel”liklerini kitap okuyarak ve video izleyerek elde ettiklerini de saklamamaktadırlar. Kişisel gelişimde, diksiyon, iletişim, ikna gücü, gibi konularda kendini geliştiren ve maddî başarılar elde eden insanlar, kendisini kişisel gelişim gurusu olarak ilan etmekten çekinmemektedirler. Oysa kişilik nefisle bir bütündür. Nefsini terbiye edememiş bir insan, başkasının nefsinin olumsuz yönlerine çare olamamaktadır. İslam’da “önce salah

---

<sup>812</sup> Covey, *Etkili İnsanların 7 Alışkanlığı*, 17, 33.

<sup>813</sup> Bk. Reşat, “Şeyh”, 51-52.

sonra ıslah” esas olduğundan, insandan önce kendisini terbiye etmesi sonra başkalarına faydalı olması beklenmektedir. Zaten kişisel gelişim, insanlara önerilerde bulunurken onlara, sadece kendilerini değiştirmelerini, başkalarını değiştirmenin onların amacı olmadığını<sup>814</sup> söylemektedir. Bu durum kişisel gelişimdeki rehberliğin sıg ve amaçsız olmakla berbaber, kişisel gelişim ürünlerinin de bir tür ticaret aracı olduğunu göstermektedir.

Tasavvufta ise eğiticinin olmazsa olmaz bir öneme sahip olduğunu söylemiştik. Tasavvufta eğitim, öğretmen-öğrenci ilişkisinin de ötesinde ebeveyn-çocuk ilişkisindeki gibidir. Bu sebeple tasavvufta eğitici yani müşidler aile bireylerinin yerine konularak<sup>815</sup>, eğitimin etkinliği arttırılmıştır. Ayrıca mürid, nefsinin olumsuz yönlerini terbiye etmekle beraber, İslam ahlâkının istediği davranışları sergilemeyi de yine müşidinden öğrenmektedir. Kısaca, tasavvufta müşid, irşâd vazifesinin gereği olarak, hem müridin nefsinin hastalıklarını fark edebilmesini hem de “rol model olma” yönüyle güzel hasletler kazanmasını sağlamaktadır.

### **3.3.4. İnsana Verilen Anlam ve Görev Farklılıkları**

Tasavvuf ve psikoloji ruhu ele almaları bakımından benzerlik göstermekle beraber ele aldıkları ruhun boyutu konusunda ayrılmaktadırlar. Psikoloji, ruhun beden kafesine girip mâsivaya karışarak nefis adını alan boyutunu ele alırken<sup>816</sup>, tasavvuf ruhun, Allah’tan gelip yine Allah’a dönecek olan ebedî boyutunu ele almaktadır. Böylece insan ruhu/özü itibariyle değer kazanmaktadır. Nitekim Kur’an-ı Kerim insanın ahsen-i takvim üzere yaratıldığına<sup>817</sup> işaret ederek, yaratılıştaki bu halin korunması istenmektedir. Kişisel gelişim, ruhun yok sayıldığı Batı ideolojilerine karşı, insanlara “Yalnızca biyolojik bir hayvan olmaktan çok daha fazlası olabilme olanağına hazır mısınız?” “Ruhsal bir yanınız olması mümkün mü?” “Eğer bir neden ve özel amaçtan dolayı var olmuşsanız, bu özel amaç nedir?”<sup>818</sup> diye sorular yöneltmiştir. Bu sorular madde kalıbına sıkıştırılan insana, başta ilaç gibi gelmiştir. Ancak sunulan çözümlerin

---

<sup>814</sup> Cüceloğlu, *Savaşçı*, 293

<sup>815</sup> Yılmaz, *Ana Hatlarıyla Tasavvuf ve Tarikatlar*, 184

<sup>816</sup> Yılmaz, “Kişisel Gelişim ve Tasavvuf”, 13.

<sup>817</sup> Tin suresi 95/4

<sup>818</sup> Hogan, *Konuşarak İkna Psikolojisi*, 22.

seküler kalmasıyla, ruha inilememiştir. Zira varoluş amacı, dünyevî mutluluk ve neşeyi tatmak olarak tarif edilmiştir.<sup>819</sup>

Kişisel gelişimin dayandığı Batı felsefesi ise Hristiyanlığın etkisiyle kaotik düşünmektedir. Bu düşünceye göre, insan yaratılış itibarıyla kötü doğmaktadır. Hatta Freud bu kaotik düşünceyi daha da ileriye götürerek, insanın medenîleşirmesinin onun doğasını bozduğunu iddia etmiştir.<sup>820</sup> Bu düşünceler çerçevesinde, kişisel gelişim de insanın olumsuz ahlâkî özelliklerine dokunmadan, “başarı, güçlü iletişim ve mutluluk” gibi hedeflerle insanı bireysel olarak geliştirmeyi hedeflemektedir. Kısaca kişisel gelişim insandan, olumsuz yönlerini yok sayarak sadece başarıya odaklanmasını istemektedir. Böylece insan, kendi hatalarını kabul edemez duruma gelmekte ve başarısızlıkta dış etkenler aramaya çalışmaktadır.<sup>821</sup> Haddizatında her an yaratmakta olan bir ilâh düşüncesi olmadığından, başarıyı insan kendine atfettiği gibi başarısızlıkta da içten içe kendisini suçlamaktadır. Ancak dışarıya karşı, bunun “başarısızlık değil sadece bir sonuç” olduğunu söylemekte ve nefisini temize çıkarmaya çalışmaktadır.

Kişisel gelişimin insanı, psikolojide “California Sendromu” olarak ifade edilen duruma sürüklediğini söyleyebiliriz. Bu sendrom, dört belirti ile ortaya konulmuştur: Hedonizm, benmerkezcilik, yalnızlık, mutsuzluk.<sup>822</sup> Kişisel gelişim öğretileri insanlara, zevklerini tatmin etmeyi öğütlerken onları, bencilleştirmektedir. Hazlarına düşkün egoist bir insanın yalnızlaşması ve mutsuz olması da kaçınılmaz bir sonuçtur. Kişisel gelişim, insana dilediğini yapmaktan çekinmemesini öğütlerken, aslında onu California Sendromuna doğru sürüklemektedir.

Kişisel gelişimde benlik, duygularla içiçe değerlendirilmektedir. Duyguların yönlendirdiği kişilik ise kolay incinebilen özellik taşımaktadır.<sup>823</sup> Başarı-mutluluk denkleminde mutluluk maddî hedeflerle sınırlandırılmıştır. Böylece insan, seküler sistemin başarı açılımına uygun sonuçlar elde edemediğinde mutsuz olmaktadır.

Kişisel gelişimin, bu alanla ilgilenmeyen ve seküler başarı kazanamamış insanları sıradan insan olarak gördüğünü ve kendi okurlarına farklı olduklarını hissetmelerini aşıladığını söylemiştik. Tasavvufun insanları “avam, havas, havas’ul-havas” gibi

---

<sup>819</sup> Hogan, *Konuşarak İkna Psikolojisi*, 22.

<sup>820</sup> Bayzan, *Sûfî İle Terapist*, 181

<sup>821</sup> Tarhan, *Mesnevî Terapi*, 220

<sup>822</sup> Tarhan, *Mesnevî Terapi*, 147

<sup>823</sup> Sayar, *Hayat Teselli Bulmaktır*, 113

derecelendirmesi, kişisel gelişimin sıradan insan düşüncesiyle aynı zannedilebilir. Ancak tasavvufun bu derecelendirmesi, maddî ve dünyevî başarı ile değil, hakikî kullukla ilgilidir. Tasavvuf insanları Allah'ın emirlerini idrak etme ve kulluk görevini yerine getirme boyutuna göre derecelendirirken, insanın, ibadetlerine güvenerek bir başkasını hor görmesini de şiddetle kınamaktadır.

*Harâbât ehlini hor görme zâkir*

*Hazineye mâlik virâneler var*<sup>824</sup>

Doğan Cüceloğlu, “sıradan insan” kavramını rol tutsaklığına bağlamaktadır. Kişi sahip olduğu sosyal rollere bağlandığında özgürlüğünü kaybetmektedir. Onun “savaşçı” olarak adlandırdığı kişi, hapishanede olduğunu idrak edendir. Savaşçının hedefi ise bütün rollerden sıyrılmaktır. Rollerden sıyrılmak ve benin ötesine geçmek suretiyle dönüşümün başlayacağını söylemektedir.<sup>825</sup> Bu anlatım, tasavvuftaki “fena” kavramıyla benzerlik göstermektedir. Ancak anlatım ortak olmakla beraber amaçları farklılık gösterir. Savaşçının amacı, yaşamının kendi seçtiği anlamı içinde, olabileceğinin en iyisi olmaya kendini adamaktır. Yaşama gücü ve motivasyonunu da kendini adadığı gelecekte almaktadır.<sup>826</sup> Fena kavramı ise, insanın olumsuz vasıflarından, nefsanî eğilimlerinden, benlik duygusundan arınıp, Hakk'ın ahlâkıyla ahlâklanmasını ifade etmektedir. İnsanın, bu yolculuğunda geçmiş ve gelecek kaygılarından kurtularak sadece Allah'a güvenmesi esastır.

Kişisel gelişim insana, verimliliğini arttırması için hayalî bir rol model sunmaktadır. Bu rol modelin, İslam'a ve Türk-İslam kültürüne ters düşüğü ve tamamen seküler anlayışa hitap ettiği anlaşılmaktadır. Zira bu insan modeli; mutluluğu sınırlı dünya âleminde arayan, başarı odaklı, başarıya ulaşmak için herşeyi mubah sayan, ailesi dâhil olmak üzere çevresindeki kurduğu tüm ilişkileri başarısında araç kabul eden, her şeyden çok kendini seven, kendisi için yaşayan yalnız bir tiptir. Bu insanlar, herşeyi başarı aracı kabul ettiklerinden, bu mantıkla aile ilişkilerini düzenlerler, güzel giyinir, etkili konuşur

---

<sup>824</sup> Erzurumlu İbrahim Hakkı'ya ait olduğu nakledilmektedir. Erzurum İl Kültür ve Turizm Müdürlüğü, “İbrahim Hakkı Hazretleri ve Zâkir ile Şâkir”, erişim:10.04.2019. <http://www.kulturportali.gov.tr>

<sup>825</sup> Cüceloğlu, *Savaşçı*, 36, 300.

<sup>826</sup> Cüceloğlu, *Savaşçı*, 11, 293

ve sağlıklı beslenirler. Ancak tüm bu iyi vasıfların ardındaki niyet, bireysel gelişim odaklı olduğundan kurdukları ilişkiler samimiyetten uzak görülmektedir.<sup>827</sup>

Bununla beraber bazı kişisel gelişim eserlerinde insana günah ve eksikleriyle ilgilenmek yerine, ilgi duyduğu bilim kollarına, sevdiği insanlara yönelerek eksik ve kusurlarına aldırış etmemesi öğütlemekte ve mutluluğun tek yolunun dış dünyada olduğu söylenmektedir.<sup>828</sup> Tasavvufta ise insanın kişiliğindeki nefsanî eğilimler ıslah edilmek suretiyle, yeni bir kişilik inşa edilmesi hedeflenmektedir. Narsist özellikler sergileyen insana, bu yönünün terbiye edileceği bir değişim programı uygulanırken; cimriye cimriliğinden kurtulacağı bir değişim programı uygulanır. Bu da tasavvufun, kalıp ifadeler kullanan kişisel gelişimden farklı olarak, her insana onun ihtiyacına göre bir gelişim yöntemi uyguladığını göstermektedir. Örneğin; tasavvuf, nefsi halkın arasında tanınmak ve şöhret kazanmak isteyen insana, sefer yapıp bir müddet bulunduğu yerden uzaklaşmasını tavsiye eder. Nefsinde şöhretin de kınanmanın da değeri aynı olan kimseye ise, nefis terbiyesi ile kazandığı güzel hasletlerle insanlara örnek olması bakımından seferi gerekli görmez.<sup>829</sup>

İslam'a göre insan, eşref-i mahlûktur. İnsanı insan yapan kaşı, gözü, eli, ayağı, kılığı, kıyafeti değildir. İnsanı insan yapan, insana eşref-i mahlûk olma değeri katan onun ruhunun ilâhî nefes oluşudur. Tasavvuf, insana kendisine biçilen bu değeri keşfetmesi için yol göstermektedir. Bu bağlamda, mutasavvıf şairlerden Şeyh Galib (ö.1213/1799), tasavvufun insana bakışını güzel bir uslûpla anlatmıştır:

*Ey dil, ey dil niye bu rütbede pür-gamsın sen*

*Gerçi virâne isen genc-i mutalsamsın sen*

*Secde-ferma-yı melek zat-ı mükerremsin sen*

*Bildiğin gibi değil cümleden akvemsin sen*

*Ruhsun nefha-i Cibril ile tev'emsin sen*

*Hoşça bak zatına kim zübde-i âlemsin sen*

---

<sup>827</sup> Şirin, *Kişisel Gelişim Medeniyeti*, 15, 38.

<sup>828</sup> Russell, *Mutluluk Yolu*, 10.

<sup>829</sup> Sühreverdi, *Avârifü'l-Maârif*, 164-166.

*Merdüm-i dide-i ekvan olan âdemsin sen*<sup>830</sup>

...

*Hayıftır şah iken âlemde geda olmayasın*

*Keder alûde-i ümmid ü reca olmayasın*

*Vadi-i ye'se düşüp hiç ü heba olmayasın*

*Yanlıp reh-rev-i sahra-yı bela olmayasın*

*Âdeme muttasıl ol ta ki cüda olmayasın*

*Secdeler eyle ki merdud-i hüda olmayasın*<sup>831</sup>

Şiirdeki insana yapılan övgüler onun, nefsânî arzularına değil ruhuna hitap etmektedir. Zira insan, nefsinin hevâsı yönünde hareket ettiğinde yaratılışındaki ahsen-i takvim çizgisinden çıkmakta ve esfele sâfiline<sup>832</sup> düşmektedir. İnsanı; “genc-i mutalsam”, “zat-ı mükerrem”, “zübde-i âlem”, “merdum-i dide-i ekvan” yapan onun nefsi ve kalıbı değil, kulluğudur. Bununla beraber tasavvuf, insanın dünyadaki gayesinin emmârelikle süflîleşmiş olan nefsini sırasıyla levvâmeye, mülhimeye, mutmainneye yükseltmeye çalışmak olduğunu kabul eder.<sup>833</sup>

Popüler kişisel gelişim karakter eğitimini önemseyen bir tutum içinde olsa dahi tasavvufta aralarında önemli bir fark bulunmaktadır. Kişisel gelişimde, misal iyi insan olmak bir amaçtır. Tasavvufta ise Allah rızasına götüren bir araçtır. Yani tasavvuf insana iyi insan olmasının ötesinde iyi bir kul olmasının gerektiğini öğretirken; kişisel gelişimde insana, sevilme için iyi olmasının gerektiği<sup>834</sup> algılatılır.

---

<sup>830</sup> Şeyh Gâlib, *Şeyh Galib Divanı*, (Ankara: Diyanet İşleri Başkanlığı Yayınları, 2014), 229; Ey gönül, ey gönül neden gamla dolusun? Harabe haldesin, yıkılmışsın, hâlbuki sen tılsımlı bir hazinesin. Meleklerle secde etmeleri emredilmiş kıymetli bir varlıksın sen. Bildiğin gibi değil, her varlıktan daha değerlisin, ruhsun, Cebraîl'in üfürmesiyle ikizsin sen. Öyle hoş bir nazarla bak ki kendine, âlemin özü olduğunu göreceksin. Sen varlıkların gözbebeği olan insansın.

<sup>831</sup> Şeyh Gâlib, *Şeyh Galib Divanı*, 229; Yazık etme kendine âlemde padişah iken köle olmayasın, başkalarına ümit ve yalvarışla kederli olmayasın, ümitsizliğe düşüp ziyan olmasın, bela sahrasında yol yürüten olmayasın, Âdem'e kavuş ki ayrılık yaşamayasın, secdeler et ki Allah'ın huzurundan kovulmayasın.

<sup>832</sup> Tin suresi 95/5.

<sup>833</sup> Eşrefoğlu Rûmî, *Müzekkin Nüfus*, 15.

<sup>834</sup> Carnegie, *Dost Kazanmak ve İnsanları Etkilemek Sanatı*, 39-64.



### 3.3.5. Kaynak Farklılıkları

Biyolojik bir varlık olan insanın, bedenî gelişimi kadar şahsî ve ruhî gelişimi de bir o kadar önemlidir. İnsanın, kişilik gelişimine fayda sağlayacak her türlü bilgiyi ve tecrübeyi kullanması icap eder. Hassaten küreselleşen ve küçük bir köy haline gelen dünyada istenilen bilgiye ulaşmak çok kolay bir hal almıştır. Ancak bu bilgi çokluğunda sahip olunan dine ve kültüre ters düşmeden bir alışveriş yapılması esastır. Nitekim bu düşünce bizlere atalarımızdan miras kalmıştır. Örneğin; Yıldırım Beyâzıt, mimarî eserler ortaya konulurken, eserlerin yapımına yardım etmek isteyen İtalyan ressam Leonardo Vinci'nin teklifini bu düşünceyle reddetmiştir. Dünyaca ünlü büyük ressamın bu güzel teklifini dahi, ülkede ruh ve üslup olarak Hristiyan etkisi olur düşüncesiyle reddetmiştir.<sup>835</sup> Bu düşünce, kişilik inşaasına yansıtıldığında, aynı hassasiyetin gösterilmesinin gerekliliği ortaya çıkmaktadır. Zira Yıldırım Beyâzıt nasıl ki mimarî eserlerin dahi insan ruhunu etkileyeceğini düşünmüş ise, kişiliğin gelişmesi için, batıdan alınan ve kültürümüze uyarlanmadan doğrudan uygulanmaya konulan bilgiler, Müslüman kişiliğine ters düşecektir. O halde günümüz küresel dünyasında bilgilerin alınması kaçınılmaz olmakla beraber, başka kültürlerden alınan bilgilerin İslam toplumuna uygun hale getirilip servis edilmesi mühimdir.

Batı mutfağında hazırlanıp, Türk sofrasına sunulan kişisel gelişim öğretileri, Batı kültürünün, millî ve dinî değerlerimize uygun olmayan yönlerini ayrılmaksızın servis etmesinden dolayı eleştirilmiştir.<sup>836</sup> Batıdan zuhur eden kişisel gelişim öğretileri, kendi toplumunun dinî düşüncesini ve kültürünü yansıtmaktadır. Ayrıca Batı toplumunda ortaya çıkan materyalizm, sekülerizm, pozitivizm, ateizm, deizm gibi tüm izmler Batı'nın kişilik gelişim öğretilerinin arasında hissedilmektedir. Batıdan alınıp doğrudan İslam toplumuna servis edilen bu düşünceler temel niyet ve amaç olarak İslam ahlâkına ve kültürüne ters düşmektedir. Zaten hâlihazırda Müslüman kişiliğini oluşturmaya, yüzyıllardır yardımcı olan bir ilim vardır. Müslüman insanın kişiliğinin gelişmesi için nefsinin terbiye edilmesini ve Kur'an, sünnet çerçevesinde bir kişilik oluşumunu esas alan bu ilim tasavvuttur.

---

<sup>835</sup> Büşra Bulut "Leonardo Da Vinci'nin II. Beyazıt'e Yazdığı Mektup", erişim: 01.05.2019, <https://www.wannart.com/leonardo-da-vincinin-ii-bayezide-yazdigi-mektup/>

<sup>836</sup> Şirin, *Kişisel Gelişim Medeniyeti*, 15; Sayar, *Hayat Teselli Bulmaktır*, 115

Son yıllarda muhafazakâr sayılan kesimler dahi gerek yaşantılarında gerekse üsluplarında sekülerleşmeye başlamışlardır. Dünyaya meyletmenin neticesinde, kaybedilen değerleri tekrardan kazanmak adına, kişisel gelişim, muhafazakârlar için de çözüm yolu olarak popülerlik kazanmıştır. Ancak başvurdukları bu çözüm yollarıyla müslüman kişiler, seküler paradigmanın daha çok içine çekilmiştir. İster istemez modernitenin etkisine girildiği bu dönemlerde, gelişim yöntemlerinin, insanın ihtiyacına ilaç gibi gelmesi, zehire panzehir niteliğinde olması beklenmektedir. Bu da ancak kişisel gelişim yöntemlerinin inanç sistemimize uygun hale getirilmesi neticesinde mümkündür. Nitekim İslam, insanı merkeze alan, insanın ve toplumların gelişmesi için nice yöntemlerle dolu geniş bir kişisel gelişim menbaıdır. İnsanın nefsini eğiterek onun gelişimini en sağlam şekliyle gerçekleştirmeyi hedefleyen ve bunun nice başarılı örneklerini yüzyıllardır vermiş olan tasavvuf, İslam dininin “doğal kişisel gelişim alanı” sayılmaktadır.<sup>837</sup> Sağlam bir şekilde gelişim göstermek ancak kendi değerlerimizin ve kaynaklarımızın idrakiyle mümkün sayılmaktadır.

### 3.4. Günümüz Kişisel Gelişimin Problemleri

Günümüz yeni akım kişisel gelişim öğretileri, ‘karakteri’ ikincil; ‘kişisel imajı’ birincil<sup>838</sup> kabul etmesi ile başlı başına bir problemi teşkil etmektedir. Batı’da zuhur eden bu problem, ülkemizde kişisel gelişimi başlatanlar tarafından göz ardı edilmiştir. Batı’nın fikirlerinin doğrudan alınmasıyla ülkemizde de ‘karakter-kariyer’ önceliğinde değişimler görülmeye başlanmıştır. Ülkemizde etkisini göstermeye başlayan yeni akım kişisel gelişim öğretileri ile, müteaddiyin kesimin hayat anlayışlarında da sekülerlik hissedilmeye başlanmıştır. Bu bağlamda günümüz yeni akım kişisel gelişim öğretilerindeki problemleri kısaca şöyle değerlendirebiliriz:

- Batı’da, ‘karakter etiğinden-kişilik etiğine’ doğru bir yönelişle ortaya çıkan, kişisel imajın ön planda tutulduğu, tamamen seküler bir gayesi olan yeni bir akımdır.<sup>839</sup>
- Seküler başarı ve mutluluk üzerine inşa edilmiştir.<sup>840</sup>
- Mutluluk, zenginlikle bağdaştırılmıştır.<sup>841</sup>

---

<sup>837</sup> Şirin, *Kişisel Gelişim Medeniyeti*, 16.

<sup>838</sup> Covey, *Etkili İnsanların 7 Alışkanlığı*, 22.

<sup>839</sup> Covey, *Etkili İnsanların 7 Alışkanlığı*, 19-23.

<sup>840</sup> Covey, *Etkili İnsanların 7 Alışkanlığı*, 31.

<sup>841</sup> Covey, *Etkili İnsanların 7 Alışkanlığı*, 33; Zygmun, *Yaşam Sanatı*, 10-21

- İnsanları etkileme, etkili konuşma, ikna etme,<sup>842</sup> alkışlanan olma,<sup>843</sup> güzel giyinme, güzel konuşma, lider olma<sup>844</sup> gibi ifadelerle insanın toplum önünde ve popüler olmasının gerektiği algısını oluşturması,<sup>845</sup>
- İletişim teknikleriyle ulaşılmak istenen asıl gaye insanlar tarafından sevimlik ve kabul görmektir.<sup>846</sup>

Günümüz yeni akım kişisel gelişim, insanın kişilik gelişiminde ahlâkî değerleri ikinci plana iterek, insanın gelişimini imaj ve kariyer üzerinde kısıtlandırmaktadır. Bu seküler hedeflerde kullandığı üslup ve yöntem problem oluşturmakla beraber birçok probleme de kapı aralamaktadır.

### 3.4.1. Üslup Problemi

Popüler kişisel gelişimin, insanın benliğini yücelten ve nefsinin hoşuna giden ifadeler kullanması, insana kendisini diğer insanlardan farklı görmesini telkin etmesi, başarıyı kutsallaştırması, yeni şeyler söylediğinin iddiasında bulunması, muhâkemeye değil duyguları harekete geçirmeye yönelik oluşu ve başarıyı tanrılaştırması onun üslup problemini göstermektedir.

#### 3.4.1.1. Motivasyon İfadeleri

“Önce kendinle barış, kendini sev, kendini olduğun gibi kabul et, duygularını sınırsızca (ahlakî ölçütlerle sınırlamadan) dile getir” gibi iddialı cümlelere dayanan kişisel gelişim öğretileri, ahlakî değerleri bu ifadelere boyun eğdirmektedir.<sup>847</sup> Bu söylemler popüler kişisel gelişim öğretilerinin, önce kendini düşünen, bireysel kurtuluşunu hedefleyen, toplumun ihtiyaçlarını görmezden gelen, özgüveni egoistliğe ulaşmış bireyler yetiştirdiği düşüncesini oluşturmaktadır. Zira bir insan narsist eğilimler göstermekteyken, ona “her şey seninle başlar, önce kendini sev, kendin için en iyisini yap” gibi sloganlarla yaklaşmak onun narsist kimliğini daha da pekiştirmektedir. Bireysel başarı söylemleri, kapitalist sistemde olduğu gibi, sosyal eşitsizliği de meşrulaştırmaktadır. Bu ortak söylemden dolayı, kapitalizm, kişisel gelişim pazarını

<sup>842</sup> Hogan, *Konuşarak İkna Psikolojisi*, 35.

<sup>843</sup> Sıtkı Aslanhan, *Duyarlı Gencin Başarı Rehberi*, (İstanbul: Hayat Yayınları, 2012), 11.

<sup>844</sup> Osmay, *İnsan Mühendisliği*, 467; Değirmenci, *Kişisel Gelişim ve Pozitif Enerji*, 368.

<sup>845</sup> Smiles, *Başarmanın Gücü*, 16.

<sup>846</sup> Hogan, *Konuşarak İkna Psikolojisi*, 71; Carnegie, *Dost Kazanmak ve İnsanları Etkilemek Sanatı*, 39-64.

<sup>847</sup> Sayar, *Hayat Teselli Bulmaktır*, 109.

desteklemektedir. Kapitalist sistemin desteklediği kişisel gelişim öğretisinin, bireyselleşmekten ve başarmaktan amaçladığı para, ün ve itibardır. Kısaca kişisel gelişim, kapitalist sistemdeki “bireysel kurtuluş efsanesinin” cilalanıp yeni bir yüzle servis edilmiş halidir. Kapitalist sisteme hizmet eden kişisel gelişimin elinde, başarı kavramı da maddî unsurlara indirgenmiş ve kapitalizmin aracı haline gelmiştir.<sup>848</sup>

Popüler kişisel gelişim sektörü insanlara, “(imajınla) kendini farkettir”<sup>849</sup>, “kendini şımart”<sup>850</sup>, “içindeki devi uyandır”, “kusuruz olun”, “duvarları yıkın ve dans ederek başarıya yönelin”<sup>851</sup>, “büyük düşünün”<sup>852</sup>, “alkışlanan olun”<sup>853</sup> gibi hitaplarda bulunarak insanın egosuna/nefsi emaresine hitap etmiş olmaktadır. Bu motivasyon söylemleri kişisel gelişimin, insanı kutsallaştırdığı ve yaratıcıdan bağımsız bir güç kabul ettiği fikrini doğurmaktadır. Nitekim Osho insana, “*Kendi bilincininin, kendi varlığının farkına varduktan sonra senin üzerinde Tanrı yoktur*”<sup>854</sup> diyerek, kişisel gelişimin insana bakışını açıkça ortaya koymuştur.

#### **3.4.1.2. Başarıyı Kutsallaştırması**

Kişisel gelişimde bireysel kurtuluş, bireysel başarı ile mümkün görülmektedir. “Ya başarırısın ya hiçsin” düşüncesinin empoze edilmeye çalışıldığı bu sistemde, başarılı insanlar mükemmel, başarısızlar ise sıradan olarak algılanılmaktadır. Tevhid esaslı İslam dininin müntesiplerine politeist bir dille “*başarı tanrısı*”<sup>855</sup> ifadesini kullanılarak, başarı bireyselleştirilmekte ve yüceltilmektedir. Bu ifadeden de anlaşıldığı üzere, kişisel gelişim öğretisinde başarı kavramı putlaştırılmaktadır. Sadece başarı kavramıyla değil, insanın inandıktan sonra herşeyi başarabileceği fikriyle<sup>856</sup> başarıyı elde eden insan da ilahlaştırılmaktadır. Kemal Sayar, hayatın amacını “başarmak” üzerine kuran insanları

---

<sup>848</sup> Bilgen Aydın Sevim, “Kişisel Gelişim Kitaplarındaki Başarı İdeolojisi: Mümin Sekman Örneği”, *Turkish Studies- İnternational Periodical For The Languages, Literature and History of Turkish or Turcic*, Volume 8/3, Winter 2013, p.17-35, Ankara-Turkey, 19 ve 23.

<sup>849</sup> Değirmenci, *Kişisel Gelişim ve Pozitif Enerji*, 293.

<sup>850</sup> Saygın, *Kişisel Gelişim Stratejileri*, 144.

<sup>851</sup> Anthony Robbins, *İçindeki Devi Uyandır*, Trc: Belkis Çorakçı Dişbudak (İstanbul: İnkılap Yayınları, t.s), 285, 596.

<sup>852</sup> Bozdağ, *Düşün ve Başar*, 15-22.

<sup>853</sup> Aslanhan, *Duyarlı Gencin Başarı Rehberi*, 11.

<sup>854</sup> Osho, *Beden ile Zihni Dengelemek*, 10.

<sup>855</sup> Sekman, *Limit Sizsiniz*, 89.

<sup>856</sup> Saygın, *Negatif Limanlardan Pozitif Sulara*, 104

“ben tarikatının müridi” olarak tanımlamaktadır. Ona göre bu insanlar, başarılarına taptıkları kadar kendilerine de tapmayı varoluş sebebi haline getirmişlerdir.<sup>857</sup>

Başarıyı ve başarılı insanı putlaştıran bu sistem, insanın çalışıp çabaladıktan sonra yaratıcısına güvenmesinin ve ona dua etmesinin, teknolojinin az geliştiği dönemlerde kaldığını savunmaktadır. Ancak fitratı gereği yüce bir varlığa sığınma ihtiyacını gidermek için, dinî inanç ve ritüellerin yerine, onları karşılayacak ancak dinî olmayan bir takım esaslar geliştirilmiştir. Bunlardan biri de hedeflenen başarı projesinin her fırsatta yüksek sesle tekrar edilmesidir. Bu yolla kişisel gelişim, insana, dinî olmayan bir dua biçimi sunmaktadır.<sup>858</sup>

Herhangi bir kişisel gelişim alanıyla meşgul olan ve hayatta başarı elde etmiş insana, kendisini diğer insanlardan farklı görmesi<sup>859</sup> algılatılmakta ve kişi çevresinde fark yaratmayı, insanları etkilemeyi<sup>860</sup> esas almaktadır. Başarısız insanların sıradan olarak adlandırılmasıyla, başarılı olan ya da başarı yolunda olan (yani kişisel gelişim eserleri okuyan, seminerlere düzenli katılan ya da bir kişisel gelişim gurusundan destek alan) kişilerin diğer insanlardan farklı olduğu öne sürülmektedir.

Kişisel gelişim, başarının öğrenilebilen bir durum olduğunu kabul etmektedir. Başarı için; hedef belirlenmesi, hedefe odaklanması, hayatın bu noktada doğru planlanıp uygulanması, başarıya inanılması, bir olumsuzlukla karşılaşıldığında esnek davranarak diğer plana geçilmesi öngörülmüştür. İnsanın başaracağına inandığı herşeyi başarabileceği<sup>861</sup> gibi iddialı cümleler kuran kişisel gelişim, insanı Allah’tan bağımsız üstün güce sahip gibi göstermektedir.

Başarı konusunda en iddialı cümleler sarf eden Mümin Sekman, başarıyı, başarısızlık anında insana kötü davrananlardan alınmış güçlü bir intikam olarak görmektedir. İnsanın başarıya ulaşmasıyla, geçmişteki hatalarının, insanların gözünde silineceğini söylemektedir.<sup>862</sup> Bu düşünceyle kutsallaştırmış olduğu başarı kavramına, tevbenin hataları silebilme vasfını yüklemektedir. İnsanın günah ve kusurlarını silebilecek tek

---

<sup>857</sup> Sayar, *Yavaşla*, 161.

<sup>858</sup> Sevim, “Kişisel Gelişim Kitaplarındaki Başarı İdeolojisi: Mümin Sekman Örneği”, 20, 21

<sup>859</sup> Özdemir, “Kişisel Gelişim Kitaplarının Eleştirel Değerlendirmesi”, 77; Sayar, *Yavaşla*, 161.

<sup>860</sup> Sekman, *Her Şey Seninle Başlar*, 231

<sup>861</sup> Saygın, *Negatif Limanlardan Pozitif Sulara*, 104

<sup>862</sup> Bk. Sekman, *Her Şey Seninle Başlar*, 96, 99

unsur pişmanlık ve tevbe iken, başarıya ulaşarak geçmiş hatalardan arınılabileceğini iddia etmektedir.

#### 3.4.1.3. Yenilikçilik İddiası

Kişisel gelişimin en önemli iddiası “yenilikçilik”tir.<sup>863</sup> Yeni, farklı ve daha önceden söylenmemiş şeyleri söylediğini iddia etmektedir. Nitekim kişisel gelişim öğretileri “*farkı yaratan fark*”<sup>864</sup> olarak kabul edilmektedir. Yakın tarihte ortaya çıkmış olan kişisel gelişimin “yenilikçilik” iddiasında bulunması, yüzyıllardır insanın kendisini geliştirmek adına hiçbirşey yapmaması anlamı taşımaktadır. Oysa insan var olduğundan bu yana tekâmül de vardır. İslam dini kişiliğin, İslam fıtratına uygun geliştirilmesini istemekte ve insana tekâmül için yöntemler sunmaktadır. Kişisel gelişimin kullandığı; ölümü düşünme, anı yaşama, muhasebe, kendini tanı, farkındalık ve uyanış gibi kavramlar yeni şeyler değil, kadim bir medeniyet olan tasavvufun sistemleştirdiği tekâmül ve kişilik gelişim unsurlarıdır. Kullanılan kavramlar aynı olsa bile, bu kavramlara yüklenen anlam bakımından büyük fark bulunmaktadır. Zira kişisel gelişim bu kavramları seküler bir dille ele almaktadır.

#### 3.4.1.4. Kültür ve Din Algısı

Rönesans ve aydınlanma dönemleriyle birlikte Batı’da materyalizm, sekülerizm, pozivitizm ortaya çıkmış ve din geri plana itilmiştir.<sup>865</sup> Böylece daha sonraları ortaya çıkan düşünce sistemlerinin çoğunda bu ideolojilerin etkisi kaçınılmaz olmuştur. Popüler kişisel gelişim öğretileri de din algısından uzak bir düşünce ile ortaya çıkarak, dinin toplum üzerinde oluşturduğu huzur ve mutluluğu, dinî terminolojiyi kullanmadan vermeye çalışmıştır.<sup>866</sup> Bununla birlikte dinin insanın iç âlemine yönelmesini, ahlâkını düzelterek ve nefsin terbiye ederek kişiliğini geliştirmesini söylemesine karşın, ortaya çıkan popüler kişisel gelişim, insana dışa dönük olduğunda daha mutlu olacağını söylemektedir. Zira kişisel gelişime göre insanı iç dünyasına iten şey, günahlarıdır. Günah, yasak gibi düşüncelere sebep olan şey ise dindir ve insan bu düşünceleri çocukken edinmektedir. Bu sebeple kişisel gelişim, insanın potansiyelini fark edebilmesi, dışa dönük olabilmesi ve özellikle mutlu olabilmesi için çocukluk

<sup>863</sup> Özdemir, “Kişisel Gelişim Kitaplarının Eleştirel Değerlendirmesi”, 69

<sup>864</sup> Münir Arıkan, *Düşünceye Yeni Bir Bakış*, (İstanbul: Hayat Yayınları, 2003), 16.

<sup>865</sup> Bk. İlhan Kutluer, “Pozivitizm”, *DİA*, (Ankara: TDV Yayınları, 2007) 34: 335.

<sup>866</sup> Şirin, *Kişisel Gelişim Medeniyeti*, 12.

inançlarından kurtulmasını öngörür. Zira çocukluk inançları, insanın gelişimini engelleyen bağ ve psikolojisi üzerinde bir baskı olarak kabul edilir.<sup>867</sup> Bununla birlikte bazı kişisel gelişim eserlerinde de kültür, insanın gelişimine engel görülmüş ve kültürün temellerini değiştirmenin gerekliliği ifade edilmiştir.<sup>868</sup> Kişisel gelişimde, dinlerin bedene karşı olumsuz tavır aldığı düşünülmektedir. Bu sebeple de insana, beden ile zihinin uyumunu yakalayabilirse Tanrı'ya ihtiyacının kalmayacağını söyleyerek insanın potansiyelini fark ettiğinde tanrısallaştığına işaret edilmektedir.<sup>869</sup> Ayrıca popüler kişisel gelişimde dinlerin ortaklığı görüşünü kabul edilmekte, bir dine ait olmak değil dindarlık esas kabul edilmektedir.<sup>870</sup> Bu durumda değerli olan sadece etik kurallar olmakta; inancın değeri bulunmamaktadır.

Kişisel gelişimci Anthony Robbins'in eserlerini okuyarak etkilendiğini ve hayatında büyük değişimler olduğu anlatan bir okuyucu, kişisel gelişimle İslam dininin, kader anlayışı dışında, bir çok yönden örtüştüğünü ifade etmiştir.<sup>871</sup> Ancak bu fark küçümsenecek bir fark değildir. Aksine bütün benzerlikleri silip yok etmektedir. Zira kadere olan inanç farklılığı, beraberinde eylemlerdeki niyet ve gaye farklılığını da getirmektedir. Anthony Robbins insanı, kaderin yaratıcısı<sup>872</sup> olarak kabul etmiştir. Bu fikir, birçok kişisel gelişim eserinde, insanın ve sınırsız gücünün ön planda oluşu ve yaratıcının insan hayatı üzerindeki etkisinden söz edilmemesiyle kendisini göstermektedir.

### 3.4.2. Yöntem Problemi

Başkalarının başarı öykülerini genel hedef ve örneklik olarak sunması, başarı için önemli gördüğü iletişime yüklediği anlam, problemlere sunduğu çözüm önerileri, insanın kişilik gelişiminde mutluluğu hedef göstermesi gibi yöntemler, kişisel gelişimin problemlerini teşkil etmektedir.

---

<sup>867</sup>Russell, *Mutluluk yolu*, 11.

<sup>868</sup> Cüceloğlu, *Savaşçı*, 191.

<sup>869</sup> Osho, *Beden ile Zihni Dengelemek*, 10.

<sup>870</sup> Bk. Osho, *Zen Yolu Tasavvuf Yolu*, 116.

<sup>871</sup> Saygın, *NLP Teknikleri İle Kişisel Gelişim Stratejileri*, 156.

<sup>872</sup> Robbins, *İçindeki Devi Uyandır*, 614.

### 3.4.2.1. Başarı Öyküleri

Başarı öykülerini örnek olarak sunmak, insanın önüne ‘rol model’ sunma bakımından önemli bir yöntemdir. Bu rol modeller sayesinde insan, ulaşmak istediği hedefe odaklanabilmekte ve motive olabilmektedir. Tasavvufta da büyük şahsiyetlerin hayatları örnek olarak sunulmaktadır. Yüce şahsiyetlerin ahlâkını örnek almaya çalışmak tasavvufî eğitimde, râbîta<sup>873</sup> kavramıyla sistemleştirilmiştir. Rol model olarak sunulan şahsiyetin, ahlâkî davranışları ve kemâle ulaşmadaki uyguladığı yöntemler örnek gösterilirken; kişisel gelişimde rol modelin, başarı adı altında, ‘zengin ve popüler olma süreçleri’<sup>874</sup> anlatılmaktadır. Bazı kişisel gelişim kitaplarında da zenginlik ikinci planda tutulmakta, “başarılı bir insan isen şöhret sahibi olmalısın” mesajı verilmektedir. Bu eserlerdeki, rol modellerin başarı hikayeleri de “şöhret” üzerinde temellendirilmiştir.<sup>875</sup> Kişisel gelişimde anlatılan başarı öyküleri insanlara, “bu özelliklere sahip değilsen (etkili konuşamıyorsan, lider ruhlu değilsen, özgüvenin yeterli değilse) başarısız olmaya mahkûmsun” mesajı vermektedir. Oysa bir kişiye mutluluk getiren bir başarı, bir başkasına mutluluk getirmeyebilmektedir. Bu gerçeğe rağmen, kişisel gelişim öğretileri insanlara bir başkasının başarısını elde ettiklerinde mutlu olacaklarını söylemekle birlikte “bir insan başarıyorsa herkes başarabilir”<sup>876</sup> diyerek yüreklendirmektedir. ‘Herkes başarıyorsa sen de başarabilirsin’ fikri, kişisel gelişime, insanların birbirlerinden farklı yeteneklere sahip olduğu gerçeğini unutturmaktadır. Hatta bazı kişisel gelişimciler tarafından “*Yetenek diye bir şey yoktur. Yetenek tembel insanların uydurduğu bir şeydir... İsteyen herkes herhangi bir konuda en iyi olmayı başarabilir.*”<sup>877</sup> denilmiştir. Halbuki her insanın kabiliyet ve yetenekleri birbirinden farklıdır. Bu sebeple de her işi herkes mükemmel yapamayabilir. Bu bağlamda İslam kültüründe büyük öneme sahip “liyâkât” kavramı, bir işi layıkıyla yapmayı ifade etmekle birlikte, insanların yeteneklerindeki farklılığa da işaret etmektedir. Zira bir iş herkes tarafından yapılmakla beraber, herkes tarafından layıkıyla yerine getirilmeyebilir.

<sup>873</sup> Bk. Tosun, “Râbîta”, 378-379; Selvi, *Râbîta*, 168-187.

<sup>874</sup> Covey, *Etkili İnsanların 7 Alışkanlığı*, 38; Hogan, *Konuşarak İnkna Psikolojisi*, 20; Zygmunt, *Yaşama Sanatı*, 15; Sayar, *Yavaşla*, 161.

<sup>875</sup> Bk. Samuel Smiles, *Başarmanın Gücü, Örnekler ve Modeller*, Trc: Arzu Özdemir, (İstanbul: Etap Yayınları, 2016), 14, 17, 18, 21.

<sup>876</sup> Saygın, *Hayatın İçinde Kişisel Gelişim*, 29.

<sup>877</sup> Erdal Demirkıran, *Ben Dünyanın En Akıllı İnsanıyım*, 6. Basım (İstanbul: Beyaz Sanat Yayıncılık, 2003), 46.



Kişisel gelişim başarı hikayeleriyle insanlara zengin olmanın yollarını sunmaktadır.<sup>878</sup> Şu cümle, kişisel gelişimin “rol model” belirleyerek insanları ulaştırmak istediği hedefin ne olduğunu göstermektedir: “*Tonny Robbins, Amerikan şirketlerine mükemmel iletişim becerileri geliştirmeyi öğreterek ve bu konuda danışmanlık yaparak yılda 100 milyon dolardan fazla kazanmaktadır. Bu kitapta, Tonny’yi zirveye taşıyan sizi de buraya taşıyacak sırları bulacaksınız.*”<sup>879</sup>

Kişisel gelişimde örnek olarak sunulan başarı öykülerinin birçoğu zenginlikle bağlantılıdır. Yüksek statüye ulaşmış insanların hayatları, kişisel gelişim guruları tarafından sıradan insan olarak adlandırılan, maddî başarı elde edememiş insanlar için en azından böyle bir hayatın hayalini kurma fırsatı sunmaktadır.<sup>880</sup> “*Mesajınızı paylaşarak fark ve servet yaratın*” gibi motivasyon cümleleriyle insanlara zengin ve popüler bir hayatın hayali kurdurulmakta; bunun için de kendi ideolojisini oluşturarak insanlarla paylaşması tavsiye edilmektedir.<sup>881</sup>

Kişisel gelişimin başarıda kullandığı metotlar problemlili olduğu kadar bu metotları sunma şekli de problem teşkil etmektedir. Zira insanın değişim ve dönüşümünün iki üç saatlik eğitimlerle gerçekleştiğinin izleniminin verilmesi başka bir probleme işaret etmektedir.<sup>882</sup> Kalp, nefis, ruh, beden gibi zıt unsurlardan müteşekkil insan, bu seminerlerle eğitim almış kabul edilse bile, bu eğitimler tam manasıyla gelişim ve dönüşümün sağlanabilmesi için yeterli değildir. Çünkü nefis, fırsatını bulduğunda insanın gelişimini geriye çekmektedir. Bu sebeple kişiliğin kalıcı gelişim ve dönüşümü için nefsin terbiye edilmesi gerekmektedir. Nefsin terbiyesi ise birkaç saatlik seminerle değil, tasavvuf gibi uygulamalı olarak eğitim veren bir sistemle mümkün olmaktadır.

### **3.4.2.2. İletişim**

Kişisel gelişim, iletişim diline önem vermektedir. Zira iyi iletişim kurabilen insanların kariyer ve yüksek gelir sahibi olmasının daha kolay olduğunu vurgulamakta; iyi bir iletişimle, aşk ilişkilerinden iş ilişkilerine kadar her şeyin mükümmel hale geleceği ifade edilmektedir. Kişisel gelişime göre, iyi bir iletişimci zirvededir. Zirvede olmak ise “hayatın kontrolünü elinde tutmak” olarak tarif edilmektedir. Zirvede olan bir insanın,

<sup>878</sup> Covey, *Etkili İnsanların 7 Alışkanlığı*, 38.

<sup>879</sup> Hogan, *Konuşarak İkna Psikolojisi*, 20.

<sup>880</sup> Sevim, “Kişisel Gelişim Kitaplarındaki Başarı İdeolojisi: Mümin Sekman Örneği”, 19

<sup>881</sup> Bk. Burchard, *Fark Yaratan Milyoner*, 103-118,

<sup>882</sup> Şirin, *Kişisel Gelişim Medeniyeti*, 15.

herkesle mükemmel arkadaşlıklar kurarak şirket ve kariyer merdivenlerini çıkmaya başlayacağı anlatılmaktadır. Bununla beraber kişisel gelişim öğretilerine göre zirvedeki insanlar daha mutlu olmakta; çok para kazanırken tatmin edici hayatlar yaşamaktadırlar. İnsanı mutlu olacağı bu zirve denilen noktaya taşıyacak olan şey ise “iletişim” kabul edilir. Bu yolla elde edilen ilişkilerin daha uzun süreli olacağı<sup>883</sup> iddia edilmekle beraber, insanın başarısı yolunda herşeyin bir araç olduğu algısı insanı samimi ilişkilerden uzaklaştırmaktadır. Bu durumda kişisel gelişimin öne sürdüğü insanları etkileme fikri başarılı olsa da kısa süreli bir etkileme sağlanmakta, uzun süreli ilişkilerde bu özellikler ikinci planda kalmaktadır.<sup>884</sup>

İletişime son derece ehemmiyet yükleyen kişisel gelişimin, insanların olumlu ilişkilerinden hedeflediği gaye farklıdır. İnsanın çevresiyle iletişimi iyi olduğunda, patron çalışanına uyum sağlayabilecek böylece ast-üst çatışması engellenerek, iş verimliliği artacaktır. Kişisel gelişimin olumlu iletişimdeki asıl hedefi, piyasanın beklentilerine uyum sağlayabilecek insanlar yetiştirmektir.<sup>885</sup> Herkesi imrendirecek kadar iyi bir insan olabilmenin, olumlu iletişimden geçtiği kabul edilmektedir. Böyle bir iletişimin sağlanabilmesi için de “satıcı-müşteri modeli”<sup>886</sup> örnek olarak sunulmaktadır. Bu modelle insana, muhatablarına karşı koşulsuz sabır göstermesi öğütlenmekle beraber, insan ilişkileri aslında alıcı-satıcı üzerine temellendirilmektedir.

Kişisel gelişim öğretileri, iletişim teknikleriyle insanların, birbirlerini saygıyla dinlemelerini, başkalarının kalplerindeki derinlikleri fark edebilmelerini, değişik hayat tecrübelerini onların bakış açısından yaşamayabilmelerini sağlamayı hedeflemektedir.<sup>887</sup> Bu yönüyle insanı, sosyol yönden de geliştirmektedir. Ancak kişisel gelişim öğretileri, iletişim söylemlerinin ardından bu iletişim sayesinde statü olarak yükselmekten ve zenginliğe ulaşmaktan bahsederek<sup>888</sup> iletişim tekniklerindeki çıkarıcı niyetini ortaya koymaktadır.

Kişisel gelişimin iletişimde uyguladığı yöntemler, niyetlilik bakımından problem içermektedir. İnsanları dinlemek, gülümsemek ve onlara değer verdiğini hissettirmek

---

<sup>883</sup>Hogan, *Konuşarak İkna Psikolojisi*, 17, 18 ,20.

<sup>884</sup> Covey, *Etkili İnsanların 7 Alışkanlığı*, 23.

<sup>885</sup>Özdemir, “Kişisel Gelişim Kitaplarının Eleştirel Değerlendirmesi”, 73.

<sup>886</sup> Saygın, *Negatif Limanlardan Pozitif Sulara*, 62.

<sup>887</sup> Hogan, *Konuşarak İkna Psikolojisi*, 21.

<sup>888</sup> Hogan, *Konuşarak İkna Psikolojisi*, 20.

insana yakışan bir davranıştır. Ancak kişisel gelişim bu yöntemleri sunarken ana başlık olarak “*sevilmenin yolları*”<sup>889</sup> demektir. Bu durum insanı, insanlar tarafından beklenti içine sürüklemektedir. İnsanlara mutluluk vadeden bu öğretiler, insanları başkalarının onayına bağımlı hale getirerek daha da mutsuzlaştırmaktadır. Bununla birlikte insanlar tarafından sevmek için onlara değer vermek, onları dinlemek ilişkilerdeki samimiyete zarar vermektedir. Örneğin: “*Başkalarına özel hissetmesini sağlarsanız, sizin ne kadar özel olduğunuzu anlarlar.*”<sup>890</sup> ifadesi, kişisel gelişimin “muhteşem iletişim teknikleri” sloganlarındaki niyetini ortaya koymaktadır.

Ayrıca kişisel gelişim, insanları etkilemek ve ikna etmek için iletişim becerilerini geliştirmeye vurgu yapmaktadır. İnsanın sahip olduğu ideoloji karşı tarafa benimsetmeye çalışması olarak algılanmaktadır. Örneğin; Türkiye’de kişisel gelişimin başlamasına sebep olan Dale Carnecie’nin kitabında “*İnsanları kolaylıkla değiştirmenin dokuz yolu*”<sup>891</sup> diye bir bölüm bulunmaktadır. İnsanları etkileyebilmek için ise dış görünüş ve diksiyona önem verilmektedir. Bu özelliklerle birlikte insanın toplum içinde saygınlık elde edebileceği ve lider olabileceği vurgulanmaktadır. Liderlik kavramına fazlasıyla önem veren kişisel gelişimin hedefi lider insanlar yetiştirmektir. Kişisel gelişimciler liderliğe, farklı tanımlar yapmışlardır: değişim yaratan<sup>892</sup>, iş yaptırma sanatı,<sup>893</sup> güçlü ve etkili bir insan olmak,<sup>894</sup> etkileme gücüne sahip olmak,<sup>895</sup> güçlü yönleri öne çıkarıp zayıf yönleri telafi etmeyi bilmek.<sup>896</sup>

Dale Carnecie’nin öğrencisi ve Türkiye’deki temsilcisi Nüvit Osmay liderliği iş yaptırma sanatı olarak görerek,<sup>897</sup> lider olmayan insanların yönetilmeye mahkûm olduğunu ileri sürmüştür. Liderlik, yani insanları etkilemek ve ön planda olabilmek önemli ise, iletişimde uyumluluk esası bu düşünceyle çelişmektedir. Zira karşısındakine kendi düşüncelerini benimsetme gayretinde olan kimseden, başkasının düşüncelerini

---

<sup>889</sup> “Sevilmek için 6 yol : Başkaları ile ilgileniniz, gülümseyiniz, isimleri hatırlamada tutunuz, dinlemeyi biliniz, insanların ilgilerini paylaşınız, başkalarına önemli birisi olduklarını hissettiriniz.” Carnecie, *Dost Kazanmak ve İnsanları Etkileme Sanatı*, 39-64.

<sup>890</sup> Hogan, *Konuşarak İkna Psikolojisi*, 71.

<sup>891</sup> Carnecie, *Dost Kazanmak ve İnsanları Etkileme Sanatı*, 129.

<sup>892</sup> Değirmenci, *Kişisel Gelişim ve Pozitif Enerji*, 368.

<sup>893</sup> Bk. “Etkilemenin sırları”, Hogan, *Konuşarak İkna Psikolojisi*, 201; Osmay, *İnsan Mühendisliği*, 305.

<sup>894</sup> Altılar, *Liderliğe Yolculuk, Liderliğin Yeni Yol Haritası*, 424.

<sup>895</sup> John C. Maxwell, *Liderlik Yasaları, Reddedilemez 21 Liderlik Yasası*, Trc: İbrahim Şener, 2. Baskı (İstanbul: Beyaz Yayınları, 2004), 17.

<sup>896</sup> Warren Bennis, *Bir Lider Olabilmek*, Trc. Utku Teksöz, (İstanbul: Sistem Yayınları, 2001), 9.

<sup>897</sup> Osmay, *İnsan Mühendisliği*, 305.

kolaylıkla kabul etmesi beklenmemektedir. Bu soruna kişisel gelişimin çözüm önerisi başlı başına bir sorunu doğurmaktadır. Çözüm olarak kişinin davranışlarını başkalarının tepkisine göre ayarlamasını önererek,<sup>898</sup> yönlendirilmesi gereken bir insansa yönlendirilmesini, kendisinden yetkili (patron) ise ona uymasını önermektedir. Böylece iletişim, planlı eylemler bütünü olarak karşımıza çıkmakta ve böyle bir iletişimde samimi ve içtenlikten söz etmek mümkün olmamaktadır.<sup>899</sup> Bu yeni akım kişisel gelişimi eleştiren kişisel gelişimci Covey'e göre ise lider, yöneten değil, doğru olanı yapabilen herkeştir. Yönetici ise işi doğru yapandır.<sup>900</sup>

### 3.4.2.3. Problem Çözme ve Stresle Başa Çıkma

Başkalarının beklentilerinden özgürleştirilerek onlara karşı sorumlu olmaktan kurtarılan modern insan, “benlik yükselişi” üzerine uyguladığı yanlış yöntemle, haddizatında insanların onayına bağımlı<sup>901</sup> hale getirilmiştir. Zira kişisel gelişimin hedeflediği seküler başarı insanların olumlu dönütleriyle ilişkilidir. İnsanları motive etmek için, onlara gözlerini kapatarak başkalarının kendilerine söylediği güzel sözleri hayal etmeleri söylenmektedir.<sup>902</sup> Oysa tasavvufta, “desinler” düşüncesi samimiyete zarar verdiğinden kınanan bir durumdur. Zira ihlası yakalayan bir insan, Allah'ın rızasını hedeflediğinden, insanların övgülerini beklememektedir.

Kişisel gelişimin Batıdaki öncüleri olumlu düşünme özelliklerinin yanı sıra, başarısızlığı asla hesaba katmamaları ve başarısızlık durumunda eleştiriyi kabul etmemeleriyle eleştirilmişlerdir.<sup>903</sup> Zira eleştiriler insana, başarısızlık gerçeğini ya da başarı yolunda noksanlığını hatırlatmakta ve onu en çok korktuğu mutsuzluğa sürüklemektedir. Çünkü merkeze konulan insan, başarının asıl sahibi olduğunu gibi başarısızlığın da asıl sorumlusu olarak kabul edilmektedir.<sup>904</sup> Böylece insan başarı karşısında kendisini yüceltebildiği gibi başarısızlık karşısında da depresif ruh haline bürünebilmekte, kendisini suçlayabilmekte ve aşağılık kompleksine girebilmektedir. Bu önemli problemin ardından geliştirilen “esneklik” kavramıyla, başarısızlık diye birşeyin

<sup>898</sup>Saygın, *Negatif Limanlardan Pozitif Sulara*, 58.

<sup>899</sup> Özdemir, “Kişisel Gelişim Kitaplarının Eleştirel Değerlendirmesi”, 76-81.

<sup>900</sup> Covey, *Etkili İnsanların 7 Alışkanlığı*, 104.

<sup>901</sup> Sayar, *Hayat Teselli Bulmaktır*, 111.

<sup>902</sup>Bk. Saygın, *Sen Düşünmeden İbaretsin*, 155.

<sup>903</sup> Burkeman, *Panzehir*, 30.

<sup>904</sup> Özdemir, “Kişisel Gelişim Kitaplarının Eleştirel Değerlendirmesi”, 73

olmadığı, sadece olayların sonuçlarının olduğu kabul edilmiştir.<sup>905</sup> Böylece hedefe doğru giden yolda, insanın önüne çıkan engelleri aşması kolaylaştırılmıştır. Ancak esneklik, insanın başarısızlığı kabul etmemesi ve egosundan taviz vermemesi gibi büyük bir sorunu ortaya çıkarmaktadır. İnsanın, her zaman ve her işte başarıya ulaşması mümkün değildir. Başarısız olduğu işleri kabul etmesi onun gelişimine katkı sağlayacaktır. Başarısızlığı kabul eden insan, kendisiyle barışıktır ve gerçek manada özgüven sahibidir. Kişisel gelişim, özgüvene önem vermekle birlikte insanın özgüvenli olabilmesini başarıya bağlamaktadır. Başarısızlık anında depresif bir ruh haline bürünmemesi için ona, esneklik kavramını sunarak başarısız olduğu gerçeğini çarpıtmaktadır.

Mutluluğu başarıda gören kişisel gelişim, başarı yolunda karşılaşılan zorlukların getirdiği mutsuzluklarda başarıdan vazgeçilmemesine vurgu yapar. Bu bağlamda, başarının mutluluk getirmesi başarının sonuçlarından sadece biri olarak görülmekte ve asıl hedefin mutluluk değil başarı olduğu hatırlatılmaktadır. Mümin Sekman, başarı-mutluluk ikileminde başarının daha yüce olduğunu savunmakta ve zaten başarının tek başına bile egosunun yüksek olduğunu ifade etmektedir.<sup>906</sup> Başarının egosunun yüksek olması, başarıyı elde eden insanların da yüksek egoya sahip oldukları anlamını içermektedir. Kişisel gelişimin hedefi başarı, başarının sonucu da “yüksek ego” ise, kişisel gelişimin nefis-i emmâreye hizmet ettiğini söyleyebiliriz.

#### **3.4.2.4. Mutluluğun Peşinden Koşma**

Kişisel gelişimin asıl hedefi insanı başarıya ulaştırmak iken, bu hedefi mutlulukla taçlandırmıştır. Mutluluk; hayattan ne istediğini keşfetmek ve onları elde etmek için çabalamak olarak tarif edilmiştir.<sup>907</sup> Başarılı insanların mutlu, başarısızların mutsuz olduğu düşüncesinin ardından başarı ve mutluluk zengin olmakla bağdaştırılmıştır.<sup>908</sup> Başarılı insanların enerjilerini, zenginlik ve mutluluğa nasıl yönelteceklerini iyi bilen insanlar oldukları ifade edilmektedir.<sup>909</sup> Dolayısıyla başarılı insanların daha zengin, zengin insanların daha mutlu olduğu empoze edilmiştir. Bu düşünce kişisel gelişim piyasasında kabul edilmekle birlikte bazı kişisel gelişimciler tarafından da

---

<sup>905</sup>“Başarısızlık yoktur sonuçlar vardır”: Saygın, *Pozitif Limanlardan Negatif Sulara*, 75

<sup>906</sup> Sekman, *Her Şey Seninle Başlar*, 92

<sup>907</sup> Russell, *Mutluluk Yolu*, 9.

<sup>908</sup> Özdemir, “Kişisel Gelişim Kitaplarının Eleştirel Değerlendirmesi”, 73

<sup>909</sup> Holan, *Konuşarak İkna Psikolojisi*, 21.

eleştirilmiştir. Zira kişisel gelişim piyasasında mutluluk ve zenginlik arasında kurulan bağ, kapitalist sisteme hizmet etmektedir. Mânevî yönden tatmin edilmesi gereken hayatlardan, maddî tatmine doğru bu yönelişte “zengin hayat mutlu hayat” görüşü, hiç bitmeyecek olan bir mutluluk arayışını beraberinde getirir. Bu arayışta, arayışın hedefleri büyük bir hızla birbirinin yerini almaktadır.<sup>910</sup>

Kişisel gelişim, insanı “mutluluk arayışına” iterek, mutluluğun peşinde koşan mutsuz insan figürü oluşturmaktadır. Zira mutluluk hedeflenecek bir olgu değildir. Ayrıca sürekli mutlu olup olmadığını sorgulamak insanı ya sahte bir mutluluğa ya da tamamen mutsuzluğa hatta umutsuzluğa sürüklemektedir.<sup>911</sup> İnsan, mutluluğunu somut bir şeylere bağladığında, elde ettiğinde mutlu; elde edemediği takdirde mutsuz olmaktadır. İnsanları mutluluğun peşinde koşturan söylemleri eleştiren kişisel gelişim yazarlarından Zygmunt Bauman, ampirik verilerin, zenginlik ile mutluluk arasında bağlantı olmadığını ortaya koyduğunu söylemiştir. Savaş sonrası yıllarda Amerika’da gelir artarken, mutlulukta azalma olduğunu; zenginliğin artmasıyla mutluluğun değil suç oranının arttığını ifade etmiştir.<sup>912</sup>

Kişisel gelişim gurularından Mümin Sekman’ın başarının mutluluk getirdiği düşüncesini ifade etmiştik. Ona göre büyük bir iş başaran insanlar “tavlanacak hedef” haline gelmektedir. En büyük strateji savaşının, başarısıyla güzel kadınları etkilemek için kullanan erkekler ile güzelliğini başarılı erkekleri etkilemek için kullanan kadınlar arasında yapıldığını<sup>913</sup> ifade ederek kişisel gelişimin başarı ile seküler gaye ve geçici mutluluk hedeflediğini ortaya koymaktadır.

Başarı-mutluluk-zenginlik arasında kurulan bağlantı motivasyon söylemleriyle pekiştirilerek insan, hırsına mağlup ettirilmektedir. Hatta kişisel gelişim, başarı merkezli yaşayan bir insana “hırslı, bencil” gibi eleştiriler geldiğinde, sıradan insanların onları anlamadığı için bu eleştirileri yaptığını, bu sebeple de onlara kulak asmamasını öğütlemektedir.<sup>914</sup> Kısaca popüler kişisel gelişimde, kanaatkâr olmak yerine

---

<sup>910</sup> Bauman, *Yaşam Sanatı*, 21.

<sup>911</sup> John Stuart Mill: “Kendinize mutlu olup olmadığınızı sorarsanız, mutluluğunuz sona erer.” Burkeman, *Panzehir*, 17

<sup>912</sup> Bauman, *Yaşam Sanatı*, 10-11.

<sup>913</sup> Sekman, *Her Şey Seninle Başlar*, 94

<sup>914</sup> Sekman, *Her Şey Seninle Başlar*, 91

tamahkârlığı aşulamakta ve insan başarı, mutluluk ve paranın peşinden hırsla koşturulmaktadır.

### 3.4.3. Dinî Figürler Problemi (Yoga ve Meditasyon)

İlahî olandan koparılan Batı insanı, hissetmekten kendini alıkoyamadığı, içsel boşluğu doldurmak için mâneviyat arayışına girişmiştir. Ancak sekülerizmin getirdiği fizikî ve zihnî konforu terk etmek istemediğinden, mâneviyat ihtiyacını ilâhî olanla değil dünyevî araçlarla giderme yolunda gitmiştir. Böylece oluşan mâneviyat da sahte bir mâneviyat olmuştur.<sup>915</sup> Dinî terim kullanmamaya gözen gösteren yaklaşımıyla modern psikoloji, içsel deneyimleri ifade eden terimleri de dinî terminolojiden çıkartmak suretiyle, modern insanın mâneviyat ihtiyacını karşılamaya çalışmıştır. Yoga ve meditasyon Budizm, Hinduizm ve Caynizm gibi dinlerin temel öğretileri iken günümüzde modern psikoloji ve kişisel gelişimin uygulama alanlarına alınmasıyla, yoga bir tür spor<sup>916</sup>; meditasyon ise konsantrasyon olarak algılatılmış ve dinî literatürden uzaklaştırılmıştır. Ancak yoga ve meditasyonun, bu dinlerle olan bağlantıları koparılmak istenmiş olsa da, onların dinî bir figür olduğu gerçeği değişmemektedir.

Son yıllarda ülkemizdeki kişisel gelişimcilerin, Batı'lı ve Uzakdoğu menşeele kişisel gelişim öğretilerine, bilhassa da yoga ve meditasyona, taraftar bulabilmek adına, bu öğretilerin tasavvufu benzer yönlerini ortaya koyma çabasına girdiklerine şahit olmaktadır. Maksudları başka bir dinin figürü olan yoga ve meditasyona karşı insanların bakış açılarını yumuşatmak ve olumsuz algıyı yok etmektir. Ancak bu kabul edilse bile akıllara şu soru gelmektedir: Yoga ve meditasyon tekniklerine benzer uygulamalar, kendi dininde mevcut iken, neden bir Müslüman Budizm, Hinduizm, Taoizm gibi dinlerin dinî figürlerini uygulama gayretine girmektedir? İslam dininde yoganında ötesinde ritüel olduğu kabulen ibadet namazdır, en büyük meditasyon tekniği de zikir ve dua olmaktadır. Bunun dışında tasavvufun öğrettiği nice gelişim uygulamaları da namaza, duaya ve zikre kalbi ve ruhu hazırlama teknikleridir. Ayrıca halihazırda namaz, zikir, dua, tefekkür, teemmül, murâkabe gibi isimler ile müsemmâ iken tüm bu çeşitliliği, popüleritesi olduğundan dolayı yoga ve meditasyon ile sınırlandırmak doğru değildir.

---

<sup>915</sup> Sayar, *Hayat Teselli Bulmaktır*, 100

<sup>916</sup> Yoga; beyin ve beden jimlastiğidir. Değirmenci, *Kişisel Gelişim ve Pozitif Enerji*, 114.

Son zamanlarda “sufi meditasyonu”, “tasavvuf ve yoga” gibi yakıştırma­larla karşılaşmaktayız. Kişisel gelişim guruları, müte­deyyin kesimin dikkatini çeke­bilmek için seminerlerine, “sûfi ustası” adını verdikleri tasavvufu anlatan kimseler ile katılmaktadırlar. 2013 yılında bir gazetede köşe yazarı “*Gerçek yogi gerçek sûfidir de*” başlıklı bir yazısında, hem yogi hem de tasavvuf yolunun yolcusu olduğunu söylediği bir kişiyi ele almıştır. Bu iki yolu ustalıkla birleştirdiğini iddia ettiği Yogi Adnan isimli kişiden övgü ile bahsederken, farkında olmadan bir ironi yapmıştır: “Sapla samanın birbirine karıştığı günümüzde hakikati arayan”<sup>917</sup>... Yazar günümüzde sapla samanın birbirine karıştığını kabul ederken, tasavvuf ve yoganın birbiriyle harmanlanmasını bir hakikat arayışı olarak ifade etmiştir. Dini, “herşeye inanmak”<sup>918</sup> olarak gören bir anlayış doğrultusunda İslam tasavvufu ile diğer dinlerdeki mistisizmi bir kabul etmek, asıl sapla samanın birbirine karıştığının örneğidir. Bütün dinleri doğru ve geçerli kabul ettiklerinden farklı dinlerin ritüellerini yapmak onlara yanlış gelmemektedir. Hâlbuki dindar, mensubu olduğu dinin emir ve yasalarına hakkıyla uyan kimse demektir. Kişisel gelişimde ise birçok dinin ritüelini bulmak mümkündür. Ayrıca İslam dininde, bütün dinleri ortak ve doğru kabul etmek olmadığı gibi onlara benzemek dahi yasaklanmıştır.<sup>919</sup> İslam başka dinin kültürüne benzememe konusunda Müslümanları ısrarla uyarırken, kişisel gelişimin yaptığını “Müslüman mahallesinde salyangoz satmak” denilebilir.

“Yoga yapıyorum” demenin “Hindu dini vecibelerini yerine getiriyorum” demek olduğu kabul edilmiştir. Zira ruhsal tecrübeler, dinî deneyimler demektir. Ayrıca yoganın esaslarından olan dharma da dinî kanun demektir. Hatta yoga için “Hinduizm yogasız, yoga Hinduizm’siz olamaz” denilmiştir.<sup>920</sup> Yoga ve meditasyondaki gaye duygu ve düşünlere bağlanmamaktır. Bu gaye yüzyıllardır zaten İslam âlimleri tarafından dile getirilmektedir:

*“Ahval, ırmak gibi akar durur. Onu bağlayacak hiçbir şey yoktur. Her günün neşesi bir başka çeşittir. Her günün düşüncesinde başka bir eser vardır. İnsanın bedeni bir konuk evine, çeşitli düşünceler de ayrı ayrı konuklara benzer. Sakın (bir düşünce için) bu*

---

<sup>917</sup> Musa Dede, “Gerçek sûfi gerçek yogidir de”, erişim: 11.04.2019, <http://www.hurriyet.com.tr>

<sup>918</sup> Osho, *Zen Yolu Tasavvuf Yolu*, 116.

<sup>919</sup> “Allah katında tek din İslamdır” Âli İmran 3/19; “Herhangi bir millete benzeyen onlardandır”, Ebu Davud, Libas, 4

<sup>920</sup> Günay, “Yoganın Mahiyeti ve Çeşitleri”, 59 ve 62.



*benim boynumda kalır deme! Şimdi yine uçar, yokluk âlemine gider. Gayb âleminden gönlüne ne gelirse konuktur, onu hoş tut!”<sup>921</sup>*

Yoga ve meditasyonla amaçlanan, duyguların ve şartların değişkenliğini fark etmek ve onlara bağlanmamak düşüncesi, tasavvufî eğitimde zaten vardır. “Bu da geçer ya hu” yazılı levhalar, herşeyin sonlu oluşuna dikkat çekmek için tasavvufun eğitim kurumlarının duvarlarında yer almıştır.

---

<sup>921</sup> Mevlânâ, *Mesnevî*, V: 3640-3645

## SONUÇ

Tasavvuf, nefsi terbiye ederek kişilikte, önce değişim sonra gelişim sağlamayı hedeflemektedir. Bu yolla gerçekleşen gelişim, kalıcı ve daha etkili olmaktadır. Hz. Peygamberin ahlâkından yola çıkarak, sahâbe-i kirâm ve İslam büyüklerinin ahlâkî özellikleri ve izledikleri yöntemler, tasavvufî eğitimin kişilik gelişim unsurlarını ortaya çıkarmıştır. Dünya sevgisini kalpten çıkarmak, ihtiyaç fazlasını terk etmek, Allah'tan ümidi kesmemek, Allah'tan gelene (hayra da şerre de) razı olabilmek, kanaatkâr olmak, sabırlı olmak, incitmemek ve incinmemek, nefisle mücâhedeyi bırakmamak vb. tasavvufî eğitimin kişilik gelişim metotlarındanıdır. Tasavvufta kişiliğin gelişmesi, nefsin tezkiye edilmesiyle beraber kalbin de tasfiye edilmesi esasına dayanmaktadır. Bir yandan nefsin kötü hasletleri terbiye edilirken diğer taraftan da nefis güzel ahlâkla donatılmaktadır. Tasavvufta “nefis” kelimesi tek başına kullanıldığında nefis-i emmâre/kötülüğü emreden nefis anlaşılmağa beraber, nefis, yedi katmanlı olarak ele alınmasıyla, aynı zamanda olgunluğa da ulaşabilen bir cevheri temsil etmektedir. Nefis, riyâzet, killet, halvet, çile, sabır, zühd gibi metotlarla terbiye edilirken; kalp, tevbe, tefekkür, tevekkül, ihsan, ihlas, muhabbet gibi metotlarla güçlendirilmekte; böylece ortaya edeb, hilm, tevâzû, kanaat gibi özelliklere sahip kişilikler çıkmaktadır.

Tasavvuf insanın kişiliğini geliştirirken, onu bencil eğilimlerinden arındırmak suretiyle, onun hem kendisine hem de topluma faydalı bir birey olmasını hedeflemektedir. Kendisine olan faydası, nefisini terbiye etmesi ve onu Allah'ın emirlerine itaat eder hale getirmesiyle ahirete hazırlık yapmış olmasıdır. Topluma faydası ise, kazandığı ahlâk-ı hâmideler ile insanlara, hayvanlara ve çevreye karşı güzel davranışlarda bulunmasıdır. Popüler kişisel gelişimde ise çevreyle kurulan ilişkilerin dahi insanın bireysel gelişimine hizmet ettiğini ve iletişimin başarı yolunda bir araç kabul edildiğini tespit ettik. Bu yönüyle kişisel gelişimin, nefse/egoya hitap ettiği, tasavvufun ise ruha hitap ederek daha ulvî bir gelişimi hedeflediği sonucuna vardık.

Günümüz kişisel gelişim öğretilerini anlamak için, beslendiği kaynağa inmek gerekmektedir. Türkiye'deki kişisel gelişim öğretilerinin beslendiği kaynağın, hitap ettiği toplumun kültürü değil, Batı kültürü olduğunu tespit ettik. Batı, kilisenin, gelişime engel tavrı karşısında dinden kopmuş ve gelişimi dinden uzaklaşmakta bulmuştur. Dine karşı oluşan bu algı, zamanla tüm dünyaya yayılmıştır. Bütün dinlerde olduğu gibi, Müslümanlar tarafından da bu düşünce kabul edilmiştir. İslam dinini yeterince

tanımayan ve kendi dininin de gelişime engel olduğunu zanneden Müslümanlar tarafından, gelişim esasları dinden uzaklarda aranmıştır. Böylece, Batı'da olduğu gibi, modernleşmenin oluşturduğu mânevi boşluğun ülkemizde de yaşanması kaçınılmaz olmuştur. Dinine yabancılaşan modern insanın, Batının sunduğu öğretileri, kültürel süzgeçten geçirmeksizin doğrudan almakta sakınca görmediğini, hatta kendi dinini ve kültürünü hakîr görerek Batı'nın seküler ifadelerini daha cazip bulduğunu görmüş olduk.

Ülkemizde son 10-15 yıldır Müslüman câmiânın dinî inanç ve ibadetlerinde özgürlüğe kavuşması, önceden ortaya çıkan Batı kaynaklı öğretileri bertaraf etmek yerine, bu öğretilerin seküler kimliğini bozmadan onların dinî figürlerle süslenmesi problemini ortaya çıkardığı sonucuna vardık. Kısacası Müslüman kişiliğini geliştirecek öğretilerin ortaya konulmasından ziyade, seküler kimliğin üzerine mutasavvıfların sözleriyle destek sağlandığını gördük. Mesnevi terapi, sufi meditasyon, gibi ifadeler iyi bir Müslüman yetiştirmenin değil, modern kişisel gelişim öğretileri arasında İslam'ın da söyleyecek sözünün olduğunun iddiasıdır. Oysa İslam'ın böyle bir iddiaya gerek duymadığını tespit etmiş olduk. Zira İslam'da, Kur'an ve hadisi kaynak olarak ortaya çıkmış olan hâlihazırda "Müslüman kişilik gelişim" esaslarının mevcut olduğunu ortaya koymaya çalıştık. İslam'ın bünyesinde, kişiliğin çok yönlü yapısı olan nefsi, konu edinmesiyle ortaya çıkan bu ilim tasavvufudur. Tasavvufun gelişim esasları, karakteri ikincil kabul ederek kişisel imajı öncelikleyen, yeni akım kişisel gelişimin gerisinde değil, aksine, ötesinde olduğu sonucuna ulaştık. Zira tasavvufun, nefis terbiyesine, kalp tasfiyesine ve ahlâkî değerlere dayalı kişilik gelişiminin, bu dünya yaşamını düzene koymakla beraber, bunun ötesinde ahiret yurdu için hazırlık mahiyetinde olduğuna ulaştık.

Batı'da "karakter etiği" üzerine kurulu kişisel gelişimin yerine "kişilik etiği"nin önceliklenmesi; hümanizm, hedonizm ve sekülerizmin etkisiyle insanın ve arzularının ön plana çıkması ve hızlı gelişen dünya ekonomisinde insana daha çok çalışmasının aşılması sonucunda, yeni akım kişisel gelişimin ortaya çıktığını tespit ettik. Bu popüler sektörün, seküler kültürün ürünü olduğu sonucuna ulaştık. İnsanın toplum içindeki imajını, başarısını, statüsünü, maddî varlığını birincil önemde kabul ederek insanın mutluluğunu da bu maddî unsurlara bağladığını görmüş olduk. Ayrıca "başarı-mutluluk-zenginlik" arasında doğru orantı kurulduğunu ve insana bu yolda yüksek

motivasyon söylemleriyle destek sağlandığını değerlendirdik. Tasavvufî eğitimin nefis terbiye metotları ile bu popüler kültürün kişisel gelişimini değerlendirdiğimizde bu motivasyon söylemlerinin nefis-i emmâreyi/egoyu kuvvetlendirdiği neticesine ulaştık.

Son yıllarda psikoloji ilminin bir dalı olarak ortaya çıkan “pozitif psikoloji”nin, popüler kişisel gelişimin iddialı motivasyon söylemlerine karşı daha ılımlı ifadeler kullandığı; ahlâkî değerlerin gelişimini önceliklediği ve kültürel değerleri kişilik gelişiminde kullanmaya çalıştığı sonucuna vardık. Ancak bu ilmin kişisel gelişim ve NLP olmadığını ifade etmesiyle, popüler kişisel gelişim bağımsız olarak varlığını devam ettirmektedir. Ayrıca bu kitapların satış ve baskı sayısına bakıldığında, halen daha büyük bir kitleyi etkisi altına almakta olduğu görülmektedir.

Tasavvufta, yedi mertebeli olan nefsin, her bir mertebesine ilişkin gelişim esaslarını ortaya koymaya çalıştık. Bu gelişim esaslarıyla, nefsin heva ve hevesinin, istek ve arzularının en aza indirilmesinin; ayrıca kişiliğin gelişmesi önünde büyük bir engel teşkil eden egonun/nefs-i emmârenin olumsuz özelliklerinin tezkiye edilmesinin hedeflendiğini değerlendirmiş olduk.

Batı’da Hristiyanlığın bünyesinde ortaya çıkan pozitivizm, materyalizm, sekülerizm, hümanizm gibi hareketlerin ortak noktası akli ve insanı putlaştırma, ilâhî ve ahireti yok sayma fikridir. Bu ideolojileri benimseyen insanların bir çoğu ateist, daha ılımlıları deist düşünceye sahiptir. Bu ideolojilerden beslenen Batı medeniyetinin, insanın kişilik gelişimini de aynı çerçevede değerlendirdiğini tespit ettik. Böylece ülkemizde Batı’dan alınıp doğrudan servis edilen kişisel gelişim öğretilerinde, ateist veya deist düşüncelerin olduğu sezilmektedir. Zira “başarı” üzerine kurulan iddialı cümlelerde kişisel gelişimin, insanı, Allah’tan bağımsız bir güç kabul ettiği kanısına varılmaktadır. İstediklerini gerçekleştirmek için sınırsız güce sahip olduğu ve bu gücün insanın içinde kendiliğinden var olduğu ifade etmektedir. İnsanın gördüğünü yanlış yorumlayabilmek, eksik anlamak, unutkanlık gibi noksan yönü göz ardı edilerek sınırsız özgüven aşılanmaktadır. Bu sınırsız özgüvenle hareket etmek insanı, nefis-i emmâresinin tuzağına çekmektedir. Tasavvufta ise nefsin sınırsız istek ve arzularına karşı, iradesini Allah’ın rızası ölçüsünde kullanması esas kabul edilmektedir.

Son olarak; popüler kişisel gelişimin sunduğu kavramların birçoğu İslam kültüründe, tasavvuf aracılığıyla, zaten mevcut olduğunu ortaya koymuş olduk. Ancak bu

kavramların, sekülerizmin elinde İslam'ın asıl maksadından uzaklaştırıldığı sonucuna ulaştık. Nitekim Rönesanstan bu yana ortaya çıkan birçok ideoloji, dinin insana sunduklarını, dinin dilini kullanmadan sunmaya çalışmaktan ibarettir. Popüler kişisel gelişimin yaptığıının da bu amaca hizmet etmek olduğunu düşünmekteyiz.

### **Öneriler**

Bu çalışmada kadim bir kültür olan tasavvufun nefis terbiye metotlarını güncelleştirilerek ele almaya çalıştık. Konu genel olarak ele alındığından, bazı konular yüzeysel kalmış olabilir. Yüzeysel kalan konular ileriki çalışmalarda, konunun alanı daraltılmak suretiyle daha detaylı olarak ele alınabilir. Tarikatlarda sınırlandırma yapılarak ya da belli şahıs veya şahıslar üzerinden giderek tasavvufî eğitimin kişilik gelişim metodları daha kapsamlı ele alınabilir. Ayrıca ileriki çalışmalarda, tasavvufî eğitim metodlarının kişilik gelişimine katkılarıyla ilgili olarak alan araştırması da yapılabilir. Bu çalışmanın bundan sonra yapılacak çalışmalara fikir vereceği düşünülmektedir.

## KAYNAKÇA

- Aclûnî, Şeyh İsmail bin Muhammed, *Keşfû'l-Hafâ ve Muzil el-İlbâs amma İştuhira min el-ehâdis alâ el-sineti'n-nas*, (Lübnan: 2009)
- Algar, Hamid, “Bahâeddin Nakşibend”, *DİA*, 4, (Ankara: TDV Yayınları 1991)
- Altılar Niyazi, *Liderliğe Yolculuk, Liderliğin Yeni Yol Haritası*, (İstanbul: Okumuş Adam Yayınları, 2004)
- Altinköprü, Tuncel, *Şahsiyet Analizi*, (İstanbul: Hayat Yayıncılık, 2003)
- Ankaravî, İsmail Rusûhî, *Minhâcu'l-Fukarâ*, Hazırlayan: Safi Arpaguş, (İstanbul: Vefa Yayınları, 2008)
- Armaner, Neda, “Şahsiyet Terbiyesinde Dini Kültürün Rolü”, *Ankara Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi*, 21 (Ankara,1976)
- Castaneda, Carlos, *Bir Başka Gerçeklik, Don Juan'la Yeni Söyleşiler*, Trc: Nevzat Erkmen, (İstanbul: Söz Yayınları, 1998)
- Castaneda, Carlos, *Erk Öyküleri*, Trc: Nevzat Erkmen, 2. Baskı (İstanbul: Söz Yayınları, 2000)
- Castaneda, Carlos *Don Juan Öğretileri, Yaqui Kızılderililerinin Bilgi Yönetimi*, Trc: Nevzat Erkmen, 4.Baskı (İstanbul: Söz Yayınları, 2002)
- Aydın, Mehmet, “Akşemseddin Muhammed'in Tasavvufî Boyutu”, *Akşemseddin Sempozyumu Bildirileri*, 1 (1990)
- Azamat, Nihat, “Melâmet”, *DİA*, (Ankara: TDV Yayınları, 2009), 29
- Bahar, Yasemin, “Prof.Dr. Alev Özkazanç'tan Feminist Kuram ve Psikanaliz'in Çatışmalı Hikâyesi”, erişim: 11.01.2019, <https://gaiadergi.com/feminist-kuram-psikanalizin-catismali-hikayesi/>
- Bauman, Zygmunt, *Yaşam Sanatı*, Trc: Akın Sarı, (İstanbul: Vernüs Kitap Yayınları, 2011)
- Bayzan, Ali Rıza, *Sûfî İle Terapist (Psikoterapiler ve Tasavvuf Üzerine Bir Karşılaştırma Denemesi)*, 8. Baskı, (İstanbul: Etkileşim Yayınları, 2015)

- Bennis, Warren, *Bir Lider Olabilmek*, trc. Utku Teksöz, (İstanbul: Sistem Yayınları, 2001)
- Bulut, Büşra “Leonardo Da Vinci’nin II. Beyazıt’e Yazdığı Mektup”, erişim: 01.05.2019, <https://www.wannart.com/leonardo-da-vincinin-ii-bayezide-yazdigi-mektup/>
- Burchard, Brendon, *Fark Yaratan Milyoner*, (İstanbul: Martı Yayınları, 2011)
- Burger, Jerry M., *Kişilik*, Trc: İnan Deniz Erguvan Sarıoğlu, (İstanbul: Kaknüs Yayınları, 2006)
- Burkeman, Oliver, *Panzehir Pozitif Düşünmeye Katlanamayanlar İçin Mutluluk*, Çeviren: Nur Küçük, (İstanbul: Aylak Kitap Yayınları, 2014)
- Câmî, Abdurrahman, *Nefahâtü’l-Üns*, (Evliya Menkıbeleri), Tercüme ve Şerh: Lâmiî Çelebi, Hazırlayanlar: Süleyman Uludağ ve Mustafa Kara, 3. Baskı, (İstanbul, Marifet Yayınları, 2005)
- Carnegie, Dale, *Dost Kazanmak ve İnsanları Etkileme Sanatı*, (İstanbul: Timaş Yayınları, 1997),
- Ceyhan, Semih “Ubûdiyyet”, *DİA*, (Ankara: TDV Yayınları, 2012), 42
- Covey, Stephan, *Etkili İnsanların 7 Alışkanlığı*, Trc. Osman Deniztekin-Filiz Nayır Deniztekin, 28.Baskı (İstanbul:Varlık Yayınları, 2005)
- Cüceloğlu, Doğan, “Sır Can’ın Keşfinde”, *Altınoluk Dergisi*, 202 (Aralık, 2002)
- Cüceloğlu, Doğan, *Savaşçı*, 55. Basım, (İstanbul: Remzi Kitapevi Yayınları, 2017)
- Çağrı, Mustafa “Gazab”, *DİA*, 13, (Ankara: TDV Yayınları 1996)
- Çağrı, Mustafa “Hırs”, *DİA*, 17, (Ankara: TDV Yayınları, 1998)
- Çağrı, Mustafa “Kanaat”, *DİA*, 24, (Ankara: TDV Yayınları, 2001)
- Çağrı, Mustafa “Kibir”, *DİA*, 25, (Ankara: TDV Yayınları 2002)
- Çağrı, Mustafa “Medih”, *DİA*, 28, (Ankara: TDV Yayınları, 2003)
- Çağrı, Mustafa “Riyâ”, *DİA*, 35, (Ankara: TDV Yayınları 2008)

- Çağrııcı, Mustafa “Şecaat”, *DİA*, 38, ( Ankara: TDV Yayınları, 2010)
- Çağrııcı, Mustafa, “İsâr”, *DİA*, 12, (Ankara: TDV Yayınları, 2000)
- Çağrııcı, Mustafa, “Sıdk”, *DİA*, 37, (Ankara: TDV Yayınları, 2009)
- Çağrııcı, Mustafa, “Ucb”, *DİA*, 42, (Ankara: TDV Yayınları, 2012)
- Çağrııcı, Mustafa, “Zem”, *DİA*, 44, (Ankara: TDV Yayınları, 2013)
- Çakır, Adalet, “Abdülkâdir Geylânî”, *Derin Tarih-Osmanlı Medeniyeti'nin Özü Tasavvuf*, (Özel Sayı:7), (Aralık, 2016)
- Çapçoğlu, İhsan, “Anadolu İrfan Geleneğinde Bir Arada Yaşamamanın Temel Değerleri: Hacı Bayram-ı Veli Örneği”, *II. Uluslararası Hacı Bayrâm-ı Veli Sempozyumu Bildiriler Kitabı 1*, Nşr. Ethem Cebecioğlu v. dğr, (Ankara: Kalem Neşriyat, 2017)
- Çift, Salih, “Yahyâ b. Muâz”, *DİA*, (Ankara: TDV Yayınları, 2013), 43.
- Değirmenci, Can Hikmet, *Kişisel Gelişim ve Pozitif Enerji*, (İstanbul: Bilge Karınca Yayınları, 2004)
- Demir, Osman “Vicdan”, *DİA*, 43, (Ankara: TDV Yayınları, 2013)
- Demirkıran, Erdal, *Ben Dünyanın En Akıllı İnsanıyım*, 6. Basım (İstanbul: Beyaz Sanat Yayıncılık, 2003)
- Demirli, Ekrem, “Râbita-i Mevt”, *Din ve Hayat:İstanbul Müftülüğü Dergisi*, 2012, 16.
- Demirli, Ekrem, “Tasavvufta İnsan Sevgisinin Kaynağı: İbnü'l-Arabî'nin Düşüncesinde İnsan İle İlgili Kavramlar”, *Din ve Dünya Barışı, Uluslararası Sempozyum, 26-28 Nisan 2007*, (İstanbul: İstanbul Üniversitesi Basım ve Yayınevi, 2008)
- Dökmen, Üstün, (*Küçük Şeyler 1*) *Deniz Kabukları*, 41. Basım, (İstanbul: Remzi Kitapevi Yayınları, 2017)
- Ebu Davud, İmamü'l Hafız Ebi Davud Süleyman bin el-Eşâş es-Sicistani, el-Ezdi, *Sünen-i Ebi Davud ve Tercemesi*, Trc. İbrahim Koçuşlı, (İstanbul: Milli Gazete Yayınları, 1983)



- Ebu Tâlip el-Mekkî, *Kûtu'l-Kulûb, (Kalplerin Azığı)*, 4.Baskı (İstanbul: Semerkand Yayınları, 2011)
- Edisyon, *Hatme Duası ve Tövbe Adabı*, 13.Baskı (İstanbul: Hâcegân Yayınları, 2015)
- Edisyon, *Türkiye'nin Birikimleri-4 "Mutasavvıflar"*, (İstanbul: İlke Yayıncılık, 2015)
- Ekberî, Selâeddin ed-Dimekşi, *Metinlerle Tasavvuf Terimleri Sözlüğü*, Nşr: Zafer Erginli, (İstanbul: Kalem Yayınları, 2006)
- Eraydın, Selçuk, *Tasavvuf ve Tarikatlar*, 11. Baskı, (İstanbul: Marmara Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Vakfı Yayınları, 2014)
- Ernst, Carl W. "Müslüman Yoga Yorumcuları", *Mezhep Araştırmaları*, VII/2 (Güz 2014), 118. erişim: 23.04.2019, <http://www.emakalat.com/download/article-file/63796>
- Erşahin, Seyfettin, "Türk Hâkimiyet Geleneğinde Bilge Kişi: Osmanlı Hâkimiyetinde Şeyh Edebâli Örneği", *İslâmî Araştırmalar Dergisi*, 12/3-4 (1999)
- Erzurum İl Kültür ve Turizm Müdürlüğü, "İbrahim Hakkı Hazretleri ve Zâkir ile Şakir", erişim:10.04.2019.  
<https://www.kulturportali.gov.tr/turkiye/erzurum/kulturatlasi/brahim-hakki-hazretleri-ve-sakir-ile-zakir>
- Eşrefoğlu Rûmî, Eş-şeyh Abdullah bin Eşref bin Muhammed el-Mısırî el-İzmikî, *Müzekkin-Nüfus*, (İstanbul: Arslan Yayınları, 1971)
- Filiz, Lütfi, *Fânî Divanı, Noktanın Sonsuzluğu*, (İstanbul: Pan Yayıncılık, 2002)
- Frager, Robert, *Kalp, Nefs ve Ruh, Tasavvuf Psikolojisinde Gelişim, Denge ve Uyum*, Trc. İbrahim Kapaklıkaya, 2. Baskı (İstanbul: Sûfî Kitap, 2018)
- Gazâlî, *el-Munkuzu Mine'd-Dalâl ve Tercümesi*, Trc. Salih Uçar, 2. Baskı (İstanbul: Kayıhan Yayınları, 2016)
- Gazâlî, *İhya-u Ulumi'd-Din Tercümesi*, Trc. Ahmed Serdaroğlu, (İstanbul: Erkam Yayınları, 2016)
- Gazâlî, *Kimyâ-yı Saâdet, (Mutluluğun Hazinesi)*, (İstanbul: Çelik Yayınları, 2016),

- Gödeş, *Mustafa, Kişisel Gelişim Zirvalıkları*, (İstanbul: Esen Kitap Yayınları, 2013)
- Gölpınarlı, Abdülbaki, *Mevlevî Âdâb ve Erkânı*, (İstanbul: İnkılap Yayınları, 2006)
- Günay, Nasuh, “Yoganın Mahiyeti ve Çeşitleri”, *Süleyman Demirel Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi*, 19 (2007/2)
- Gürkan, Salime Leyla, “Rabbâniyyûn”, *DİA*, 34, (Ankara: TDV Yayınları, 2007)
- Hakîm Tirmizî, *Allah’a Yakınlığın Dereceleri, Nefsin Kötü Arzularını Nasıl Terk Ederiz?* Çeviri: Mehmet Zahit Tiryaki, (İstanbul: Hayy Kitap, 2013)
- Hakîm Tirmizî, *Hatmu'l-Evliyâ, Velîliğin Sonu, Velâyet-Nübüvvet Tartışması*, Haz. Salih Çift, (İstanbul: İnsan Yayınları, 2006)
- Hakîm Tirmizi, *Kalbin Anlamı, Allah'ın Nuruna Kavuşmak İçin Kalbimizin Güçlerini Nasıl Kullanmalıyız?*, Trc: Ekrem Demirli, 3.Baskı (İstanbul: Hayy Kitap Yayınları, 2013)
- Hakîm Tirmizî, *Metafizik Mutluluk, Nefis Terbiyesi ve İlahi Neşe*, Trc. Hacı Bayram Başer, (İstanbul: Hayy kitap Yayınları, 2013)
- Hakkı, Erzurumlu İbrahim, *Marifetnâme*, TBMM Kütüphanesi, erişim: 01.05.2019 <https://acikerisim.tbmm.gov.tr/xmlui/handle/11543/7>
- Halebî, İbrahim, *Mültekâ el-Ebhur Tercümesi*, Trc. Mustafa Uysal, 3.Baskı (İstanbul: Elif Ofset Tesisleri, 1979)
- Harman, Ömer Faruk, “On Emir”, *DİA*, 33: 347:350, (Ankara: TDV Yayınları, 2007)
- Glnt, Hans, *Yaşamınızı Planlayın*, Trc. Tayfun Aktaş, (İstanbul: Kalipso Yayınları, t.s)
- Hasan-ı Basrî, *Zühhd*, Der. İshak Doğan, (Konya: Hünet Yayınları, 2012)
- Heysemî, Nûreddîn Ebu'l-Hasan Ali b. Ebî Bekir b. Süleyman el-Heysemî el-Kahiri eş-Şafîi, *Me cmau'z-Zevâid ve Menbau'l-Fevâid*, (İstanbul: Ocak Yayıncılık, 2007)
- Hogan, Kevin, *Hayatınızı Değiştirecek İkna Sırları, Konuşarak İkna Psikolojisi*, Trc: Pınar Polat, (İstanbul: Yakamoz Kitap Yayınları, 2012)
- Hökelekli, Hayati “Fıtrat”, *DİA*, 13 (Ankara: TDV Yayınları 1996)

- Hökelekli, Hayati, “Şahsiyet”, *DİA*, 38,(Ankara: TDV Yayınları, 2010)
- Hökelekli, Hayati, *Ailede Okulda, Toplumda Değerler Psikolojisi ve Eğitimi*, 2.Baskı (Timaş Yayınları, İstanbul, 2013)
- Hucvirî, Ali b. Osman Cüllâbî, *Keşfu'l-Mahcub, Hakikat Bilgisi*, Haz. Süleyman Uludağ, 2. Baskı (İstanbul: Dergâh Yayınları, 1996)
- Işıtan, İbrahim, *Sûfi Psikolojisi ve Sülemi'ye Göre Benlik Dönüşümü*, (İstanbul: Divan Kitap, 2014)
- İbn Hazm, *Ahlâk ve Davranış Tarzları, Nefisteki Ahlâkî Hastalıkların Tedavisi*, Trc. Mustafa Çağrıncı, 2. Baskı (Ankara: Türkiye Diyanet Vakfı Yayınları, 2015)
- İbn Manzur, Muhammed b. Mükerrerem el-Afrikî el-Mısırî, *Lisânü'l-Arab*, I-XV, Beyrut,
- İbnu'l-Arabî, Muhyiddin, *Fususü'l-Hikem Tercüme ve Şerhi*, Trc. Ahmed Avni Konuk, Haz. Mustafa Tahralı-Selçuk Eraydın, 5. Baskı, (İstanbul: Marmara Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Vakfı Yayınları, 2013)
- İbn Arabî, Muhyiddin, *Futûhat-ı Mekkiyye, Nefs Teriyesinin Esasları*, Trc: Ekrem Demirli, 4. Baskı (İstanbul: Litera Yayınları, İstanbul, 2017),
- İmam Rabbânî, Ahmed Farûkî es-Serhendî, *Mektûbât-ı Rabbânî*, Trc. Abdulkadir Akçiçek, (İstanbul: Çelik Yayınları, 2011)
- Poussard, Jale Minibaş, *İş Yaşamında Güvenli Davranış*, (İstanbul: Morpa Kültür Yayınları, 2006)
- Kara, Musrafa, *Tasavvuf ve Tarikatlar Tarihi*, 13. Basım, (İstanbul: Dergâh Yayınları, 2016)
- Kara, Osman, “Kur'an'a Göre İnsan Şahsiyetine Etki Eden Faktörler”, *Sakarya Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi*, 14/25 (Sakarya, 2012/1)
- Karadayı, Osman Nuri, “Ömer el-İspirî'nin Husûnu'l-Metâlib Adlı Risâlesinde Letâif ve Makamların Sembolik Anlatımı”, Nşr. Ömer Kara, *Erzurum İspirli Kadızâde Mehmet Ârif Efendi Sempozyumu (2-4 Mayıs 2014- Erzurum)*
- Karahan, Abdulkadir, “Hz. Mevlâna'nın Şahsiyeti ve Dünya Görüşü”, erişim: 23.02.2018, [http://akademik.semazen.net/article\\_detail.php?id=336](http://akademik.semazen.net/article_detail.php?id=336)

- Karaman Hayrettin-Çağrı Mustafa, Dönmez İbrahim Kâfi, Gümüş Sadrettin, *Kur'an Yolu Türkçe Meâl ve Tefsir*, (Ankara: Diyanet İşleri Başkanlığı Yayınları, 2014)
- Kartal, Abdullah, "Sekr", *DİA*, 36, (Ankara: TDV Yayınları, 2009)
- Kasapoğlu, Abdurrahman, "Kur'an'da "İnâbe" Kavramı: Dini Tecrübe Açısından Bir Yaklaşım", *Tasavvuf İlmi ve Akademik Araştırma Dergisi*, 9/22 (2008)
- Kayıklık, Hasan, *Tasavvuf Psikolojisi*, 2. Baskı, (Ankara: Akçağ Yayınları, 2011)
- Kelâbâzî, *Doğuş Devrinde Tasavvuf Ta'arruf*, Haz. Süleyman Uludağ, 5.baskı (İstanbul: Dergâh Yayınları, 2016)
- Köse Ali- Ayten Ali, *Din Psikolojisi*, 4.baskı, (İstanbul: Timaş Yayınları, 2014)
- Kula, Naci, "Gençlik Döneminde Kimlik ve Din", *Gençlik, Din ve Değerler Psikolojisi*, (Ankara: Ankara Okulu Yayınları, 2002)
- Kuşeyri, Abdulkerim, *Kuşeyri Risalesi*, Trc. Dilaver Selvi, 11. Baskı, (İstanbul: Semerkand Yayınları, 2014)
- Küçük, Osman Nuri, *Mevlânâ'ya göre Manevi Gelişim (Benliğin Dönüşümü ve Mi'râcı)*, 6. Baskı, (İstanbul: İnsan Yayınları, 2015)
- Lütfi, Alvarlı Muhammet, *Divân-ı İlahiyat Seçmeler*, Haz. Bilal Kemikli, (Ankara: DİB Yayınları, 2014)
- Lütfi, Hâce Muhammed, *Hulâsatü'l-Hakâyık ve Mektûbât-ı Hâce Muhammed Lütfi*, 5. Basım (İstanbul: Damla Yayınevi, 2011)
- Maxwell, John C., *Liderlik Yasaları, Reddedilemez 21 Liderlik Yasası*, Trc: İbrahim Şener, 2.Baskı (İstanbul: Beyaz Yayınları, 2004),
- Mehmetoğlu, Ali Ulvi, *Kişilik ve Din*, (İstanbul: Dem Yayınları, 2004)
- Mercan, Çare Sertelin, "Gelişim Psikolojisinde Kuramlar ve Araştırma Yöntemleri", *Gelişim Psikolojisi*, Nşr. Hatice Ergin-Armağan Yıldız, 3. Basım (İstanbul: Nobel Yayınları, 2012)
- Merter, Mustafa, "Hz. İnsan ve Ümit", *Keşkül, (Hazreti İnsan)*, 17 (Ocak, 2011)

- Merter, Mustafa, *Dokuz Yüz Katlı İnsan Tasavvuf ve Benötesi Psikoloji-Transpersonel Psikoloji*, 12. Basım,( İstanbul: Kaknüs Yayınları, 2013)
- Merter, Mustafa, *Psikolojinin Üçüncü Boyutu: Nefs Psikolojisi ve Rüyaların Dili*, 1.Basım (İstanbul: Kaknüs Yayınları, 2014)
- Saltürk, Metin, *Yönetim Başarısı ve Kişilik*, (İstanbul: Toplumsal Dönüşüm Yayınları, 2008)
- Mevlânâ Celâleddin, Muhammed b. Muhammed el-Belhî er-Rumî, *Mesnevî*, Trc. Veled Çelebi, Gözden Geçiren: Abdulkaki Gölpınarlı, 2. Basım, (Konya: Konya Büyükşehir Kültür Yayınları, 2006)
- Bozdağ, Muhammed, *Düşün ve Başar*, 7.Baskı (İstanbul: Nesil Yayınları, 2001)
- Muhâsibî, *Er- Riâye, Nefs Muhasebesinin Temelleri*, Trc. Şahin Filiz- Hülya Küçük, 5. Baskı (İstanbul: İnsan Yayınları, 2014)
- Müslim, Ebu'l-Hüseyin Müslimu'bnü'l-Haccâc el-Kuşeyrî en-Niysâburî, *Sahîh-i Muslim ve Tercemesi*, Trc. Mehmed Sofuoğlu, (İstanbul: İrfan Yayınevi, 2014)
- Necmeddin-i Kübra, *Tarikatlarda On Esas*, Şerheden: İsmail Hakkı Bursevi, Trc. Rahmi Serin, Haz. Arif Pamuk, (İstanbul: Pamuk Yayınları, t.s)
- Niyâzî-i Mısrî Halvetî, *Dîvân-ı İlâhiyât Seçmeler*, Haz. Mustafa Tatçı, (Ankara: DİB Yayınları, 2014)
- Yaycıoğlu, Nur, *Başarı, Çocuklarımız ve Biz*, (İstanbul: Resital Yayıncılık, 2007)
- Oğuz Saygın-Şafak Layiç, *Resimli Beden Dili*, (İstanbul: Dört Çarpı Dört Yayıncılık, 2006)
- Okudan, Rıfat, “İnsânî Bir İnsiyak Olarak Râbîta”, *Tasavvuf, İlmî ve Akademik Araştırma Dergisi*, 4/10, (Ankara, 2003)
- Osho, Bhagwan Shree Rajnees, *Beden ile Zihni Dengelemek*, Trc: Meral Bolak, 2.Baskı (İstanbul: Butik Yayıncılık, 2006)
- Osho, Bhagwan Shree Rajnees, *Ego Yanılsamadan Kurtulmak*, 12. Baskı (İstanbul: Ganj Yayınları, 2014)

- Osho, Bhagwan Shree Rajnees, *Zen Yolu Tasavvuf Yolu*, Der. ve Trc. Sertaç Kartal, 3. Basım (İstanbul: Okyanus Yayınları, 2003)
- Osman Kemâlî, *Aşk Sızıntıları Şerhi*, Şerh Eden: Mustafa Tatçı, (İstanbul: H yayınları, Eylül, 2016)
- Osmay, Nüvit, *İnsan Mühendisliği, Hayat karşısında İnsanın Kendisi ve Çevresi*, 9.Basım (Alfa Yayınları: İstanbul, t.s)
- Ozak, Elhac Muzaffer, *Ziyet'ül-Kulûb (Kalplerin Ziyneti) Aşık Sohbetleri ve Evrad-ı Şerifeler*, (İstanbul: Salih Bilici Kitapevi, 1973)
- Öngören, Reşat "Sûfi", *DİA*, 37, (Ankara: TDV Yayınları, 2009)
- Özdemir, İlker, "Kişisel Gelişim Kitaplarının Eleştirel Değerlendirmesi", *Ankara Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 1/2, (2010)
- Özdemir, Osman, Pınar Güzel Özdemir, Muhammed Tayyib Kadak, Serhat Nasıroğlu, "Kişilik Gelişimi", *Psikiyatride Güncel Yaklaşımlar*, 4/4, (2012), erişim: 04.12.2017, [http://www.cappsy.org/archives/vol4/no4/cap\\_04\\_33.pdf](http://www.cappsy.org/archives/vol4/no4/cap_04_33.pdf)
- Özel, Ahmet "Cihad", *DİA*, 5, (Ankara: TDV Yayınları, 1993)
- Özenç, Ali, "Şerif Mardin'e Göre Modernleşme ve Din", (Yüksek Lisans Tezi, Selçuk Üniversitesi, 2006)
- Özsoy, Naci, "İlk Dönem Tasavvuf Kültüründe Horasan Melâmîliği ve Anadolu'da Bir Melâmî Karakter: Zembilfroş", *Muş Alpaslan Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 2/2 (2014)
- Öztürk, Mustafa, "Sehl et-Tüsterî", *DİA*, 36, (Ankara: TDV Yayınları, 2009)
- Peker, Hüseyin, "Olumlu Şahsiyet Özellikleri ve Din", *On dokuz Mayıs Üniversitesi, İlahiyat Fakültesi Dergisi*, 1, (Samsun, 1986)
- Robbins, Anthony, *İçindeki Devi Uyandır*, Trc: Belkıs Çorakçı Dişbudak (İstanbul: İnkılap Yayınları, t.s)
- Russell, Bertrand, *Mutluluk Yolu*, Trc: Nurettin Özyürek, 6.Basım (İstanbul: Varlık Yayınları, 1988)

- Sâfi, Mevlânâ Ali b. Hüseyin, *Reşahât*, Müstensih: Hacı Mehmet Zülâlî Eskişehirî, Haz. Naci Bayraktaroğlu- Nizameddin Arslan, (İstanbul: İz Yayıncılık, 2013)
- Sayar, Kemal, *Biraz Yağmur Kimseyi İncitmez*, 8. Baskı, (İstanbul: Timaş Yayınları, 2016)
- Sayar, Kemal, *Hayat Teselli Bulmaktır*, 5. Baskı, (İstanbul: Timaş Yayınları, 2016)
- Sayar, Kemal, *Sûfi Psikolojisi*, 10. Basım, (İstanbul: Timaş Yayınları, 2015)
- Sayar, Kemal, *Yavaşla*, 3.Baskı (İstanbul: Timaş Yayınları, 2007)
- Saygın, Oğuz, *Hayatın İçinde Kişisel Gelişim*, (İstanbul: Pozitif Yayınları, 2004)
- Saygın, Oğuz, *Negatif Limanlardan Pozitif Sulara*, (İstanbul: Karma Kitaplar Yayınları, 2014)
- Saygın, Oğuz, *NLP Başarının Bilimi ve Sanatı*, 3.Baskı (İstanbul: Medya Ofis Yayınları, 2006)
- Saygın, Oğuz, *Sen Düşünceden İbaretsin (Mevlana Işığında Düşünce Yönetimi)*, (İstanbul: Karma Kitaplar Yayınları, 2016)
- Saygın,Oğuz, *NLP Teknikleri İle Kişisel Gelişim Stratejileri*, 25. Baskı (İstanbul: Dört Çarpı Dört Yayınları, 2009)
- Sekman, Mümin, *Her Şey Seninle Başlar*, 17. Baskı, (İstanbul: Alfa Yayınları, 2015)
- Sekman, Mümin, *Limit Sızsınız, Açılmamış Kanatların Büyüklüğü Bilinmez*, (İstanbul: Alfa Yayınları, 2008)
- Selvi, Dilaver, *Tasavvuf Metodu Olarak Râbîta*, (İstanbul: Semerkand Yayınları, 2016)
- Sevim, Bilgen Aydın, “Kişisel Gelişim Kitaplarındaki Başarı İdeolojisi: Mümin Sekman Örneği”, *Turkish Studies- İnternational Periodical For The Languages, Literature and History of Turkish or Turkic*, Volume 8/3, Winter 2013, p.17-35, Ankara-Turkey
- Sezik, Nejat, *Kişisel Gelişim El Kitabı*, (İstanbul: Hayat Yayınları, 2002)
- Smiles, Samuel, *Başarmanın Gücü, Örnekler ve Modeller*, Trc: Arzu Özdemir, (İstanbul: Etap Yayınları, 2016)

- Sofyalı Bâlî Efendi, *7 Makam 7 Nefs- Allah Yolunda Mertebeler ve Nefsin Halleri*, 4.Baskı (İstanbul: Hayy Kitap Yayınları, 2017)
- Sühreverdî, Ebu Hafs Şehabettin Ömer, *Gerçek Tasavvuf Avârifül'l-Maârif*, 11. Baskı, (İstanbul: Semerkand Yayınları, 2016)
- Şahin, Kâmil, “Edebâli”, *DİA*, 10, (Ankara: TDV Yayınları, 1994)
- Şentürk, Atillâ, *Tahir ’ül-Mevlevi Hayatı ve Eserleri*, (İstanbul: Nehir Yayınları, 1991)
- Şentürk, Habil, “Freud’un Din ve Psikoloji Anlayışına Eleştirel Bir Yaklaşım”, *Dini Araştırmalar Dergisi*, 7/19 (Isparta, 2004)
- Şeyh Gâlib, *Şeyh Galib Divanı*, (Ankara: DİB Yayınları, 2014)
- Şirâzî, Sâdî, *Bostan ile Gülistan*, Haz. Osman Koca, (İstanbul: Beyan Yayınları, 2015)
- Şirin, Turgay, *Kişisel Gelişim Medeniyeti, (İslam Medeniyetinin Kişisel Gelişim Dinamikleri)*, (İstanbul: Armoni Yayıncılık, 2005)
- Tarhan, Nevzat, *Mesnevi Terapi*, 13. Baskı, (İstanbul: Timaş Yayınları, 2017)
- Tirmizî, Ebu İsa Muhammed bin İsa bin Sevre, *Sünen-i Tirmizî Tercemesi*, Mütercim: Osman Zeki Mollamehmetoğlu, (İstanbul, Yunus Emre Yayınevi, t.s.)
- Topaloğlu, Aydın, “Materyalizm”, *DİA*, (Ankara: TDV Yayınları, 2006), 23
- Topbaş, Osman Nûri, “Rızık Allah’tandır”, *Genç Dergisi*, 40 (Ocak, 2010), erişim: 16.08.2018, <http://www.osmannuritopbas.com/rizik-allahtandir.html>
- Tosun, Necdet “Yeseviyye”, *DİA*, 43, (Ankara: TDV Yayınları, 2013)
- Tosun, Necdet, “Sıddikiyye”, *DİA*, 37, (Ankara: TDV Yayınları, 2009)
- Tosun, Necdet, *İmam-ı Rabbânî Ahmed Sirhindî, Hayatı, Eserleri, Tasavvufî Görüşleri*, 2. Baskı (İstanbul: İnsan Yayınları, 2009)
- Tûsî, Ebu Nasr Serrâc, *İslam Tasavvufu*, Tercüme: Hasan Kâmil Yılmaz, (İstanbul: Erkam Yayınları, 2012)
- Türer, Osman, “Letâif-i Hamse”, *DİA*, 27, (Ankara: TDV Yayınları, 2003)
- Uludağ Süleyman, “Gaflet”, *DİA*, 13, (Ankara: TDV Yayınları, 1996)



- Uludağ, Süleyman, “Bâtın İlmi”, *DİA*, 5, (Ankara: TDV Yayınları 1992)
- Uludağ, Süleyman, “Bâyezîd-i Bistamî”, *DİA*, 5, (Ankara: TDV Yayınları, 1992)
- Uludağ, Süleyman, “Hırka”, *DİA*, 17, (Ankara: TDV Yayınları, 1998)
- Uludağ, Süleyman, “Kalp”, *DİA*, 24, (Ankara: TDV Yayınları, 2001)
- Uludağ, Süleyman, “Mücâhede”, *DİA*, 31, (Ankara: TDV Yayınları 2006)
- Uludağ, Süleyman, “Riyâzet”, *DİA*, 35, (Ankara: TDV Yayınları, 2008)
- Yanbastı, Gülgün, *Kişilik Kuramları*, 2. Baskı (İzmir: Ege Üniversitesi Edebiyat Fakültesi Yayınları, 1996)
- Yavuz, Kerim, *Günümüzde İnancın Psikolojisi*, (Ankara: Boğaziçi Yayınları, 2013)
- Yavuz, Yusuf Şevki, “Ruh”, *DİA*, 35, (Ankara: TDV Yayınları, 2008)
- Yazıcı, Tahsin, “Derviş”, *DİA*, 9, (Ankara: TDV Yayınları 1994)
- Yıldız, Murat “Benlik Kavramı ve Benliğin Gelişiminde Dinin Rolü”, *Dokuz Eylül Üniversitesi (D.E.Ü) İlahiyat Fakültesi Dergisi*, 13 (İzmir, 2006)
- Yılmaz, Hasan Kâmil, “Ebu Hâşim Sûfî”, *Altınoluk Dergisi*, 4 (Haziran 1986), 23.
- Yılmaz, Hasan Kamil, “Kişisel Gelişim ve Tasavvuf”, *Altınoluk Dergisi*, 202 (Aralık, 2002)
- Yılmaz, Hasan Kamil, “Zarûriyyat-ı Diniyye ve Aile Yuvası”, *Altınoluk Dergisi*, 243 (Mayıs 2006)
- Yılmaz, Hasan Kâmil, *Ana Hatlarıyla Tasavvuf ve Tarikatlar*, 19. Baskı, (İstanbul: Ensar Yayınları, 2015)
- Yılmaz, Hasan Kâmil, *Tasavvuf Meseleleri*, (İstanbul: Erkam Yayınları, 2011)
- Baltaş-Zuhal-Baltaş Acar, *Stres ve Başaçıkma Yolları*, (İstanbul: İstanbul: Remzi Kitapevi Yayınları, t.s.)
- Castaneda, Carlos, *Don Juan Öğretileri, Yaqui Kızılderililerinin Bilgi Yönetimi*, Trc: Nevzat Erkmen, 4.Baskı (İstanbul: Söz Yayınları, 2002)

- “Osmanlı Böyle Nasihat Eyledi”, erişim: 26.12.2018,  
<https://www.on5yirmi5.com/haber/kultur-sanat/etkinlikler/22052>
- “Şeyh Edebâli'nin Nasihatine Kulak Verelim”, erişim: 26.12.2018,  
<http://www.burhandergisi.com/hasan-baar/1306-eyh-edebalnn-nashatne-yenden-kulak-verelm.html>
- Korkunç, Rana, “Hayatın Her Anında Yogadayız”, erişim: 21.02.2019,  
<http://www.yogadergisi.com/186-rana-korkunc>
- Dede, Musa “Gerçek sûfî gerçek yogidir de”, erişim: 11.04.2019,  
<http://www.hurriyet.com.tr>
- Öztürk, Levent, “Rönesans Dönemi”, erişim: 23.04.2019,  
<http://www.felsefetası.org/ronesans-donemi/>
- “Barok Dönem Nedir?”, erişim: 01.05.2019, <https://www.nedir.com/barok-dönem>.
- Ergun, Sadeddin Nüzhet, *Türk Şairleri*, 1, erişim: 01.05.2019,  
<http://esgici.net/006/Turk%20Sairleri%20I%20%20Sadeddin%20Nuzhet%20Ergun.pdf>
- Mevlânâ Kişisel Gelişim Piri”, erişim: 05.07.2019,  
<https://www.sabah.com.tr/aktuel/2012/12/16/mevlana-kisisel-gelisimin-piri>
- Aytan, Sâdi, “Tâhir'ül-Mevlevî Hayatı ve Eserleri”, erişim: 12.12.2018  
[http://akademik.semazen.net/article\\_detail.php?id=675](http://akademik.semazen.net/article_detail.php?id=675)

## ÖZGEÇMİŞ

1990 yılında İstanbul'un Üsküdar ilçesinde doğdu. İlköğretimi Gülsuyu ilköğretim Okulunda, ortaöğretimi Maltepe İmam Hatip Lisesinde, üniversiteyi Sakarya Üniversitesi İlahiyat Fakültesinde tamamladı. 2013 yılında Sakarya İlahiyat Fakültesinden mezun olarak, 2014 yılında Sakarya Üniversitesi Eğitim Fakültesinden formasyon eğitimi aldı. 2015 yılında Mardin Kızıltepe Günlüce Ortaokuluna Din Kültürü ve Ahlak Bilgisi öğretmeni olarak atandı. 2016 yılında Adapazarı İmam Hatip Ortaokuluna tayin oldu. Halen daha Sakarya Erenler ilçesi Figen Sakallıoğlu Anadolu Lisesinde Din Kültürü ve Ahlak Bilgisi öğretmeni olarak görev yapmaktadır. Evli ve iki çocuk annesidir.