

T.C.
İSTANBUL SABAHATTİN ZAİM ÜNİVERSİTESİ
LİSANSÜSTÜ EĞİTİM ENSTİTÜSÜ
FELSEFE VE DİN BİLİMLERİ ANABİLİM DALI
FELSEFE VE DİN BİLİMLERİ BİLİM DALI

HARİS EL-MUHASİBİ'DE
İNSAN PSİKOLOJİSİ

YÜKSEK LİSANS TEZİ

Feyza Nur TOPLU

İstanbul
Ağustos-2022

T.C.
İSTANBUL SABAHATTİN ZAİM ÜNİVERSİTESİ
LİSANSÜSTÜ EĞİTİM ENSTİTÜSÜ
FELSEFE VE DİN BİLİMLERİ ANABİLİM DALI
FELSEFE VE DİN BİLİMLERİ BİLİM DALI

HARİS EL-MUHASİBİ'DE
İNSAN PSİKOLOJİSİ

YÜKSEK LİSANS TEZİ

Feyza Nur TOPLU

Tez Danışmanı
Doç. Dr. Turgay ŞİRİN

İstanbul
Ağustos-2022

TEZ ONAYI

Lisansüstü Eğitim Enstitüsü Müdürlüğüne,

Bu çalışma jürimiz tarafından Felsefe ve Din Bilimleri Anabilim Dalı, Felsefe ve Din Bilimleri Bilim Dalında YÜKSEK LİSANS TEZİ olarak kabul edilmiştir.

Danışman Doç. Dr. Turgay ŞİRİN

.....

Üye Dr. Öğr. Üyesi Osman BİLGİVAR

.....

Üye Doç. Dr. Ahmet Canan KARAKAŞ

.....

Onay

Yukarıdaki imzaların, adı geçen öğretim üyelerine ait olduğunu onaylarım.

İmza

Doç. Dr. Erhan İÇENER

Enstitü Müdürü

BİLİMSEL ETİK BİLDİRİMİ

Yüksek lisans tezi olarak hazırladığım “**Haris El- Muhâsibî’de İnsan Psikolojisi**” adlı çalışmanın öneri aşamasından sonuçlandığı aşamaya kadar geçen süreçte bilimsel etiğe ve akademik kurallara özenle uyduğumu, tez içindeki tüm bilgileri bilimsel ahlak ve gelenek çerçevesinde elde ettiğimi, tez yazım kurallarına uygun olarak hazırladığımı, bu tez çalışmasında doğrudan veya dolaylı olarak yaptığım her alıntıya kaynak gösterdiğimi ve yararlandığım eserlerin kaynakçada gösterilenlerden oluştuğunu beyan ederim.

İmza

Feyza Nur TOPLU

ÖN SÖZ

Bu çalışmanın yapılmasında öncelikle tez danışmanım Doç. Dr. Turgay ŞİRİN'e teşekkürü borç bilirim. Ayrıca dersleriyle bize vizyon katan çok değerli hocamız Prof. Dr. İzzet ER'e ve yüksek lisans eğitimim boyunca benden desteklerini esirgemeyen dostum Kübra KESKİN'e ve değerli aileme teşekkürlerimi sunarım.

Feyza Nur TOPLU

İstanbul-2022

ÖZET

HARİS EL-MUHASİBİ'DE İNSAN PSİKOLOJİSİ

Feyza Nur TOPLU

Yüksek Lisans, Felsefe ve Din Bilimleri

Tez Danışmanı: Doç. Dr. Turgay ŞİRİN

Ağustos-2022, 204

Ruh ve bedenden müteşekkil olan insan hayatını devam ettirebilmesi için birtakım biyolojik ihtiyaçlara gerek duymaktadır. Tıpkı beden gibi ruhun da gıdaya ihtiyacı vardır. Onun bir de diğer insanlarla ve yaratıcısı ile arasındaki ilişkiyi düzenleyen sosyal ve manevi yönleri bulunmaktadır. Bunlar insanı varlık aleminde diğer canlılardan ayıran özelliklerdir.

İslam düşüncesinde önemli bir yere sahip olan ilk sûfîlerden Muhâsibî'nin öğretisinde insan incelendiğinde ortaya çok kapsamlı bir insan modeli ortaya çıkmaktadır. Ona göre insan akleden, duyguları olan, ahlaki özellikleri bulunan ve ilahi mesajlara muhatap olan bir varlıktır. Bu çalışmada İslam düşünürü Haris El-Muhâsibî'nin insan psikolojisine dair görüşlerini biyolojik, psikolojik, sosyal ve manevi boyutları ile ele aldık.

Bu tez çalışmasının birinci bölümünde tezin problemi, amacı, önemi ve yöntemi üzerinde durduk. Çalışmanın ikinci bölümünde Haris El Muhâsibî'nin ailesi ve hayatı, ilmi kişiliği, yaşadığı dönemdeki sosyo-kültürel-dini hayat ve eserleri hakkındaki bilgilere yer verdik. Tezin üçüncü bölümünde teze teorik bir çerçeve oluşturmak üzere psikoloji ve insan kavramları ile ilgili genel tanımlar ve yaklaşımlar üzerinde durduk. Çalışmanın dördüncü bölümünde ise Haris El-Muhâsibî'de insanın biyolojik, psikolojik, sosyal ve manevi boyutları ile ilgili incelemelere değinildi.

Sonuç olarak teorik çerçevede ortaya konan yaklaşımlarla dördüncü bölümde elde edilen veriler harmanlanarak tasavvuf psikolojisi ile insan ilişkisine ve Haris El-Muhâsibî'nin insanın farklı psikolojik yönlerini ele alan görüşlerine dair değerlendirmelere ve tartışmalara yer verildi.

Anahtar Kelimeler: Haris El- Muhâsibî, İnsan, Psikoloji, Din Psikolojisi

ABSTRACT

HUMAN PSYCHOLOGY IN HARIS AL-MUHASIBI

Feyza Nur TOPLU

MA, Philosophy and Religious Studies

Thesis Advisor: Assoc. Dr. Turgay SIRIN

August-2022, 204

Consisting of soul and body, human needs some biological needs in order to maintain his life. Just like the body, the soul also needs food. It also has social and spiritual aspects that regulate its relationship with other people and its creator. These are the features that distinguish humans from other living things in the realm of existence.

When the human being is examined in the teaching of Muhâsibî, one of the first Sufis who has an important place in Islamic thought, a very comprehensive human model emerges. According to him, a human being is an entity that has intelligence, emotions, moral characteristics and is the addressee of divine messages. In this study, we discussed the views of the Islamic thinker Haris Al-Muhâsibî on human psychology with their biological, psychological, social and spiritual dimensions.

In the first part of this thesis, we focused on the problem, purpose, importance and method of the thesis. In the second part of the study, we included information about Haris Al-Muhâsibî's family and life, his scientific personality, socio-cultural-religious life and works in the period he lived. In the third part of the thesis, we focused on general definitions and approaches related to psychology and human concepts in order to form a theoretical framework for the thesis. In the fourth part of the study, studies on the biological, psychological, social and spiritual dimensions of human beings in Haris Al-Muhâsibî were mentioned.

As a result, by blending the approaches presented in the theoretical framework with the data obtained in the fourth chapter, evaluations and discussions on the relationship between Sufi psychology and human, and Haris Al-Muhâsibî's views on different psychological aspects of human beings are included.

Keywords: Haris Al-Muhâsibî, Human, Psychology, Psychology of Religion

İÇİNDEKİLER

TEZ ONAYI	i
BİLİMSEL ETİK BİLDİRİMİ.....	ii
ÖNSÖZ.....	iii
ÖZET.....	iv
ABSTRACT	v
İÇİNDEKİLER	vi
ŞEKİLLER LİSTESİ.....	xi
KISALTMALAR VE SİMGELER	xii
BİRİNCİ BÖLÜM.....	1
GİRİŞ	1
1.1. Problem	1
1.2. Amaç	1
1.3. Araştırmanın Önemi	2
1.4. Araştırmanın Yöntemi	3
İKİNCİ BÖLÜM.....	4
HARİS EL MUHASİBİ’NİN HAYATI VE ESERLERİ.....	4
2.1. Haris El-Muhâsibî’nin Ailesi ve Hayatı	4
2.2. Haris El-Muhâsibî’nin İlmî Kişiliği	6
2.3. Haris El-Muhâsibî’nin Yaşadığı Dönemde Sosyo-Kültürel ve Dini Hayat 10	
2.4. Eserleri	11
ÜÇÜNCÜ BÖLÜM	18
TEORİK ÇERÇEVE	18
3.1. İslam Düşüncesinde İnsan Kavramı	18
3.2. Psikoloji Bilimi ve İnsana Bakışı.....	23

3.3. Modern Psikolojide İnsana İlişkin Temel Kavramlar	28
3.3.1. Karakter	28
3.3.2. Mizaç	29
3.3.3. Kişilik	30
3.3.3.1. Kişiliği Etkileyen Faktörler	31
a) Kalıtım ve Aile	32
b) Çevre ve Kültür	33
3.3.3.2. Kişilik Kuramları	34
a) Sigmund Freud: Psikanalitik Yaklaşım	35
b) Carl Gustav Jung: Analitik Psikoloji Kuramı	38
c) Alfred Adler: Bireysel Psikoloji Kuramı	41
d) Erich Fromm: Özgürlükten Kaçış Kuramı	42
e) Gordon Allport: Ayırıcı Özellik Yaklaşımı	44
f) Carl Rogers, Karen Horney, Abraham Maslow: İnsancıl Kuramlar	45
g) Erik Erikson	48
3.3.4. Günü/İhtiyaç	49
3.3.5. Öğrenme	51
3.3.6. Gelişim	53
3.4. Haris El-Muhâsibî'nin Psikoloji Anlayışında İnsana Genel Bakış	56
3.5. Haris El-Muhâsibî 'de İnsana İlişkin Temel Kavramlar	59
3.5.1. Nefs	59
3.5.2. Ruh	69
3.5.3. Kalb	72
3.5.4. Duyular	85
3.6. Haris El-Muhâsibî'nin Psikoloji Anlayışı ile Modern Psikolojinin İlişkisi ve Karşılaştırılması	88

DÖRDÜNCÜ BÖLÜM	91
HARİS EL-MUHASİBİ'DE İNSAN PSİKOLOJİSİ (Biyolojik, Psikolojik, Sosyal, Manevi Boyutları)	91
4.1. Haris El- Muhâsibî'de İnsanın Biyolojik Boyutu	91
4.1.1. Yeme-İçme	91
4.1.2. Uyku	92
4.1.3. Şehvet	93
4.2. Haris El-Muhâsibî 'de İnsanın Psikolojik Boyutu	94
4.2.1. Duygu	94
4.2.1.1. Korku (Havf)	94
4.2.1.2. Hüzün.....	98
4.2.1.3. Sevinç/Mutluluk	99
4.2.1.4. Ümit (Reca)	100
4.2.1.5. Tevazu.....	101
4.2.1.6. Hayâ/Utanma	103
4.2.1.7. Gurur (Mubâhât)	105
4.2.2. Akıl.....	106
4.2.3. Davranış	113
4.2.3.1. Haris El-Muhâsibî'de İnsanın Olumlu Davranış Özellikleri	113
a) Sabırlı ve Kararlı Olmak	113
b) Tevekkül ve Rıza Sahibi Olmak	115
c) Sadakat Sahibi Olmak	118
d) Sıdk (Doğruluk) Sahibi Olmak	120
e) İhlas Sahibi Olmak.....	122
f) Takva Sahibi Olmak.....	124
g) Şükür Sahibi Olmak	126

h)	Adaletli Olmak	128
i)	Dengeli, Sorumlu, Bilinçli (Savab) ve Teyakkuzda Olmak.....	129
j)	Kanaat Etmek ve Tutumlu Olmak.....	130
k)	İyilikleri Gizlice Yapmak.....	132
l)	Dini Titizlik (Vera') Sahibi Olmak	132
m)	Hikmet Sahibi Olmak	133
4.2.3.2.	Haris El-Muhâsibî'de İnsanın Olumsuz Davranış Özellikleri	135
a)	Adaletten Uzak Olmak.....	135
b)	Cimrilik Yapmak.....	135
c)	Gevşeklik (Fetret) Göstermek ve Gaflete Düşmek	136
d)	Kişinin Kendini ve Amelini Beğenmesi/Böbürlenmek (Ucb)	138
e)	Dünya Hayatına Karşı Düşkünlük	142
f)	Mal Sevgisi ve Mal Biriktirme Arzusu	143
g)	Makam-Mevki, Şöhret Düşkünlüğü.....	144
4.3.	Haris El-Muhâsibî'de İnsanın Sosyal Boyutu.....	145
4.3.1.	Zühd Sahibi Olmak	145
4.3.2.	Kendinden Önce Başkasını Düşünmek/Ahireti Tercih Etmek (İ'sar) 148	
4.3.3.	Başkalarını Küçük Görme, Kendini Büyük Görme (Kibir).....	149
4.3.4.	Gösteriş Yapmak (Riyâ).....	153
4.3.5.	Uzlet (Yalnızlık)	157
4.3.6.	Övülmeyi Sevmek, Galibiyet Tutkusu ve Baş Olma Sevdası.....	158
4.3.7.	Çekememezlik (Tehâsüd).....	159
4.3.8.	Fitne	160
4.3.9.	Hased Etmek	160
4.3.10.	Arkadaş/Dost Seçimi.....	164
4.4.	Haris El-Muhâsibî'de İnsanın Manevi Boyutu.....	165

4.4.1.	İnanç Yönüyle İnsanın Manevi Boyutu	165
4.4.2.	İbadet Yönüyle İnsanın Manevi Boyutu	166
4.4.2.1.	Allah'ı Anmak/Zikir Çekmek.....	166
4.4.2.2.	Namaz Kılmak	167
4.4.2.3.	Kur'an Okumak	171
4.4.2.4.	Oruç Tutmak	172
4.4.2.5.	Dua Etmek	174
4.4.2.6.	Tevbe Etmek	175
4.4.2.7.	Tefekkür Etmek	179
	TARTIŞMA, SONUÇ VE ÖNERİLER	181
	KAYNAKÇA	188

ŞEKİLLER LİSTESİ

Şekil 1: Buzdağı Benzetmesi	37
Şekil 2: Jung'un Sekiz Psikolojik Tipi	40
Şekil 3: Maslow'un Gelişme Gereksinimleri (İhtiyaçlar Hiyerarşisi)	51



KISALTMALAR VE SİMGELER

a.g.e.	: Adı geçen eser
A.Ü.İ.F.	: Ankara Üniversitesi İlahiyat Fakültesi
b.	: İbn, bin
C.	: Cilt
çev.	: Çeviren
DİA	: Türkiye Diyanet Vakfı İslam Ansiklopedisi
ed.	: Editör
haz.	: Hazırlayan
mad.	: Maddesi
MEB	: Millî Eğitim Bakanlığı
ö.	: Ölüm
S.	: Sayı
s.	: Sayfa
TDV	: Türkiye Diyanet Vakfı
thk.	: Tahkik eden
trc.	: Tercüme eden
trs.	: Tarihsiz
Yay.	: Yayınevi

BİRİNCİ BÖLÜM

GİRİŞ

Bu bölümde; problem durumu, araştırmanın amacı, araştırmanın önemi ve araştırmanın yöntemi bölümlerine yer verilmiştir.

1.1. Problem

Bu çalışmanın konusu ve kapsamı yeryüzünde değerli bir varlık olan insan psikolojisini Haris El- Muhâsibî açısından ele almaktır. İnsanoğlu yaratıldığından beri çevresindeki olayları anlamlandırmaya ve tanımaya çalışmıştır. Hayatı anlamlandırmaya çalışan insan hayatındaki temel sorulara cevap bulabilmek için önce kendisini ve ruh dünyasını merak etmiştir. İnsan Psikolojisini anlamak onu birtakım davranış özellikleri ile değerlendirerek mümkün olmaktadır. Araştırmada modern psikolojinin insana bakışı ele alındıktan sonra İslam düşünce tarihinde insan psikolojisi açısından önemli tespitlerde bulunan Haris El- Muhâsibî incelenmektedir.

Sonuç itibariyle bu araştırmanın temel problemini “Haris El-Muhâsibî’nin düşüncesinde, insanın psikolojik inşasında nasıl bir usul izlenmiş ve nasıl bir psikolojik model sunulmuştur?” sorusu oluşturmaktadır. Bu araştırmada Haris El-Muhâsibî açısından insan psikolojisi biyolojik, psikolojik, sosyolojik ve manevi yönleri ile ele alınmaktadır.

1.2. Amaç

Haris El- Muhâsibî’nin düşüncesinde insanın psikolojik boyutunu nasıl tarif ettiği, hangi söylemler ile yaklaştığı, insanın psikolojik inşasında nasıl bir usul izlediği, hangi kavramlar üzerinde durduğu, nasıl bir psikolojik model sunduğu konularına cevap bulmak bu araştırmanın temel amaçlarındandır.

Buradan hareketle Haris El- Muhâsibî’nin İnsan Psikolojisini nasıl ele aldığı konusunu temellendirmek amacıyla aşağıdaki alt problemlere cevaplar aranmıştır:

1. Haris El-Muhâsibî’nin ilmi kişiliği ve yaşadığı dönemin sosyo-kültürel özellikleri nelerdir?

2. Haris El-Muhâsibî'nin psikolojik yaklaşımının modern psikolojiyle ilişkisi ve karşılaştırılması nedir?
3. Haris El-Muhâsibî'de insanın biyolojik, psikolojik, sosyal ve manevi boyutları nasıl ele alınmaktadır?

1.3. Araştırmanın Önemi

İnsan ilk var olduğu andan itibaren kendisini ve çevresini anlamlandırma çabasına girmiştir. Psikoloji ve Din Psikolojisi bilimleri de insanı anlama çabası üzerinden ortaya çıkmış ve gelişmiştir. Modern Psikoloji ve Tasavvufi Psikoloji insanın ruhi dünyasını ve davranışlarını sistemli bir şekilde açıklayan bilimlerdir. Modern Psikoloji kimi zaman Müslüman bir bireyin iç dünyasında yaşamış olduğu halleri açıklamada yetersiz kalmaktadır. Bu noktada İslam düşünürlerinin insanı anlamayı konu edinen görüşlerini günümüze aktarmak, bu görüşleri değerlendirip yeniden yorumlamak, eksik kalan yönleri de tamamlayarak insan psikolojisini anlamlandırmaya katkı sağlayacaktır.

Bu çalışmaya özgün değer katan en önemli husus, bu çalışmanın, Haris El-Muhâsibî açısından insan psikolojisinin kapsamlı bir şekilde daha önce incelenmemiş olmasıdır. Haris El-Muhâsibî ile ilgili yapılan çalışmaların genelde birkaç noktada yoğunlaştığı dikkat çekmektedir. Birincisi bu çalışmalar sınırlı sayıda bir kavram üzerinden hareketle çalışma yapmakta ve bu çalışmalar çoğunlukla insan yapısını ve psikolojisini kısıtlı şekilde ele almaktadır. İkincisi, yapılan çalışmaların bir kısmında eser tercümesi ve tahkiki yapıldığı görülmektedir. Bu yönüyle bakıldığında, insan psikolojisini tüm aşamalarını içerecek tarzda başından sonuna kadar incelenmesine ilişkin önemli bir boşluğun olduğu anlaşılmaktadır. Bununla birlikte, insan psikolojisini biyolojik, psikolojik, sosyal ve manevi boyutları ile ele alan bir çalışmaya ciddi anlamda ihtiyaç bulunmaktadır.

Haris El-Muhâsibî'de insanı ve insanın psikolojisini ayrıntılı olarak biyolojik, psikolojik, sosyolojik ve manevi boyutları ile incelemeyi amaçlayan bu araştırma bir literatür taraması olması, çalışma konusunun insan psikolojisi olması ve Haris El-Muhâsibî'de bu konunun daha önce çalışılmamış olması açısından "ilk" ve "özgün" bir değere sahiptir. Bu araştırmanın önemi İslam düşünürü Haris El-Muhâsibî'nin insan psikolojisine dair görüşlerini biyolojik, psikolojik, sosyal ve manevi boyutları

ile tahlil etmeye çalışmaktır. Haris El-Muhâsibî'nin insana ve insan psikolojisine yaklaşımını belirlemek, konuyu din psikolojisi açısından ele almak bu alana önemli katkı sağlayacaktır. Yine yüzyıllar öncesinde yaşamış düşünürleri anlamak ve gelecek nesillere aktarmak için bir örnek teşkil etmesi açısından da bu araştırma önemlidir.

1.4. Araştırmanın Yöntemi

Bu tez çalışması teorik bir çalışma olması açısından hermeneutik bir yaklaşım ile “doküman analizi” yöntemi üzerine bina edilmiştir. Bu açıdan çalışmada Muhâsibî'nin düşüncesinden hareketle insan psikolojisine dair konular yorumlanacaktır.

Çalışmada öncelikli olarak bir şahıs üzerinde araştırma yaptığımız için Haris El Muhâsibî'nin kendi eserlerinden yararlanılmıştır.

İkinci olarak, Haris El-Muhâsibî ile ilgili yapılan diğer bilimsel araştırmalar incelenmiştir. Türkiye’de Haris El Muhasibi hakkında yapılan çalışmalara baktığımızda, genel olarak iki yaklaşım üzerinde yoğunlaştıklarını söylemek mümkündür. Bunlardan ilki, Haris El Muhasibi'nin eserlerini tahkik eden çalışmalardır (örneğin İşler, 1989; Kareem, 2017). Diğeri ise, Haris El Muhasibi'nin eserlerinde sadece birkaç temel kavram üzerinde durulan çalışmalardır (örneğin Bolat, 1998; Erginli, 2001; Kızılgeçit, 2006; Memişbey, 2014). Bu çalışmalar temelde Haris El Muhasibi’de kavramsal konulara değinerek belli başlı konuları farklı alanlarda ele almaktadır. Ancak insan psikolojisi ve din psikolojisi alanında geniş kapsamlı ve bütüncül bir çalışma Haris El-Muhasibi hakkında şimdiye kadar yapılmamıştır.

Üçüncü olarak bu çalışmada modern psikoloji ve din psikolojisi alanında yapılan çalışmalar ve insanı, bütünsel bir bakış açısıyla ele alan biyolojik, psikolojik, sosyal ve manevi boyutlarıyla değerlendiren kaynaklardan yararlanılmıştır. Modern Psikolojide yer alan kavramları aktarırken Feriha Baymur’un Genel Psikoloji, Duane P. Schultz ve Sydney E. Schultz’un Modern Psikoloji Tarihi isimli eserlerinden istifade edilmiştir.

İKİNCİ BÖLÜM

HARİS EL MUHASİBİ’NİN HAYATI VE ESERLERİ

2.1. Haris El-Muhâsibî’nin Ailesi ve Hayatı

Tam adı Ebû Abdillâh Hâris b. Esed¹ el-Muhâsibî el-Basri² el-Anezi’dir.³ İlk sûfîlerden, hadis, kelim ve tefsir âlimidir. Doğum tarihi tam olarak bilinmemekle birlikte kaynaklarda Hicri 165 (Miladi 781) yılında⁴ Basra’da doğduğuna⁵ dair bilgiler yer almaktadır. Hicri 243 (Miladi 851) yılında Bağdat’ta vefat etmiştir.⁶ Rebîa kabilesinin Aneze koluna mensuptur.⁷ Nefis muhasebesi konusundaki titizliğinden dolayı “Muhâsibî” diye anılmıştır.⁸

Hayatı hakkında ayrıntılı bilgi olmamakla birlikte Muhâsibî hakkında tabakat kitaplarında “zahir-batın ilimlerini cem eden, fakih, muhaddis, mütekellim, mutasavvıf” olarak bahsedilmektedir.⁹ Serrac’ın (ö. 378/988) Luma adlı eseri, Kelabazi’nin (ö. 380/990) Taarruf adlı eseri ve Ebu Talib Mekki’nin (ö. 386/996) Kutü’l-Kulub adlı eseri Muhâsibî hakkında bilgiler içeren en eski kaynaklardır. Günümüze ulaşan en eski sufi tabakat eseri olan Sülemi’nin (ö. 412/1021) Tabakatu’s-Sufiyye adlı eserinde de Muhâsibî’nin sözlerine değinilmiştir.

Muhâsibî hakkında en kapsamlı bilgi Ebu Nuaym İsfahani’nin (ö. 430/1038) Hilye adlı eserinde bulunmaktadır. Hilye’den sonra ise Hatîb el-Bağdadi’nin (ö.463/1070)

¹ Ebü’l-Mevahib Abdülvehhab b. Ahmed b. Ali Şa’rani Mısri Şa’rani, *et-Tabakatül’l Kübra* (Mısır, 1954), 75.

² Ebû Abdurrahman Muhammed b. Hüseyin es-Sülemi, *Tabakatu’s-Sufiyye* (Kahire, 1986), 56.

³ Margaret Smith, *An Early Mystic Of Baghdad* (London: The Sheldon Press, 1935), 5.

⁴ Hüseyin Aydın, *Muhasibi’nin Tasavvuf Felsefesi: İnsan-Psikoloji-Bilgi-Ahlak Görüşü* (Ankara: Pars Matbaası, 1976), 21; Abdülhalim Mahmud, *Üstadü’s-sairin el-Haris b. Esed el-Muhasibi* (Kahire: Dârü’l-Kütübi’l-Hadise, 1973), 31; Kermit Schoonover, “Muhâsibî ve er-Riâye Adlı Eseri”, çev. Ali Bolat, *Tasavvuf: İlmî ve Akademik Araştırma Dergisi*, C.5, S.12: 293-301; Smith, *An Early Mystic Of Baghdad*, 5.

⁵ es-Sülemi, *Tabakatu’s-Sufiyye*, 56; Ebu’l-Kasım Abdülkerim Kuşeyri, *er-Risaletü’l Kuşeyriyye*, ed. Abdülhalim Mahmud (Kahire: Dârü’l-Kütübi’l-Hadise, 1974), 89.

⁶ Ebu’l-A’la Afifi, *Muhyiddin İbn’ül Arabî’nin Tasavvuf Felsefesi*, çev. Mehmet Dağ (Ankara: AÜİFY, 1975), 21.

⁷ J. Van Ess, “Muhasibi”, içinde *TDV İslam Ansiklopedisi* (Ankara: TDV Yayınları, 2020), 13-16.

⁸ Sirâcüddîn Ömer b. Alî b. Ahmed el-Ensârî el-Mısri Ebu Hafs, *Tabakatü’l-Evliya* (Beyrut, 1986), 175.

⁹ es-Sülemi, *Tabakatu’s-Sufiyye*, 56; Kuşeyri, *er-Risaletü’l Kuşeyriyye*, 89.

Târîhu Bağdâd adlı eseri en önemli kaynaktır. Sem'ani'nin (ö. 561/1165) Ensab adlı eseri de Târîhu Bağdâd eserinin içerik bakımından benzeridir.

Muhâsibî'nin hayatına yer veren diğer eserler ise Kuşeyri'nin (ö. 465/1072) Risale'si ve Hucviri'nin (ö. 470/1077) Keşf-ül-Mahcûb adlı eseridir. Bu iki eserde daha çok Muhâsibî'nin tasavvufi yönüne değinilmiştir.

Ailesi hakkında ayrıntılı bilgi olmamakla birlikte yüzeysel olarak bazı bilgilere ulaşılabilmektedir. Basra'da doğmuş olan Muhâsibî, ilk eğitimini Basra'da tamamlamıştır. Yaşadığı dönemde Basra, Mutezile'nin merkezi halindedir. Muhâsibî'nin Mutezile'nin merkezi olan Basra'da büyümesi ve babasının da bu mezhebi benimsemiş olması onun Mutezile mezhebini yakından tanınmasını sağlamıştır. Genç yaşına geldiğinde ise ailesi ile birlikte Bağdat'a göç etmiştir.

Muhâsibî'nin babası ile görüş ayrılıklarından dolayı arası pek iyi değildir. Bir gün Bağdat'ın Ba'bu't-Tak mevkiinde sokak ortasında herkesin gözünün önünde babası ile tartışır ve annesini boşamasını ister. Bu isteğinin sebebi de “o başka mezhepte sen başka mezheptensin” görüşünde olmasıdır.¹⁰ Esasında Muhâsibî'nin babasına karşı bu öfkesinin temel sebebi Mutezile mezhebini batıl bir mezhep kabul ederek bu mezhebin görüşlerini reddetmesinden kaynaklanmaktadır.

Zengin bir aileye sahip olan Muhâsibî, çocukluğunda ve gençliğinde mütevazi bir hayat yaşamayı tercih etmiştir. İlerleyen zamanlarda mali açıdan iyi imkanlara sahip olma fırsatı olmasına rağmen babasının Mutezile mezhebine bağlı olmasından dolayı kendisine düşen mirası reddetmiştir. O, bu mirasa dokunmayarak onu beytu'l-mal'e göndermiştir.¹¹

Cüneyd-i Bağdadi'den gelen bir başka rivayet de Haris El- Muhâsibî'nin darlık içerisinde yaşadığını göstermektedir. Sübki'nin rivayetiyle Cüneyd-i Bağdadi şöyle demektedir:

Haris çok darlık içerisindeydi. Bir gün ben kapının önünde otururken önümden geçti. Yüzünden çok aç olduğunu anladım. Ona, ey amca! Evimize girersen bir şeyler bulursun dedim. Vakit geçirmeden bizim evden daha büyük

¹⁰ Hatîb el-Bağdâdî, *Târîhu Bağdad ev Medîneti's-selam*, C. VIII (Kahire: Mektebetü'l-Hancı, 1939), 214.

¹¹ A.g.e., VIII:214.

olan ve içerisinde lezzetli yemeklerin eksik olmadığı amcamın evine gittim. Çeşitli yemekler getirip önüne koydum. Eliyle bir lokma aldı ve ağzına götürdü. Lokmayı ağzında dolaştırıyor ama bir türlü yutmuyordu. Aniden kalktı ve benimle konuşmadan çekip gitti. Ertesi gün karşılaştığımızda amca, dün beni sevindirdin ama sevincim uzun sürmedi dedim. Bana, “oğlum açlığım şiddetliydi ve senin sunmuş olduğun nimeti yemeye çalıştım. Fakat, yemek şüpheli olduğunda benimle Allah arasında bir alamet hasıl olur. Dün de burnuma bir koku geldi ve bir türlü gönlüm lokmayı kabul etmedi. O lokmayı da evinizin önüne attım.”¹²

Kuşeyri bu olayın devamında bir sonraki gün Cüneyd-i Bağdadi'nin şöyle dediğini nakleder: “Amca bugün eve girer misin dedim. Teklifimi kabul etti. Ona evde bulunan kuru ekmek parçalarından takdim ettim. Yedi ve dedi ki, eğer bir fakire bir şeyler ikram edersen böyle şeyler ikram et.”¹³

Muhâsibî fazla malın, zenginliğin kalpleri değiştirdiği düşüncesindedir, sahabelerin de kalplerini fesada uğratar düşüncesiyle miraslarını terk ettiklerini zikrederek kendi nefsinin “sen kalbinin sahabenin kalbinden daha temiz olduğunu mu sanıyorsun?” diyerek hesaba çeker.¹⁴ Muhâsibî'nin babasından kalan mirası terk etmesi ve kendi nefsinin bu şekilde muhasebeye çekmesi de onun takva sahibi bir kişi olduğunun göstergesidir.

2.2. Haris El-Muhâsibî'nin İlmi Kişiliği

Haris El-Muhâsibî başta tasavvuf olmak üzere, tefsir, hadis, kelâm ve fıkıh usulünde eserler vermiştir.

Çocukluğunun geçtiği Basra şehri, zühd merkezlerinden biri olmasından dolayı Muhâsibî'nin etrafında sürekli zahidler topluluğu olmuştur. Yetiştirdiği dönemde bir grup zahid ile tanıştıktan sonra tasavvufi yöne eğilimi başlamıştır. Muhâsibî, tabiin devrinin büyük alimi ve manevi şahsiyeti olan Hasan Basri'nin yolundan giderek

¹² Taceddin Takiyyüddin Sübki, *Tabakatü 'ş-Şafiiyye el-Kübra*, C. II (Kahire: Matbaatu İsa el-Babi el-Halebi, 1968), 38.

¹³ Kuşeyri, *er-Risaletü'l Kuşeyriyye*, 14.

¹⁴ Afifi, *Muhyiddin İbn'ül Arabi'nin Tasavvuf Felsefesi*, 22.

tasavvufun ilk temsilcilerinden olmuştur. Yaşadığı devirde şeyhlerin şeyhi¹⁵ unvanına erişmiştir. Cüneyd-i Bağdadi onun talebesidir. Nitekim Cüneyd-i Bağdadi şöyle anlatır:

Şeyhim ve dayım Seri-i Sakati bir gün bana,

- *Benim yanımdan ayrılınca kimlerin sohbetine katılıyorsun, diye sordu.*

Ben de,

- *Haris El- Muhâsibî'nin sohbetine katılıyorum, dedim.*

Bunun üzerine dayım bana,

- *Onun ilminden ve edebinden istifade et. Fakat onun kelimciler aleyhindeki sözlerine aldırma, dedi ve arkasından, 'Allah seni muhaddis sufi kılsın. Sufi muhaddis kılmasın' diye dua etti.*

Cüneyd-i Bağdadi'ye dayısı bu sözleri ile Muhâsibî gibi önce hadis ve eser öğrenmesini, sünnet ve fıkıh hakkında bilgi sahibi olmasını, sonra zühd ve ibadet yolunda yükselmesini ve böylece arif bir sufi olmasını istemiştir.¹⁶

İmam Muhâsibî tasavvufta hal, kanaat, zühd, üns, yakin, havf, muhabbet, haya, sıdk ve ihlas gibi kavramlar üzerinde durmuş ve bu kavramların Kur'an ve Sünnet'e dayandırılması gerektiğini savunmuştur. Yaşayışıyla birçok kişiyi etkilemiş ve tasavvufu sevdirmiştir.

Muhâsibî'den etkilenen pek çok sufi olmuştur. Bunlar arasında Sehl et-Tüsteri, Sülemi, Hâkim et-Tirmizi, Kuşeyri gibi önemli isimler de vardır. İmam Gazzali eserlerinde Muhâsibî'nin yolunu takip etmiş ve İhya adlı eserinde bazı yerleri Muhâsibî'nin er-Riaye adlı eserinden aynen iktibas etmiştir. Gazzali eserlerinde Muhâsibî'den övgüyle şöyle söz etmiştir: "*Cüneyd'in şeyhi, büyük zahid ve sufi Haris el- Muhâsibî.*"¹⁷

¹⁵ Feridüddin Attar, *Tezkiretü'l-Evliyâ*, çev. Süleyman Uludağ, C. 1 (İstanbul: Erdem Yayınları, 1991), 297.

¹⁶ Ebû Abdillâh Hâris b. Esed el-Muhâsibî, *Mahşer Günü (el-Ba's ve'n-Nüşur)*, çev. Siraceddin Önlüer (İstanbul: Semerkand Yayınları, 2016), 10.

¹⁷ Ebu Hamid Muhammed b. Muhammed Gazzali, *İhyau Ulumi'd-Din*, çev. Serdaroğlu Ahmed, C. 1 (İstanbul: Bedir Yayınları, 1975), 240.

Hucvîrî Keşf-ül-Mahcûb adlı eserinde Muhâsibî'den şöyle bahsetmektedir:

Din ilimlerinde gerçek bir alimdi. Zamanın bütün kelimcileri tarafından gerçek bir otorite olarak kabul edilmişti. İlimlerin her dalında en yüksek mertebeye tırmanmış asil ruhlu bir zattı. Bağdat'ta ona Şeyhlerin Şeyhi denirdi.

Muhâsibî genç yaştan itibaren dini ilimleri tahsil etmeye başlamıştır. Bağdat'a giderek Vekî' b. Cerrâh, Süleyman b. Davud, Şüreyh b. Yunus, Ebû Ubeyd Kasım b. Sellâm gibi âlimlerden dersler almıştır.

Gençlik döneminde Bağdat'ta bulunan önemli hadis meclislerine katılmıştır. O, Yezid b. Harun, Muhammed b. Kesir el-Kufî gibi isimlerden hadis nakletmiş; kendisinden de Ebû'l-Abbas b. Mesruk et-Tusi, Ahmed b. Hasan Abdu'l-Cabbar es-Sufî, Cüneyd, İsmail b. İshak es-Serrac, Ebu Ali b. Hüseyin b. Hayran el-Fakih gibi isimlerden de hadis almıştır.¹⁸

Haris El- Muhâsibî tefsir ve fıkıh ilimleriyle de meşgul olmuştur. İbn Abbas, İbn Mes'ud, Mücahid b. Cebr, Ata b. Ebu Rebah gibi müfessirlerin eserlerinden nakiller yapmıştır. "Fehmu'l Kur'an" adlı eseri tefsir usulüne dair bir eserdir. Muhâsibî bu eserinde en fazla nesh konusu üzerinde durmuştur.

Muhâsibî, İmam Şafîî hazretlerinin fıkhıta talebesi olmuştur. İlk tabaka Şafîî fukahâsından sayılmıştır. Fıkıh ilmine dair Muhammed b. Nasr gibi bazı kişilere ders vermiştir. Eserlerinde Hanefî ve Şafîî mezheplerinde de kullanılan rey, hüccet, kıyas, istinbat, hüküm gibi fıkıh usulü terimlerini kullanmıştır. "Mekasib" adlı eseri fıkıh usulüne dair eserlerindedir.

Muhâsibî'nin bir diğer ilgilendiği ilim dalı kelim ilmi olmuştur. Mu'tezile'ye karşı yazdığı reddiyelerde kelâmî söylemleri nedeniyle aynı dönemde yaşayan Ahmed b. Hanbel ve taraftarlarının baskısına maruz kalmıştır. Hatta bu baskıların zamanla artması neticesinde Bağdat'a göç etmiştir. Ahmed b. Hanbel'in Muhâsibî'ye karşı bu şekilde davranmasının temelinde kelim ilminin bazı çevreler tarafından kabul

¹⁸ Sübki, *Tabakatü's-Şafîyye el-Kübra*, II:37; es-Sülemi, *Tabakatu's-Sufiyye*, 56-58; Hafîb el-Bağdâdî, *Târîhu Bağdad ev Medîneti's-selam*, VIII:211.

edilirken, bazı çevreler tarafından meşru sayılmaması yatmaktadır. ‘Ehl-i hadis’¹⁹ düşüncesine sahip Ahmed b. Hanbel gibi isimler kelam ilmi ile ilgilenen İbn Küllab ve onun görüşlerine itibar eden Haris El- Muhâsibî gibi alimleri Mutezile mezhebindeki bid’atlerin yayılmasına vesile olduklarını savunarak eleştirmiş ve kendi taraftarlarını bu isimlere karşı uyarmıştır.²⁰ Özellikle Fehmu’l-Kur’ân’da yer alan görüşleri Hanbeliler’in tepkisini çekmiştir. Muhâsibî’nin Mu‘tezile’ye reddiye yazarken onların görüşlerini anlatarak yayılmalarına yol açtığı düşüncesiyle İbn Hanbel, onun günahkâr olduğunu ve günahını itiraf etmedikçe tövbesinin kabul edilmeyeceğini söylemiştir. Fakat bazı bilgilere göre ilerleyen süreçte Ahmed b. Hanbel, Muhâsibî’yi ziyarete gidip onun düşüncelerinin sünnete ters düşmediğini görünce onunla ilgili olumlu düşüncelere sahip olmuştur. Nitekim bir gün Ahmed b. Hanbel’e Muhâsibî’den bahsederler ve “Muhâsibî’nin bütün konuşmaları tasavvufidir, hep tasavvufla alakalı konuşuyor, tasavvuf konularından bahsediyor, bütün konuşmalarını da ayet ve hadislerle dayandırıyor. Onu dinlemek istemez misin? İstersen gidip kendisini dinleyelim” dediler. Ahmed b. Hanbel de “Evet, dinlemek isterim” dedi ve gitti. Ona görünmeden bir akşam onun meclisinde bulundu. Ne onda ne de yanında bulunanlarda dinen aykırı hiçbir şeye rastlamadı. İbn Hanbel ondan çok etkilendi ve gördüklerini şöyle anlattı:

Akşam vakti ezan okundu. Hemen kalkıp cemaate imam oldu ve namaz kıldırdı. Namazı müteakip yemek geldi, beraberce yediler. Muhâsibî, sünnet üzere hem arkadaşları ile konuşuyor hem de yemek yiyordu. Yemeğin arkasından kalkıp ellerini yıkadılar ve oturup sohbete koyuldular. Önce arkadaşlarına, ‘soru sormak isteyen var mı?’ diye sordu. İhlas ve riya üzere çeşitli sorular soruldu. Hepsine ayet ve hadislerle göre cevaplar verdi. Bu sırada gece bir hayli ilerlemişti, nerede ise gece yarısı olmuştu. Haris, birine Kur’an okuması için işaret etti. Okunan Kur’an ayetleri huşu ve gözyaşı ile dinlendi. Kur’an tilaveti bitince o, hafif sesle dua yaptı ve yatsı namazı için ayağa kalktı. Onların bu halini görmekten pek memnun oldum. Çünkü ben, tasavvuf erbabını daha farklı

¹⁹ Ehl-i Hadis: Mücerret re’ye karşı çıkan, görüşlerinin çoğunu hadislerle dayandıran, re’ycilere karşı cephe oluşturan, sadece Kur’an ve hadislerle dayalı bir hukuk sistemi ortaya çıkarmak isteyen kişilerdir. Ahmet Demirci, *İbn Hazm ve Zâhirîlik* (Kayseri, 1996), 31.

²⁰ Ebu Hamid Muhammed b. Muhammed Gazzali, *Kavaidu’l-akâid*, thk. Mûsâ Muhammed Alî (Beyrut: Âlemu’l-Kutub, 1985), 87.

duymuştum. Onlar hakkındaki kanaatim pek iyi değildi. Allah beni bağışlasın, şimdi kanaatimi tashih ettim.

Muhâsibî akılcılığı ön planda tutan Mutezile mezhebine karşı nas ve akıl metodunu kullanarak Ehl-i Sünnet savunuculuğunun temelini atmıştır. Eş'arî, İbn Haldun'a göre, İbn Küllâb, Kalânîsî ve Muhâsibî'nin görüşlerini benimsemiştir.²¹ İbn Küllâb, Kalânîsî ve Muhâsibî'nin yapmış olduğu çalışmalar Eş'arî ve Mâtürîdî kelâm ekollerine zemin hazırlamıştır. Bundan dolayı bu isimler Sünni kelâmın öncüleri kabul edilmişlerdir.²²

Muhâsibî, kendisinden iki asır sonra yaşamış olan ve kendisi gibi Ehl-i Sünnet kelâmının önemli şahsiyetlerinden biri olan İmam Gazzalî'yi etkilemiştir.²³ Yine kendisinden yaklaşık dört asır sonra yaşayan İbn Teymiye'nin eserlerinde de Muhâsibî'nin eserlerine atıflarda bulunduğu görülmektedir.

2.3. Haris El-Muhâsibî'nin Yaşadığı Dönemde Sosyo-Kültürel ve Dini Hayat

Muhâsibî'nin yaşadığı hicri üçüncü asır, İslam düşüncesinin birçok ilim dalı açısından zengin olduğu bir dönemdir. Muhâsibî birçok önemli bilgin aynı asırda yaşamıştır. Kelâm ilmi ile ilgili olarak Mu'tezile'nin önde gelen bilginlerinden Ebu'l-Huzeyl el-Allâf (ö.234/849), en-Nazzâm (ö.231/845) ve Câhız (ö.255/868) Muhâsibî ile çağdaştır. Ayrıca selef ve Sünni ekolün öncüleri İmam Şâfî (ö.204/825), Abdullah b. Küllâb (ö.241/855) ve Ahmed b. Hanbel (ö.270/855) gibi İslam bilginleri ile aynı dönemde yaşamıştır.

Muhâsibî, İbn Küllâb ve Ebü'l-Abbas el-Kalânîsî ile birlikte Ehl-i sünnet kelâmının kurucularından sayılmaktadır.²⁴ Yaşadığı devirde Ehl-i Sünnet akidesine ters düşen Mutezile, Râfîzî, Mürcî'î ve Hâricî ekolleri tenkit ederek bid'atlerini halka göstermek üzere çeşitli tartışmalara girişmiş ve Ehl-i Sünnet akaidini savunmak amacıyla birçok eser vermiştir.

²¹ Ebu Zeyd Veliyyüddin Abdurrahman b. Muhammed İbn Haldun, *Mukaddime*, çev. Süleyman Uludağ, C. II (İstanbul: Dergâh Yayınları, 1983), 1099; Hüseyin Aydın, *Ebu'l-Hasan el-Eş'arî'de Nazar ve İstidlal* (Malatya: Nehir Yayınevi, 2003), 94-99.

²² Çağfer Karadağ, *Ana Hatlarıyla Kelâm Tarihi* (İstanbul: Ensar Yayınları, 2013), 138-39.

²³ İbrahim Âgâh Çubukçu, *Gazzali ve Şüphencilik*, II. Baskı (Ankara: A.Ü.İ.F. Yayınları, 1989), 70, 99.

²⁴ Ebu Mansur Abdülkahir el-Bağdâdî, *Ehl- Sünnet Akaidi Kitabı Usûlü'd-dîn*, çev. Ömer Aydın (İstanbul: İşaret Yayınları, 2016), 208.

Yaşadığı dönemde Bağdat farklı görüşlerin öne attığı fikirler ile karışıktır. Bu dönemde Mu'tezile ile Muhaddisler arasında şiddetli görüş ayrılıkları vardır. Muhâsibî, Abbâsî hilafeti döneminde yaşamıştır. Mu'tezile düşünceleri zamanla Abbasi hilafeti üzerinde etkili olmaya başlamış ve devlet Mu'tezile görüşlerini benimsemiştir. Bu dönemde Abbasi devletinde Halife Me'mûn'un da kabul ettiği halku'l-Kur'ân²⁵ tartışmaları yer almaktadır. Halife Me'mun Kur'an'ın mahluk olduğu görüşünü alimlerin de kabul etmesini istemiştir. Ancak Ahmed b. Hanbel ve İbn. Nuh bu görüşü kabul etmemiştir.

Haris El-Muhâsibî, Mu'tezili düşünceye sahip Abbasîlerin ilim ve yönetim anlayışından hiçbir zaman memnun olmamıştır. O 'halku'l-Kur'ân' düşüncesine karşı çıkmış ve bununla ilgili reddiyeler yazmıştır.

Devrinde yaşanan şiddetli görüş ayrılıklarına karşı Muhâsibî, Selef ile Mutezile arasında uzlaştırıcı bir yol izlemiştir. O, Mu'tezile'nin savunduğu Kur'ân'la ilgili görüşleri kabul etmediği gibi Selef düşüncesinin katı ve sert tutumlarını da onaylamamıştır. Bu durum, hicrî üçüncü asırda Mu'tezile'ye karşı savunucu olarak yeni akımların ortaya çıkmasını sağlamıştır.²⁶ Böylelikle Ehl-i Sünnet düşüncesinin ilk temelleri atılmıştır.

2.4. Eserleri

Hadis, kelam ve tasavvufta önder, fıkhıta da önemli bir yeri olan Muhâsibî'nin eserleri daha çok tasavvuf konusundadır. Kelam, hadis ve fıkıhla ilgili birçok konuya da ele alarak eserler yazmıştır.

Kitaplarını çok veciz bir şekilde yazan ve birçok eser veren Muhâsibî'nin tespit edilebilen yirmi altı eserinden günümüze yirmi iki eseri ulaşmıştır.

²⁵ Halku'l-Kur'an tartışmasının kelâm ilminde önemli bir yeri olmuştur. Önce Cehmiyye, daha sonra Mu'tezile, Kelâmullah'ın Allah'ın sıfatı değil fiili olduğunu ve Kur'an'ın yaratılmış olduğunu savunmuştur. Recep Ardoğan, "Mutezile'nin Halkul'Kur'an Fikrinin Eş'ariyye-Maturidiyye Kelâmına Nüfuzu: Kelâm-ı Nefsi Kavramlaştırması", *Usul İslam Araştırmaları Dergisi*, C.15, S.15 (2011): 125-159.

²⁶ Tefvik Yücedoğru, "Ebu'l Abbâs el-Kalânîsî'nin Kelâmî Görüşleri", *Uludağ Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi*, C.20, S.2 (2011): 79.

1) *Âdâbü'n-nüfus (Risâle fi'l-ahlak)*: Bu eserde dil, nefis, kalp, adalet, fazilet, tövbe, gaflet, riya, irade, sıdk, tevekkül gibi kavramlar üzerinde durulmaktadır. İhlasın öneminden bahsedilmektedir. Haris, ayrıca 'ilim' kavramı üzerinde durarak ilmin yalnızca Allah'ın rızasını kazanmak niyetiyle O'nun farzlarını yerine getirmeye yaradığını anlatmaktadır.²⁷ Eserde üzerinde sıklıkla durulan bir diğer konu ise 'nefis muhasebesidir. Eser yaklaşık 113 sayfadır. Ayrıca Muhâsibî 'ye göre selamete ermek ancak araştırma yaparak, nefsi muhasebe yapıp kalbi meşgul ederek mümkündür.²⁸

Eserin dört adet nüshası bulunmaktadır. Bir nüshası Türkiye'deki Carullah Efendi kütüphanesinde, bir nüshası Kahire Üniversitesi kütüphanesinde, bir nüshası Ezheriyye kütüphanesinde, bir nüshası da Mısır Kütüphanesinde yer almaktadır.

2) *Kitabü't-Tevehhüm*: Bu eserde ölüm, kabir, kıyamet ve haşir, sırat, ahiret, cennet, cehennem gibi kavramlar üzerinde durulmaktadır. Bir insanın vefat ettiği andan itibaren nelerle karşılaşacağı ayrıntılı ve etkili bir üslupla anlatılmaktadır. Muhâsibî, "aklı olan ve düşünen kişi, varacağı yerin neresi ve akıbetinin ne olacağını, Allah katındaki halinin ne olacağını bilinceye dek kaygısı büyük, üzüntüsü uzun, sıkıntısı ise şiddetli olmalıdır" diyerek kişinin kendisini ölüme hazırlıklı hale getirmesini tavsiye etmektedir.²⁹

Eserde ölüm anı ve acısı, ölüm meleşinin görülmesi, kabirde sorgu meleklerine verilen cevaba göre kişiye cennet veya cehennem kapılarının açılması, yeniden diriliş ve mahşer, göklerin yarılması, mahşer gününün dehşeti ve herkesin kendi derdine düşmesi ile annenin evladından bile kaçışı, sırattan geçiş, cehennem azabının dehşeti ve cehennemliklerin halleri son olarak ise Allah'ın müminler için hazırladığı cennet ve nimetleri tasvir edilmektedir. Eser yaklaşık 50 sayfadır.

Eser, A. J. Arberry tarafından 1937'de Kahire'de, Andre Roman tarafından tahkik edilerek 1978'de Paris'te, M. Osman el-Huşt'un tahkikiyle 1984'te, Abdülkadir Ahmed Ata tarafından 1982'de neşredilmiştir. Abdulaziz Hatip tarafından Ahiret Perdesini Aralarken adıyla 1995'te Türkçe'ye tercüme edilmiştir.

²⁷ Ebû Abdillâh Hâris b. Esed el-Muhâsibî, *Hakk'ı Arayanlara Nasihatler*, çev. Muhammed Coşkun (İstanbul: İlk Harf Yayınevi, 2018), 77.

²⁸ A.g.e., 66.

²⁹ Ebû Abdillâh Hâris b. Esed el-Muhâsibî, *Farzet ki Öldün (Kitabu't Tevehhum)*, çev. Abdulaziz Hatip (İstanbul: Polen Yayınları, 2019), 27.

3) *er-Ri'âye li-hukukillâh*: Er-riaye bir tasavvuf kitabıdır. Muhâsibî'nin en kapsamlı ve en bilinen eseridir. Ri'aye'nin bir özelliği kendisinden sonra kaleme alınan tasavvuf ahlakına dair kitaplara kaynaklık etmesidir. Sekiz bölümden oluşan eserde riya, nefsin tanınması, kibir, aldanma, haset, ucub gibi kavramlar ele alınmaktadır.

Birinci bölümde riya konusu üzerinde ayrıntılı olarak durularak riyanın çeşitleri, riyadan kaçınmanın yolu, riyaya neden olan kötü huylar, riyanın en küçüğü ve en büyüğü, amelle yapılan riya, anne babayı razı etmek için yapılan riya gibi konular hakkında ayrıntılı bilgi verilmektedir.

İkinci bölümde arkadaşlık ilişkileri, ahiret arkadaşlığı ve kişiyi dini açıdan etkileyen arkadaşlara karşı alması gereken tedbirler yer almaktadır.

Üçüncü bölümde nefsi tanıma, nefsin kötü huylarını bilmek konuları üzerinde durulmaktadır.

Dördüncü bölümde ucub konusu üzerinde durularak din, amel, nefis, dünya, soy, sayı ve mal gibi sebeplerle ucub hakkında geniş izahlara yer verilmektedir.

Beşinci bölümde kibir ele alınmaktadır. Kibrin çeşitleri, ortaya çıkış sebepleri ve kibri bertaraf etmenin yolları gibi konulara ayrıntılı olarak yer verilmektedir.

Altıncı bölümde aldanma konusu üzerinde durularak ibadet ve amelle aldanma, nefisini iyi koruyan kimsenin aldanması gibi konulardaki izahlardan bahsedilmektedir.

Yedinci bölümde haset kavramı ele alınmaktadır. Hasedin niteliği, haram ve mubah olan haset çeşitleri, makam sevgisi, liderlik, kini düşmanlık, dünya sevgisi ve ucub gibi hasede sebep olan genel konular ve hasetten korunma yolları yer almaktadır.

Sekizinci ve son bölümde ise müridin terbiyesi ve nefisini koruması için dikkat etmesi gereken hususlara değinilmektedir.

Eser ilk olarak 1935 yılında Londra'da Margaret Smith tarafından neşredilmiş daha sonra tahkik edilerek Kahire'de 1958 yılında Abdulhalim Mahmud ve Taha Abdulkaki Surur tarafından yayınlanmıştır. Son olarak yine Abdulkadir Ahmed Ata tarafından 1970 yılında Kahire'de neşredilmiştir.

4) *el-Kasd ve'r-rücû' illallah*: Eserde Allah'a dönüş, sabır, rıza, fetret, tövbe, nefis muhasebesi, vera', zühd, takvâ, hikmet, muhabbet, hayâ, sadakat, şükür, marifetin kalbe dolması, kalp temizliği, zarafet, Allah korkusu gibi konular üzerinde

durulmaktadır.³⁰ Abdülkadir Ahmed Ata tarafından Vesâyâ adlı eserinin içinde 1986 yılında Beyrut'ta ve et-Tasavvufü'l-akli fi'l İslam adıyla Hüseyin Kuvvetli tarafından 1978 yılında Beyrut'ta neşredilmiştir.

5) *Fehmü'l-Kur'ân ve ma'nâhu*³¹: Muhâsibî'nin er-Ri'âye'den sonraki en hacimli eseridir. Eserde Kur'an'ın anlaşılması, Kur'an'ın faziletleri, Allah'ın sıfatları ve isimleri, ilahi irade, nasih ve mensuh, Kur'an'ın mahlûk olup olmadığı, Kur'an'ın üslupları, Mutezile gibi değişik fırkaların görüşleri ve onlara karşı savunma gibi konular üzerinde durulmuştur.³² Ünik nüshası Edirne Selimiye'de yer almaktadır. Eser Hüseyin Kuvvetli tarafından 1971 ve 1986 yıllarında Beyrut'ta neşredilmiştir.

6) *Ma'iyetü'l -akl ve ma'nâhu ve ihtilafu'n-nasi fihî*³³: Eserde aklın mahiyeti ve manasının hakikati, aklın Allah'ı bilme durumu gibi konular hakkında bilgiler yer almaktadır.³⁴

Eser, Abdülkadir Ahmed Ata tarafından 1969 yılında Kahire'de, Hüseyin Kuvvetli tarafından 1971 yılında Beyrut'ta ve Mustafa Abdülkadir Ata tarafından 1986 yılında Beyrut'ta neşredilmiştir.

Muhâsibî'ye göre akıl, kulun doğuştan sahip olduğu, sonra ma'kule (akledilen şeylere) delalet eden sebepleri öğrenerek kulda adım adım gelişen bir garizadır.³⁵

7) *Risâletü'l-Müsterşidîn*: Eserde sünnete uymanın gerekliliği, muhabbet, ihlas, reca, havf, niyet, takvâ, nefis muhasebesi, kalbi bozan şeyler, sıdk, sabır, kanaat, zühd, üns, rıza gibi konular üzerinde durulmaktadır.³⁶

Eser, Abdülfettah Ebu Gudde tarafından Halep'te 1960, 1964, 1971, 1974, 1982, 1988 yıllarında neşredilmiştir. Birçok defa basılan Risâletü'l-Müsterşidîn, Türkçe'ye de

³⁰ Ebû Abdillâh Hâris b. Esed el-Muhâsibî, *Tevbenin İlk Adımı (Bed-ü Men Enabe İllallah)*, çev. Muhammed Coşkun (İstanbul: İlk Harf Yayınevi, 2013), 6.

³¹ Smith, *An Early Mystic Of Baghdad*, 59.

³² Ebû Abdillâh Hâris b. Esed el-Muhâsibî, *Akl ve Kur'an'ı Anlamak (El-Agl ve Fehmü'l-Qur'an)*, çev. Veysel Akdoğan (İstanbul: İşaret Yayınları, 2018), 8-9.

³³ Smith, *An Early Mystic Of Baghdad*, 56.

³⁴ el-Muhâsibî, *Akl ve Kur'an'ı Anlamak (El-Agl ve Fehmü'l-Qur'an)*, 225.

³⁵ A.g.e., 227.

³⁶ Ebû Abdillâh Hâris b. Esed el-Muhâsibî, *Selefi Tasavvuf (Risâletü'l Müsterşidîn)*, çev. Faruk Beşer (İstanbul: Nun Yayıncılık, 2015), 134-35.

çevrilmiştir (trc. Ali Arslan, Hak Rehberi Risâletü'l-Müsterşidîn Tercümesi, İstanbul 1968; trc. Faruk Beşer, Selefî Tasavvuf, İstanbul 1990).

8) *Muhtasar min kitabi fehmi's-salah*³⁷: Fehmu's Salat adıyla da anılmaktadır. Eserde abdestin şartları, abdestin sahih olabilmesi için dikkat edilmesi gereken hususlar, namazın hakiki manasının anlaşılması, namazın şartları, erkanı, adabı ve huşu gibi konulardan bahsedilmektedir.³⁸

Eser, Muhammed Osman Huşt tarafından 1984'te Riyad'da, Abdülkadir Ahmed Ata tarafından 1986 yılında Beyrut'ta neşredilmiştir.

9) *Kitâbü'l-Mekâsib ve'l-vera' ve's-şübühât*³⁹: Eserde, tasavvuf ıstılahatında vera' olarak bilinen, helal-haram konusundaki titizlik üzerinde genişçe durulmakta, şüpheli şeyler ve selefın bunlarla ilgili görüşlerine yer verilmekte ve rızkın temiz ve helal yollardan kazanılması gerektiği hususunda önemli bilgiler bulunmaktadır.⁴⁰

Eser, Abdülkadir Ahmed Ata tarafından 1969 yılında Kahire'de neşredilmiştir.

10) *Bed-ü Men Enabe İlallaah*⁴¹: Eserde Allah'a dönüş, marifetullah, nefsin huyları, nefis terbiyesi, nefsin aldatmacası, tevbede sadakat, hüzn ve korku, havf ve reca, tevbe ve şükür ehlinin özellikleri gibi konular yer almaktadır.⁴²

Eser, Helmut Ritter tarafından 1935 yılında Glückstadt ve Abdülkadir Ahmed Ata tarafından 1986 yılında Vesâyâ adlı eserin içinde Beyrut'ta neşredilmiştir.

11) *Şerhu'l-Ma'rife ve Bezlu'n-Nasiha*⁴³: Eser iki kısımdan oluşmaktadır. İlk kısım Marifet Kitabı olup marifetin kısımları üzerinde durulmaktadır. İkinci kısım ise Nasihat Kitabı'dır. Bu kısımda imtihan, uzuvların haramdan muhafaza edilmesi, tevazu, kusurları bilme, tevbe, Hz. Peygamber'in sahabelerinin yolunu izlemek,

³⁷ Mahmud, *Üstadü's-sairin el-Haris b. Esed el-Muhasibi*, 84; Smith, *An Early Mystic Of Baghdad*, 56.

³⁸ Ebû Abdillâh Hâris b. Esed el-Muhâsibî, *Helal Rızık ve Namazın Anlaşılması*, çev. Muhammed Coşkun (İstanbul: İlk Harf Yayınevi, 2018), 99.

³⁹ Mahmud, *Üstadü's-sairin el-Haris b. Esed el-Muhasibi*, 81; Smith, *An Early Mystic Of Baghdad*, 50.

⁴⁰ el-Muhâsibî, *Helal Rızık ve Namazın Anlaşılması*, 11.

⁴¹ Mahmud, *Üstadü's-sairin el-Haris b. Esed el-Muhasibi*, 84; Smith, *An Early Mystic Of Baghdad*, 53-54.

⁴² el-Muhâsibî, *Tevbenin İlk Adımı (Bed-ü Men Enabe İlallah)*, 5.

⁴³ Mahmud, *Üstadü's-sairin el-Haris b. Esed el-Muhasibi*, 87; Smith, *An Early Mystic Of Baghdad*, 53.

Allah'a sığınma, ihlas ve teenni, tefekkür, şeytanın tuzakları, isar, zikir, şükür, namaz, nefis muhasebesi, kalbi afetlerden arındırmak, bidatlerden uzak durmak, dost seçimi gibi konulardan bahsedilmektedir.⁴⁴

12) *en-Nesâ'ihu'd-diniyye ve'n-nefehâtü'l-kudsiyye li-nef'i cemi'i'l-beriyye*: Eserde ümmetin ihtilâfları, zâhidler topluluğunun üstünlükleri, malın en büyük fesat sebebi olması, kanaat, tevazu, aklın şerefi gibi konular ele alınmaktadır. Eserin mukaddimesi tasavvufi çevrede yazılan ilk otobiyografi sayılır.

Abdülkadir Ahmed Ata tarafından 1965 yılında Kahire'de, 1986 yılında ise Beyrut'ta neşredilmiştir.

13) *Fasl min kitâbi'l-azame*: Eserde yerin, göğün ve içindekilerin yaratılışı, Allah'ın varlığı ve birliğinin delilleri, Allah'ın sıfatları ve gönderdiği kitaplar gibi konulara değinilmiştir. Yazma bir eser özelliği taşımakla birlikte yaklaşık beş varaktan oluşmaktadır.

14) *el-Vesâyâ*: Eserde tasavvuf ahlakına dair ilkelere değinilmiştir. Eser yaklaşık 157 sayfa olup, Helmut Ritter tarafından 1935'te Roma'da sonra Abdülkadir Ahmed Ata tarafından tahkik edilerek 1986 yılında Beyrut'ta neşredilmiştir.⁴⁵

15) *Kitâbü'l-Mesâ'il fi a'mâli'l-kulûb ve'l-cevârih*⁴⁶: Eserde nâfile ibadetler, evrâd, kalp ve organların amelleri gibi konulara yer verilmektedir. Eser, Abdülkadir Ahmed Ata tarafından 1969'da Kahire'de basılmıştır.⁴⁷

16) *Kitâbü'l-Halve ve't-tenakkul fi'l-ibâdât ve deracâti'l-âbidîn*: Eserde zühd, halvet, riyâzet, nefis muhasebesi, mücahede yolları gibi konular bulunmaktadır. Bilinen tek yazma nüshası Kastamonu İl Kütüphanesi'nde 2713/1 numaradadır. Ayrıca Süleymaniye Kütüphanesi'nde eserin mikrofilm de bulunmaktadır.

17) *Kitâbü'l-Gıybe*: Eserde Gıybetin mahiyetine dair Muhâsibî'nin görüşleri yer almaktadır. Tek yazma nüshası Princeton Üniversitesi Kütüphanesi'nde olup (nr.

⁴⁴ el-Muhâsibî, *Tevbenin İlk Adımı (Bed-ü Men Enabe İlallah)*, 7-8.

⁴⁵ Eser için bk. Süleymaniye ktp., Bağdatlı Vehbi Efendi, nr. 614; DTCF Ktph., nr. 3319.

⁴⁶ Mahmud, *Üstadü's-sairin el-Haris b. Esed el-Muhasibi*, 82; Smith, *An Early Mystic Of Baghdad*, 54.

⁴⁷ Eser için bk. Süleymaniye ktp., Carullah, nr. 1101.

2053/3) Süleymaniye Kütüphanesi'nde mikrofilm de bulunmaktadır (Mikrofilm Arşivi, nr. 2525).

18) *Kitâbü'n-Nasîha li't-tâlibîn ve'l-farkı beyne ehli't-tahkik ve'l-müdde'in*: Eserde zühd, hal, makam marifet, muhabbet gibi konular üzerinde durulmakta ve gerçek ilim ehlinin sıfatları sayılmaktadır. Tek nüshası olan bu eser basılmamıştır.

19) *Ahkâmü't-tevbe ve reddi mezâlimi'l-ibâd ve'l-halâs minhâ kable'l-me'âd*⁴⁸: Eserde Tevbe ile ilgili konulardan bahsedilmektedir. Abdülkadir Ahmed Atâ tarafından 1977 yılında Kahire'de neşredilmiştir.

20) *Kitâbü'l-Mesâ'il fi'z-zühd ve gayrihi*⁴⁹: Zühdle ilgili konuları ihtiva etmektedir. Eser, önce Abdülkadir Ahmed Atâ tarafından Kitâbü'l-Mekâsib, Mâhiyyetü'l-akl ve Kitâbü'l-Mesâ'il fi a'mâli'l-kulûb ile birlikte, 1969 yılında Kahire'de daha sonra ise Mustafa Abdülkadir Atâ tarafından Kitâbü'l-Mesâ'il fi a'mâli'l-kulûb ile birlikte, 1986 yılında Kahire'de neşredilmiştir.

21) *Kitâbü's-sabr ve'r-rızâ*⁵⁰: Muhâsibî'nin sabır ve rıza ile ilgili görüşlerine yer verilmektedir. Eserin tek nüshası bulunmaktadır ve 1934 yılında Otto Spies tarafından neşredilmiştir.

22) *el-Murâkabe ve'l-muhâsebe*: Eserin bulunduğu yerler: Chester Beatty Library, nr. 4893; Berlin Staatsbibliothek, Oct. nr. 1435; Sûhâc Ktp., Tasavvuf, nr. 136.

Muhâsibî'nin *Fehmü's-sünen*, *Kitâbü'd-Dimâ* ve *Ahlâku'l-hakîm* adlı eserleri ise günümüze ulaşmamıştır.⁵¹

⁴⁸ Smith, *An Early Mystic Of Baghdad*, 56.

⁴⁹ Mahmud, *Üstadü's-sairin el-Haris b. Esed el-Muhasibi*, 83.

⁵⁰ Mahmud, a.g.e., 87; Smith, *An Early Mystic Of Baghdad*, 58.

⁵¹ Zafer Erginli, "Muhâsibi", *DİA* (İstanbul: TDV, 2006), 13-16.

ÜÇÜNCÜ BÖLÜM

TEORİK ÇERÇEVE

3.1. İslam Düşüncesinde İnsan Kavramı

İnsan kelimesi Arapça'dan dilimize geçmiş bir kelime olup kelimenin kökeni ile ilgili iki farklı görüş bulunmaktadır. Bu görüşlerden ilkinde göre insan 'üns' kökünden türemiştir. Üns, ünsiyet veya yakınlık demektir. Bu yönüyle insan hem Allah'a yakınlaşma arzu ve kabiliyetine sahip olan hem de diğer insanlar ile yakınlık kurarak sosyal çevre oluşturup birlikte uyum içinde yaşama özelliklerini barındıran bir varlıktır. Diğer görüşe göre ise insan, 'nesy' kökünden türemiştir. Nesy, unutmak demektir.⁵² Terim anlamı olarak, eylemlerinde özgür olan ve en güzel bir şekilde yaratılan, ruh ve bedenden oluşan en değerli ve üstün varlıktır. Türk Dil Kurumu sözlüğüne göre ise insan: *"Toplum hâlinde bir kültür çevresinde yaşayan, düşünme ve konuşma yeteneği olan, evreni bütün olarak kavrayabilen, bulguları sonucunda değiştirebilen ve biçimlendirebilen canlı"* olarak tanımlanmaktadır.⁵³

Peker, Ragıp El İsfahani'nin insanın yapısını cibilliyet, tabiat ve hulk kelimeleriyle ifade ettiğini aktarmaktadır. Cibilliyet, değişmesine imkân olmayan, bütün insanların ortak olduğu ilk yaratılış ve mayadır. Tabiat kişinin kendine özgü yaratılış veya davranışlarından oluşan, nefsin kendine özgü değişmez fitri kimliği ve yapısıdır. Hulk ise insanı bir fiili yapmaya sürükleyen ruhsal bir eğilim ve hal olarak ifade edilir.⁵⁴ Tüm bu tanımların "kalıtım, davranış ve ruhsal boyut" olarak birleşimi ise kişiliği oluşturmaktadır. Cibilliyet diğer bir deyişle fitrat insanın davranışları üzerinde etkilidir. İnsan Allah'a inanmaya daha yatkındır.⁵⁵ Diğer bir deyişle tek Tanrı inancına sahip bir dini kabul etmeye daha meyillidir.⁵⁶ Kur'an-ı Kerim'de yer alan, *"Hani Rabbin (ezelde) Ademoğullarının sulplerinden zürriyetlerini almış, onları kendilerine karşı şahit tutarak, "Ben sizin Rabbiniz değil miyim?" demişti. Onlar da "Evet, şahit olduk (ki Rabbimizsin)" demişlerdi. Böyle yapmamız kıyamet günü, "Biz bundan*

⁵² İlhan Kutluer, "İnsan", mad. *DİA* (İstanbul: TDV Yayınları, 2000), 320-323.

⁵³ "İnsan", Türk Dil Kurumu, [24 Ekim 2021], <https://sozluk.gov.tr>.

⁵⁴ Hayati Aydın, *Kur'an'da İnsan Psikolojisi* (Ankara: Fecr Yayınları, 2018), 30-31.

⁵⁵ Hüseyin Peker, *Din Psikolojisi* (İstanbul: Sönmez Yayınları, 1993), 36.

⁵⁶ er-Rum, 30.

habersizdik" dememeniz içindir." (A'raf, 172) ayeti de Allah inancının fitrata yani insan genetiğine işlenmiş olduğuna işaret eder.⁵⁷ İnsanın fitratında bulunan inanma duygusunu şekillendiren ise aile ve kültürdür. Nitekim "*Her doğan fitrat üzere doğar. Sonra anne babası onu Yahudi yahut Hıristiyan veya Mecûsî yapar...*"⁵⁸ hadisi tapınma/inanma temayülünün insanda fitri olarak bulunduğunu ancak farklı dinlere dönüşmesinin ise insanın içinde bulunduğu kültür ve yaşadığı aile tarafından şekillenebileceğine dikkat çeker.⁵⁹

İnsan, biyolojik, psikolojik ve sosyal bir varlıktır. Biyolojik yönden insan, organizmadır. Hücre-doku-organ gibi çeşitli yapılarından oluşan insan karmaşık bir varlıktır. Bu yapılar arasında iletişim sinir sistemi aracılığı ile sağlanmaktadır. İnsandaki biyolojik özellikler yaş, genetik yapı, cins, ırk, temel ihtiyaçlar, büyüme, asit-baz ve elektrolit dengesi, dolaşım, sindirim, savunma sistemleri, hareket, üreme, solunum olarak sıralanabilir. İnsan yaşamının düzgün bir şekilde devam edebilmesi için temel ihtiyaçların doyurulması gerekmektedir. İnsandaki psikolojik özellikler, kişilik ve huy, davranışlar, iletişim, motivasyon, his-duygu durumları, tepkiler, zekâ, hafıza ve idrak-anlayış olarak zikredilebilir. İnsanın sosyal yönü ise, toplum ile ilişkilerini ifade eder. Her insanın çevresi ile etkileşime girmeye ve sosyalleşmeye ihtiyacı vardır. Çünkü insan sosyal bir varlıktır. Aile, insanın ilk sosyalleştiği ve temel toplum kurallarının öğrenildiği yerdir. Kişiliğin kazanılmasında ve benlik bilincinin oluşmasında sosyal çevre önemli bir etmendir. Kültür, aile, grup üyeliği, dil, eğitim, yaşam biçimi, kişilerarası ilişkiler, roller, rol tanımları, statü gibi özellikler insanın sosyal konumunu belirleyen faktörlerdir.⁶⁰

İnsanı anlama çabası 21. yüzyılda da birçok bilim dalının araştırdığı bir konu olma özelliğini korumaktadır. İnsanın karmaşık bir yapıya sahip olması ve farklı özelliklerinin bulunması dolayısıyla insan bilimleri adı altında pek çok bilim dalı ortaya çıkmıştır. Bu kapsamda biyoloji, fizyoloji insanın beden yapısı ile ilgili özelliklerini, psikoloji insanın ruhsal özelliklerini, sosyoloji ve antropoloji ise insanın sosyal ve tarihsel yönü ile ilgili özellikleri kapsamaktadır. Bu bilim dalları haricinde

⁵⁷ Aydın, *Kur'an'da İnsan Psikolojisi*, 33.

⁵⁸ Buhârî, Cenâiz 92; Müslim, Kader 22-24; Ebû Davud, Sünne 17; Tirmizî, Kader 5.

⁵⁹ Aydın, *Kur'an'da İnsan Psikolojisi*, 34.

⁶⁰ Asım Yapıcı, *Ruh Sağlığı ve Din: Psiko-Sosyal Uyum ve Dindarlık* (Adana: Karahan Yayınları, 2013), 117.

fen, edebiyat, din, felsefe gibi bilim dalları da insan kavramına yer vermektedirler.⁶¹ Başta filozoflar, antropologlar, sosyologlar, biyologlar ve psikologlar olmak üzere insanı anlamaya çalışan farklı disiplinler yaptıkları tanımlarda insanın tek bir yönüne vurgu yaparak ona kendi bakış açılarından yaklaşmışlardır. Dolayısıyla yapılan tanımların insanı tüm yönleriyle kapsadığını söylemek mümkün değildir. İnsanı net bir şekilde tanımak için insan kavramına, daha kapsayıcı ve bütüncül bir yaklaşımla bakmak gerekmektedir. Diğer bir deyişle insanın ne olduğu, nelere ihtiyaç duyduğu, kendini geliştirmek için neler yapması gerektiği gibi konuların tümüne farklı açılardan bakarak insanı anlamaya ve tanıma çabası içerisinde olunmalıdır. Bütüncül bir tanım yapılmadığı takdirde insanın yanlış veya eksik tanınması kaçınılmazdır. Örneğin, Freud'un cinselliği, Karl Marx'ın ekonomik yönü, E. Durkheim'in ise toplumsallığı ön planda tutarak yaptığı insan tanımları tek yönlü olup insanın sanatkarlık, bilim, dindarlık vb. yönlerini kapsamadığı için eksik tanımlamalar olduğu görülmektedir.⁶²

İnsan hakkında daha kuşatıcı bilgileri, Allah tarafından gönderilen kutsal kitaplarda bulmak mümkündür. Kur'an'da insandan bahseden pek çok ayette onun yaratılış sürecinden, psikolojik hallerinden, insan fitratına kodlanmış değişebilen ve değişmeyen yönlerinden, potansiyel özelliklerinden ve zaaflarından bahsedilmektedir.

Kur'an'a göre insanlığın ilk örneği ve atası olarak Hz. Âdem, topraktan yaratılmış, ondan da eşi Hz. Havva yaratılmıştır.⁶³ Toprağı belli aşamalardan geçirerek insanı yaratan Allah⁶⁴, ona eşyanın isimlerini öğreterek⁶⁵ meleklerin dahi sahip olmadığı ilimle insanı donatmıştır. Böylece insanı meleklerin dahi önünde saygı secdesine kapanacakları şerefli⁶⁶ ve saygın bir varlık konumuna yükseltmiştir.⁶⁷

İnsan, varlıklar içerisinde özel bir yere sahiptir. Tüm varlık alemi içerisinde insanı diğer varlıklardan ayıran özelliği akıl ve iradesinin olmasıdır. Doğruyu yanlıştan, iyiyi kötüden ve güzeli çirkinden ayırmaya yarayan akıl ile insan cansız varlıklardan,

⁶¹ Habil Şentürk, "Küreselleşme Çağında İnsan, Din ve Medeniyet Kavramlarına Psikososyal Açıdan Bir Bakış", *Süleyman Demirel Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi*, C.2, S.23 (2009): 105.

⁶² A.g.e., 105.

⁶³ en-Nisâ, 1; el-A'raf, 189.

⁶⁴ er-Rum, 20.

⁶⁵ el-Bakara, 31.

⁶⁶ el-İsra, 70.

⁶⁷ el-Bakara, 34.

bitkilerden ve hayvanlardan ayrılır. Hayvanlar fikir üretecek kendi fiillerinin doğruluğunu veya yanlışlığını sorgulayacak bir akıldan yoksundurlar. Cansız varlıkların, bitkilerin ve hayvanların akılı ve iradesi olmadığı için sorumlulukları da yoktur. Elbette insandan başka akıl sahibi varlıklar da vardır. Örneğin; melekler, cinler ve şeytan bunlardandır. Melekler akıllı ama iradesi olmayan varlıklardır. Onların kötülüğe ve şerre kabiliyetleri yoktur. Şeytan akıllı, irade sahibi bir varlık iken Allah'a isyan ederek hayra yönelme kabiliyetini kaybetmiş, sadece şerre kabiliyetli bir varlık olmuştur. Böylece iradesi sınırlı hale gelmiştir. Cinler ise insanlar gibi hem akıl hem de irade sahibi varlıklardır. Dolayısıyla onlar da insanlar gibi sorumluluk sahibi varlıklar olup yaptıklarının ve yapmadıklarının hesabını vereceklerdir. Fakat insanlara bahşedilen akıl, cinlerle kıyaslanamayacak kadar gelişmiş bir akıldır. İşte bütün varlıklar içerisinde insan, akıl ve iradesini en üst seviyede kullanabilen ve bu yönüyle tüm yaratılmışlardan ayrılan özel bir varlıktır.

Akıl, irade ve sorumluluk arasında güçlü bir ilişki vardır. Neyin doğru neyin yanlış olduğunun bilgisini akıl ile elde etmekle beraber, doğruya veya yanlışla yönelmek için akıl yeterli değildir. Eyleme geçmek için alternatifler arasında seçim yapabilme kabiliyeti demek olan irade gereklidir. İrade seçmek ve karar vermek ve bu seçimleri eyleme dönüştürmek şeklinde tanımlanmaktadır.⁶⁸ İrade, yalnız bir güç ve ayrıcalık değil, hem de insanları birbirinden ayıran ve aralarında üstünlük aşağılık farkı yaratan tek ruhsal kuvvettir.⁶⁹ İşte bu tercih yapabilme özgürlüğü insana mükellefiyet (sorumluluk) yükler. Sorumluluk ise insanın kendi iradesiyle yaptığı tercihlerden dolayı sorguya çekileceğinin ifadesidir.

Kur'an'a göre, insanın halife olarak yaratıldığı, kendisine verilen ilim sebebiyle meleklerden de üstün kılındığı ifade edilmiştir. “*Hatırla ki Rabbin meleklerle: Ben yeryüzünde bir halife yaratacağım, dedi. Onlar: Bizler hamd ile seni tesbih ve seni takdis edip dururken, yeryüzünde fesat çıkaracak, orada kan dökecek insanı mı halife kılıyorsun dediler. Allah da onlara: Sizin bilemeyeceğinizi herhalde ben bilirim, dedi.*” (Bakara, 30) ayeti bu konuya işaret etmektedir. Aynı zamanda başka ayetlerde de fitratına yerleştirilmiş bazı zaafllara işaret edilerek uyarılmıştır.

⁶⁸ Üstün Dökmen, *Varolmak Gelişmek Uzlaşmak* (İzmir: Sistem Yayınları, 2006), 213.

⁶⁹ Ali Fuat Başgil, *Gençlerle Başbaşa* (İstanbul: Yağmur Yayınları, 2009), 26.

Bu zaaflardan bazıları şunlardır:

- İnsan acelecidir.⁷⁰
- İnsan nankördür.⁷¹
- İnsan bencildir.⁷²
- İnsan kıskançtır.⁷³
- İnsan unutkanlıdır.⁷⁴
- İnsan zalimdir.⁷⁵
- İnsan mala ve dünyaya düşkündür.⁷⁶
- İnsan cimridir.⁷⁷
- İnsan çok az şükreder.⁷⁸
- İnsan şımarık ve kibirlidir.⁷⁹
- İnsan kendisine kötülük dokundu mu sızlanır.⁸⁰
- İnsan, tartışmaya her şeyden daha çok düşkündür.⁸¹

Kur'an'a göre, Allah'a gönülden iman eden ve samimi bir şekilde bağlı olan insanlar bu zaaflarının farkına varır ve bunları kontrol altına alıp, iyi-güzel davranışlara yönelmelidirler.⁸²

Kur'an'a göre inanç ve kişilik yönünden beş farklı tipte insan vardır. Bunlar mü'min (inanana), münafık (kalben inanmadığı halde inanyormuş gibi yapan), kafir (inanmayan), muttaki (inancı sağlam olan) ve müşrik (Allah'a ortak koşan)'tir.⁸³ Kur'an'ı Kerim bu insanların sahip olduğu özelliklerinden bahsederken aynı zamanda bize birçok kişilik tipi hakkında da bilgi vermektedir.

⁷⁰ el-İsra, 11.

⁷¹ el-İbrahim, 34.

⁷² en-Nisa, 128.

⁷³ el-Mearic, 19-21.

⁷⁴ el-Taha, 115.

⁷⁵ el-Ahzab, 72.

⁷⁶ el-Adiyat, 11.

⁷⁷ el-İsra, 100.

⁷⁸ es-Secde, 9.

⁷⁹ el-Lokman, 18.

⁸⁰ el-Mearic, 19.

⁸¹ el-Kehf, 54.

⁸² el-Hud, 9-11; el-Mearic, 19-35.

⁸³ Peker, *Din Psikolojisi*, 36.

Kur'an'da insan ile ilgili olarak bahsedilen bir kavram ise “*nefs*”tir. Kur'an'a göre nefis; kişilik, benlik, insanın arzu, istek ve duygularının merkezi şeklinde psikolojik tanımlar ile belirtilmektedir.⁸⁴ Peker'e göre, Kur'an'da nefis, insanın hem bedensel hem de ruhsal yönlerinin tümünü yani kişiliğini ifade etmektedir.⁸⁵ Kur'an'a göre insanın yedi mertebesi vardır. İnsan nefsinin her isteğini yapar, heva ve hevesine esir hale gelirse “*nefs-i emmare (emredici nefis)*”⁸⁶ ye düşer, nefsinin isteklerini kontrol altına alır ve Allah'ın istekleri doğrultusunda hareket ederse ise “*nefs-i merdiyye (Allah'ın razı olduğu nefis)*”⁸⁷ veya “*nefs-i kamile (olgunlaşan nefis)*” konumuna çıkar.⁸⁸

3.2. Psikoloji Bilimi ve İnsana Bakışı

Bireylerin gelişim süreçlerinde önemli değişimler meydana gelmektedir. Bireyin bu değişim sürecini anlama ve temellendirme isteği birçok bilimin konusu olmuştur. İnsanın davranışlarını yöneten bir mekanizmanın var olup olmadığı, davranışların altında yatan sebeplerin neler olabileceği sorularına cevaplar aranmıştır. Örneğin, “İnsan kişiliği nasıl gelişiyor? Çocuğun sağlıklı kişilik gelişimi için ona nasıl davranılmalı ve uygun ortamlar oluşturulmalı? Gençlerin sigara, alkol ve madde kullanımlarında arkadaş çevresinin rolü nedir?” gibi sorular psikoloji biliminin cevap aradığı sorulardır. Bu bağlamda psikoloji insanın davranışlarını, düşüncelerini ve duygularını inceleyen bir bilimdir. Psikolojinin amacı ise insanda bulunan bu davranış, düşünce ve duyguların ortaya çıkış nedenlerini, insanların niçin ve nasıl davrandıklarının incelenmesidir. Psikoloji alanında yapılan araştırmalar, insanların kendilerini tanıyabilmeleri, anlayabilmeleri, davranışlarını değiştirebilmeleri ve başkalarını tanıyabilmeleri için yararlı bilgiler ortaya koymaktadır.⁸⁹

Psikoloji, “psyche: ruh” ve “logos: bilgi” kelimelerinin birleşmesinden türeyen “ruh bilgisi” anlamına gelmektedir.⁹⁰ Bir bilim olarak ortaya çıkışından itibaren psikoloji

⁸⁴ A.g.e., 37.

⁸⁵ A.g.e., 38.

⁸⁶ Yusuf, 53.

⁸⁷ Fecr, 28.

⁸⁸ Osman Nuri Topbaş, *İmandan İhsana Tasavvuf* (İstanbul: Erkam Yayınları, 2002), 93-109.

⁸⁹ Feriha Balkış Baymur, *Genel Psikoloji* (İstanbul: İnkılap Yayınevi, 2017), 1.

⁹⁰ A.g.e., 1.

hakkında birçok psikolog tarafından çeşitli tanımlar yapılmıştır. Psikoloji “insan davranışlarının ve zihinsel süreçlerinin bilimsel incelenmesi” olarak tanımlanmaktadır.⁹¹ Son dönemlerde ise psikoloji “davranışı ve altında yatan fizyolojik ve zihinsel süreçleri inceleyen bir bilim dalı” olarak ifade edilmektedir.⁹²

İlk insanlık tarihinden günümüze tüm çağlarda insanlar nasıl bir varlık olduklarını, kendi doğasını, düşüncelerini ve davranışlarını anlamaya ve temellendirmeye çalışmışlardır. Aristo ve Platon gibi Yunan filozofları da zihin ve iradenin doğasını ve işleyişlerinin nasıl oldukları ile ilgili sorular sormuşlar, ancak buldukları cevapları temellendirememişlerdir. 19. Yüzyıla gelindiğinde ise deneysel yöntemler kullanılarak fizyoloji alanında çalışmalar yapılmaya başlanmıştır. Bu deneysel çalışmalar psikolojinin bir bilim dalı olarak ortaya çıkmasına önemli katkılar sağlamıştır. Modern psikolojinin kurucu babası olarak Wilhelm Wundt kabul edilir. Wilhelm Maximilian Wundt (1832-1920), Alman fizyolog, psikolog, filozof, profesör, tıp doktorudur. Almanya Leipzig'de 1879 yılında ilk psikoloji laboratuvarını kurarak deneysel psikolojinin adımlarını atmıştır.⁹³

Kökü çok eskilere dayanan, özellikle ruh-beden ve insan-aşkın varlık ilişkisi çerçevesinde şekillenip bağımsız bir disiplin olan psikoloji bilimi, insanın birçok yönünü ele alarak konu edinmiştir. Bu doğrultuda çeşitli psikoloji ekolleri ortaya çıkmıştır.⁹⁴

Modern psikolojinin gelişmesi ile birlikte ortaya çıkan ekoller kendi sistemlerini geliştirmeye başlamıştır. Wilhelm Wundt'un yapısalcılık ekolünün ardından işlevselcilik, davranışçılık ve Gestalt psikoloji ekolü ortaya çıkmıştır. Bu ekoller yapısalcılık ekolünden türemiş veya ona karşı bir ekol olarak ortaya çıkmışlardır. Sonraki dönemde ise bilinçaltı düşüncelerin insanın davranışlarını etkilediğini savunan psikanaliz düşüncesi gelişmiştir. 1950'li yıllara gelindiğinde davranışçılık ve

⁹¹ Philip G. Zimbardo ve Richard J. Gerrig, *Psikoloji ve Yaşam*, çev. Gamze Sart (Ankara: Nobel Yayıncılık, 2012), 2.

⁹² Wayne Weiten, Elizabeth Yost Hammer ve Dana S. Dunn, *Psikoloji ve Çağdaş Yaşam*, çev. Ebru İkiz (Ankara: Nobel Yayıncılık, 2015), 10.

⁹³ “Wilhelm Wundt”, Wikipedia, [24 Ekim 2021], https://tr.wikipedia.org/wiki/Wilhelm_Wundt.

⁹⁴ Sevede Düzgüner, “Ruh-Beden ve İnsan-Aşkın İlişisine Yönelik Psikolojik Yaklaşımın Tarihi Serüveni”, *Marmara Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi*, C.45 (Eylül 2013): 280.

psikanalize tepki olarak hümanistik akım, 1960'larda ise davranışçılık ekolüne karşı bilişsel hareket ekolleri sahaya çıkmıştır.⁹⁵

Modern Psikoloji Ekolleri kısaca şunlardır:

1. Strukturalizim (Yapısalcılık): Temsilcileri Wundt ve Titcher'dir. *Struktur*, Almanca'da bünye, yapı anlamına gelmektedir. Wilhelm Wundt'un 1879 yılında ilk psikoloji laboratuvarını kurması ile deneysel psikolojinin temelleri atılmıştır. Wundt ilk olarak duyum ve imgeler üzerinde çalışmalar yapmıştır ve karmaşık zihinsel yaşantıların yapısını incelemiştir. Bu ekole yapısalcılık adının verilmesi de bundan dolayıdır. Yapısalcı ekolü savunanlar bilincin karmaşık yapısını çözümleyerek zihnin en yalın öğelerini araştırmayı ve bunlar arasındaki ilişkileri bulup bir sistem haline getirmeyi hedeflemişlerdir.⁹⁶ İç gözlem ve deney yöntemlerini kullanarak bireyin duyumları, algıları, anıları üzerinde inceleme yapmışlardır.⁹⁷

2. Fonksiyonalizim (İşlevselcilik): William James, James B. Angell ve John Dewey gibi Amerikan filozoflarının ve eğitimcilerinin temsilcisi olduğu ekoldür. İşlevselciler, yapısalcıların ekolüne karşıt bir eleştiri olarak ortaya çıkmışlardır. Yapısalcıların aksine bilincin ne olduğu ile değil ne için olduğu ile ilgilenmişlerdir. İnsanın davranışlarını anlamak yalnızca bilinci incelemeyi yeterli görmemektedirler.⁹⁸ Bu ekolün temsilcileri bilincin incelenmesinin yanında çevreyi anlamlandırmaya yönelik duyum davranışlarını da incelemişlerdir. Algılama, düşünme, duygulanma gibi içsel eylemlerin, insanın karşılaştığı problemleri aşmasında yardımcı olduğunu öne sürmüşlerdir. Eylemler ve yararcılık üzerinde durmuşlardır.⁹⁹

3. Behaviorisim (Davranışçılık): Yapısalcılığa ve işlevselciliğe karşı olarak Birinci Dünya Savaşı sırasında bir grup Amerikan psikoloğu tarafından oluşturulan bir ekoldür. Önde gelen temsilcileri Watson, Pavlov ve Dashi'dir. Bu ekolün savunucuları bilincin iç gözlem yöntemi ile incelenmesinin kesin sonuçlar vermeyeceği görüşündedirler. Davranışçılar gözlem ve deney yöntemini kullanmayı tercih etmişlerdir. Onlara göre, bilincin değil davranışların, gözlenebilir durumların

⁹⁵ Duane P. Schultz ve Sydney E. Schultz, *Modern Psikoloji Tarihi*, çev. Yasemin Aslay (İstanbul: Kaknüs Yayınları, 2007), 58.

⁹⁶ Baymur, *Genel Psikoloji*, 313-314.

⁹⁷ Schultz ve Schultz, *Modern Psikoloji Tarihi*, 173-186.

⁹⁸ A.g.e., 249.

⁹⁹ Baymur, *Genel Psikoloji*, 314-315.

incelenmesi gereklidir. İç gözlem yöntemini bilimsel bulmamışlar ve ölçülebilir objektif yöntemler kullanılmasını savunmuşlardır. Davranışçılara göre objektif yöntemler ile gözlenebilen yalnızca insanların uyaranlara karşı verdikleri tepkilerdir.¹⁰⁰

4. Psikodinamik Yaklaşım (Psikanalitik Psikoloji): 19. yüzyıl sonlarında S. Freud öncülüğünde bir grup doktor tarafından akıl hastalarının tedavi edilmesi sürecinde ortaya çıkmıştır. Hastaların tedavisinde önce hipnoza başvurulmuş, daha sonraları da psikanaliz yöntemi geliştirilmiştir. Freud akıl hastalıklarının psikolojik nedenlerini incelerken '*Bilinçaltı*'ni keşfetmiştir. Freud ve arkadaşları kişilerin yaşadıkları psikoz ve nevrozların kişinin çocukluk döneminde tatmin edilmemiş olan arzu ve ihtiyaçlarının baskı altına alınmasından, bilinç dışına itilmesinden meydana geldiğini öne sürmüşlerdir. Yaptıkları klinik deneylerde bunu kanıtlamaya çalışmışlardır. Psikanalitik yaklaşıma göre üç farklı bilinç düzeyi bulunmaktadır. Bilinç düzeyinde kişi, anılar, düşünceler, duygular gibi içsel yaşantıların farkındadır, bilinci berraktır. Bilinç öncesi düzey, bilince yakın olan anıların, arzuların bir deposu gibidir. Kişi bunların farkında değildir, ama istediği anda bilinç alanına çıkabilir. Bilinçaltı düzeyde ise kişinin bastırıldığı duyguları, düşünceleri, anıları, dürtüleri vardır. Bilinçaltında bulunan bu düşünceler kişinin davranışlarını etkilemektedir. Onlara göre, bilinçaltı düşünceleri rüya ve hayallerde de ortaya çıkmaktadır.¹⁰¹

5. Gestaltçı Yaklaşım (Bütünlük Psikolojisi): Max Wertheimer, Kurt Kofka, Kurt Lewin gibi Alman psikologlarından oluşan psikoloji ekolüdür. Gestalt psikolojisinin temsilcileri iç gözlem, gözlem ve deney yöntemlerini kullanarak davranışların bir bütün olduğunu, bunun parçalara ayrılamayacağını savunmuşlardır. Onlara göre bir tablonun parçaları ayrı ayrı olduklarında nasıl bir anlam ifade etmiyorsa insanda bütüncül bir şekilde ele alınmalıdır.¹⁰²

6. Hümanist (İnsancı) Yaklaşım: Gestalt ekolünden etkilenen bu akım aynı zamanda varoluşçu felsefenin görüşlerini de savunmaktadır. Rogers, Maslow, Sartre, Charolette Bühler, Frankl, Binswagner ekolün temsilcileridir. Davranışçı ve Psikanalitik yaklaşımlara karşı ortaya çıkmıştır. Bu ekole göre insan kendine özgü bir

¹⁰⁰ A.g.e., 316-317.

¹⁰¹ A.g.e., 318-319.

¹⁰² A.g.e., 320-21.

varlıktır ve özgürdür. Belli bir toplum düzeninin ya da iş örgütünün aracı haline getirilmemelidir.

Bilimi bir araç olarak gören bu ekole göre insanı tanımak için dogmatik görüşlere gerek yoktur. İnsanı anlamak için onun iç yapısını bilmenin önemli olduğunu savunmaktadırlar. Felsefi bir bakış açısıyla insanın iç gözleme dayalı olarak anlaşılabilceğini öne sürerek davranışları incelemenin önemsiz olduğunu öne sürmüşlerdir.¹⁰³

7. Bilişsel (Cognitive) Yaklaşım: George Miller ve Ulric Neisser bilişsel psikolojinin resmi kurucuları sayılmazlar ancak bu ekolün şekillenmesinde önemli katkıları olmuştur. Bilişsel psikoloji 1950'lerden itibaren ortaya çıkmıştır. Bilişsel psikologlar, insanı pasif bir yaratık olarak değil; algılayan, uyarıcıları işleyen, anlamlandıran aktif bir sistem olarak görmektedirler. Onlara göre insanı diğer canlılardan farklı kılan şey, insanın gelen uyarıcıları işleyebilme, anlamlandırabilme yeteneğine sahip olmasıdır. Daha açık bir ifade ile bilişsel psikoloji duyumdan algıya, ilişkileri tanımaya, dikkate, bilinci öğrenmeye, belleğe, kavram oluşturmaya, düşünmeye, zihinde canlandırmaya, hatırlamaya, dile, zekâyâ, duygulara ve gelişime kadar tüm psikolojik süreçleri içerisine almaktadır.¹⁰⁴ Bu ekolün temsilcileri bireyin davranışlarını bu zihinsel süreçler doğrultusunda değerlendirmektedirler.

8. Biyolojik Yaklaşım: Bu ekolün öncüsü Amerikalı psikiyatrist Adolf Meyer'dir. Meyer, insanı bütünselliği olan biyolojik bir birim olarak kabul etmektedir. Ona göre, insan davranışını anlayabilmek için psikoloji ve sosyoloji birlikte ele alınmalıdır. Zihinsel bozuklukların kalıtsal etkenler ve yanlış alışkanlıklar nedeniyle ortaya çıktığını savunmaktadır.

Görüldüğü gibi pek çok ekol insanı farklı açılardan ele alarak anlamaya ve tanımlamaya çalışmıştır. Günümüzde ihtiyaç duyulan şey ise insanı bütün yönleriyle incelemek ve araştırmak, onun ihtiyaçlarını anlamak ve çok yönlü olarak biyopsikososyal özelliklerinin tümünü kapsayan en uygun tanımı bularak, onun mutlu ve sağlıklı olabilmesi için ihtiyaç duyduğu yaşam şeklini belirlemektir. Bu bakımdan

¹⁰³ A.g.e., 322-327.

¹⁰⁴ Schultz ve Schultz, *Modern Psikoloji Tarihi*, 694-698.

insanın maddi yapısı olan bedensel ihtiyaçları yanında manevi yapısını oluşturan ruhsal ihtiyaçlarının da unutulmaması gerekir.¹⁰⁵

Psikoloji bilimi, tüm bu ekollerin ortaya attığı görüşlerden de özetle metafizik alanı ve ruh kavramını neredeyse devre dışı bırakan, insanın ruh yapısını incelemek ve anlamaktan ziyade insanın gözlenebilen davranışları ve beynin fonksiyonları üzerinde yoğunlaşan mana yönüyle eksik bir bilim haline dönmüştür. Modern psikolojinin hedefi her yönüyle kendini geliştirmiş iyi bir insan modeli ortaya çıkartmak değil, daha başarılı bir insan modeli ortaya çıkartmaktır.¹⁰⁶

3.3. Modern Psikolojide İnsana İlişkin Temel Kavramlar

İnsanı geniş kapsamda tanımlayan pek çok kavram onun biyolojik, psikolojik ve sosyal yönlerinin tümünü kapsayan olgulardır. Bu kavramlar sayesinde insan kişiliğini tanımlarken insanın nasıl bir varlık olduğunu, nelere ihtiyacı olduğunu, neleri yaparsa mutlu veya mutsuz olacağını, düşünce biçimlerini, davranışlarını etkileyen faktörleri ve olumlu veya olumsuz davranış çeşitlerini ortaya koyduğunu görürüz. İnsan çok yönlü bir varlıktır ve bu kavramların birleşimi onun kişiliğini tanımlamaya yardımcı olur.

Psikoloji insana dair olarak daha çok şu altı kavram üzerinde durmaktadır: Karakter, mizaç, kişilik, güdü, öğrenme, gelişim. Bunların dışında da pek çok kavram bulunmaktadır fakat bu çalışmada yaygın olarak kullanılan bu kavramlar üzerinde durulacaktır.

3.3.1. Karakter

Karakter, her bireye belirgin bir kişilik özelliği veren duyma, düşünme ve sosyal ilişkilerde her zaman kararlı ve güvenilir bir şekilde davranma gibi tavırlar topluluğudur.¹⁰⁷

¹⁰⁵ Şentürk, “Küreselleşme Çağında İnsan, Din ve Medeniyet Kavramlarına Psikososyal Açıdan Bir Bakış”, 106.

¹⁰⁶ Ali Köse ve Ali Ayten, *Din Psikolojisi* (İstanbul: Timaş Yayınları, 2012), 8.

¹⁰⁷ Rasim Adasal, *Kişilik ve Karakter Portreleri* (İstanbul: Minnetoğlu Yayınları, 1980), 78.

Karakter bireyin kendi kendisine egemen olmasını, kendi kendisiyle uyum içinde bulunmasını, düşünüş ve eylemlerinde tutarlı ve sağlam kalabilmesini sağlayan özellikler bütünü olarak tanımlanmaktadır.¹⁰⁸ Bu tanımdan da anlaşılacağı üzere karakter ile ahlaki değerler arasında doğrudan bir ilişki vardır. Karakterin oluşumunda ahlak kuralları ve toplumsal kurallar önemli rol oynamaktadır.

İnsan yaratılışı gereği hem iyilik hem de kötülük duygularını potansiyel olarak ihtiva eden bir varlıktır. Bu özelliklerini geliştirmesi ve doğru şekilde kullanabilmesi kişinin karakteri ile ilişkilidir. Karakter eğitimi aynı zamanda ahlak eğitimi sayılmaktadır.

3.3.2. Mizaç

Mizaç, duyuşsal becerilerin ve alışkanlıkların kazanılmasında bilinç altında yatan özellikler olarak ifade edilmektedir.¹⁰⁹ Baymur, mizacı şöyle tanımlamaktadır: “Bir insanın duyuşsal ve devimsel hayatının özelliklerinin tümüdür.”¹¹⁰ Burger’a göre ise günümüzde araştırmacılar mizacı, “değişik şekillerde ifade edilebilen ve kişinin yaşam deneyimlerine bağılı olarak farklı kişilik özelliklerine dönüşebilen, genel davranış ve duyuşsal durum kalıpları” olarak tanımlamaktadırlar.¹¹¹

Beden kimyasının kişinin mizacı üzerinde etkili olabileceğı fikri M.Ö. 4. Yüzyılda ilk defa Hipokrat tarafından ele alınmıştır. Ona göre mizacı etkileyen dört çeşit sıvı (kan, balgam, kara safra, sarı safra) bulunmaktadır, bu sıvıların insan bedeninde buldukları orana göre farklı mizaçlar ile adlandırılırlar. İnsan mizaçları ile alakalı çeşitli tasnifler yapılsa da en bilineni Yunan Filozof Galen’in şu dört tip mizaç türüdür:

1) Hafif Kanlı (Sanguine): Heyecanlı ve eğlenceyi seven insanlardır. Bu tipte olanların bedeninde “kan” sıvısı daha yoğundur.

¹⁰⁸ Bedri Katipoğlu, “Din Psikolojisi Açısından Kişilik ve Karakter Analizi”, *Uluslararası Sosyal Araştırmalar Dergisi*, C.5, S.23 (Güz 2021): 343.

¹⁰⁹ Haluk Arkar, “Depresyon ve Kaygının Yordayıcısı Olarak Mizaç ve Karakter Boyutları”, *Türk Psikoloji Dergisi*, S.27 (Haziran 2012): 21-30.

¹¹⁰ Baymur, *Genel Psikoloji*, 272.

¹¹¹ Jerry M. Burger, *Kişilik*, çev. İnan Deniz ve Erguvan Sarıoğlu (İstanbul: Kaknüs Yayınları, 2006), 352.

2) Ağır Kanlı (Phlegmatic): Dinlenmekten ve uyumaktan hoşlanan, yavaş hareket eden kişiler bu mizaçta olanlardır. Bu tipte olanların bedeninde “balgam” sıvısı ağır basmaktadır.

3) Sevdalı (Melankolik): Derin görüşlü, cesaret sahibi, duygusal ve romantik kişiler bu mizaca sahip kişilerdir. “Kara safra” sıvısı bu tipteki kişilerin bedeninde daha yoğun olarak bulunmaktadır.

4) Asabi (Choleric): Çabuk sinirlenen, sert ve ateşli kişilerdir. Bu kişilerin bedeninde “sarı safra” sıvısı daha baskındır.¹¹²

3.3.3. Kişilik

Kişilik, insanın kendine özgü, onu başkalarından ayıran, kalıtım ve çevre etkisiyle ortaya çıkan, bedensel, zihinsel ve ruhsal özelliklerin bütünü olarak ifade edilen bir terimdir.¹¹³ Türk Dil Kurumuna göre kişilik, bir kimseye özgü belirgin özellik, bedeni ve ruhi özelliklerin tümüne verilen ad olarak tanımlanır.¹¹⁴ İngilizce’de “*personalite*” olarak ifade edilen kişilik kavramı, Latince’de tiyatro oyuncularının rollerine uygun olarak yüzlerine taktıkları “*maske*” anlamına gelen “*persona*” sözcüğünden türetilmiştir.¹¹⁵

Bu tanımlardan da anlaşılacağı gibi her insana özgü kendisini diğer insanlardan ayıran nitelikler, özellikler bulunmaktadır. Baymur’a göre bir insanda bulunan her bir nitelik, o insanı anlamada ipuçları barındırmaktadır. Kişinin belleği, dış görünüşü, direnme süreci, sesi, konuşma tarzı, tepkileri, insana, tabiata veya makinelere karşı ilgi duyması, spor yapması vb. özellikleri o insanın kişiliğini anlamada son derece önemlidir.¹¹⁶

Kişilik hakkında çok fazla araştırma ve çalışma yapılmasına rağmen üzerinde ittifak edilen bir tanımı yoktur. Psikolog Gordon W. Allport, kişilik kavramının birbirinden

¹¹² Baymur, *Genel Psikoloji*, 273.

¹¹³ Peker, *Din Psikolojisi*, 83; Neda Armaner, “Şahsiyet Terbiyesinde Dini Kültürün Rolü”, *AÜİFD XXI* (1976): 143.

¹¹⁴ *Türk Dil Kurumu Sözlüğü*, C. 1 (Ankara, 1983), 718.

¹¹⁵ Norman L. Munn, *İnsan İntibakının Esasları Psikolojisi*, çev. Nahid Tendar, C. 2 (İstanbul: M.E.B. Yayınları, 1968), 335.

¹¹⁶ Baymur, *Genel Psikoloji*, 273.

farklı 48 adet tanımının olduğunu saptamış ve “bir insanın bütün insanlara benzediğini, hiçbir insanın da diğer insanlara benzemediğini ve herkesin şahsiyet olarak tek olduğunu” ifade etmiştir.¹¹⁷ Bu tespitten kişiliğin çok kapsamlı bir kavram olduğunu anlıyoruz. Çünkü kişilik insanın biyolojik, psikolojik, kalıtsal ve edinik bütün yeteneklerini, duygularını, güdülerini, isteklerini, davranışlarını ve alışkanlıklarını kapsamaktadır.

Jerry M. Burger kişiliği, bireyin kendisinden kaynaklanan tutarlı davranış kalıpları ve kişilik içi süreçler olarak tanımlamaktadır. Ona göre bu tanım kişilikle ilgili iki yönü ortaya çıkartmaktadır. Bunlardan ilki tutarlı davranış kalıpları ile ilgilidir. Yani bu noktada önemli olan kişiliğin tutarlı olmasıdır. Bu tutarlı davranışların her zaman ve mekânda gözlemlenmesi beklenmektedir. İkincisi ise kişilik içi süreç ile ilgilidir. Kişilik içi süreçler, nasıl davranacağımızı ve hissedeceğimizi etkileyen ve içimizde gelişen bütün duygusal, güdüsel ve bilişsel süreçleri kapsamaktadır.¹¹⁸

Tüm bu tanımlamalardan anlaşılacağı üzere kişilik kavramının kapsamı ve anlamı çok geniştir. Kişilik; kişinin hem doğuştan yani kalıtsal yönünü aynı zamanda da mizacını hem de yetiştirilmesi, eğitimi ile elde ettiği yönünü ve çevrenin etkisiyle kazandığı görgü gibi özelliklerin tümünü kapsamaktadır. Bundan dolayı insan biyopsikososyal bir canlıdır ve aslında yapılan tanımlamaların ötesinde kendine has özellikleri olan bir varlıktır.

3.3.3.1. Kişiliği Etkileyen Faktörler

Her insanın başkalarına benzeyen özellikleri olduğu gibi kendine özgü nitelikleri de bulunmaktadır. Çevremize baktığımızda hiçbir insanın bir başka insana tıpatıp benzediğini göremeyiz. Bu durum oldukça ilginç bir tartışma konusudur. “İnsan davranışlarının ve kişiliğinin farklı olması üzerinde kalıtım mı yoksa içerisinde yaşanılan çevre mi daha etkilidir?” sorusu çok fazla incelenmiş bir problemdir. Yapılan araştırmalara göre insanların davranışları üzerinde kalıtımın çevreye oranla daha fazla etkisinin olduğu tespit edilmiştir. Özellikle zekâ üzerinde kalıtımın etkisi son derece yüksektir. Çevrenin etkisinin ise daha çok insanın karakteristik yönünü

¹¹⁷ Uğur Zel, *Kişilik ve Liderlik* (İstanbul: Nobel Akademik Yayıncılık, 2011), 11.

¹¹⁸ A.g.e., 23.

ifade eden iyilik, kötülük, utangaç veya dışa dönük olma gibi durumlarda ağır bastığını söylemek mümkündür.¹¹⁹ Tüm bu bilgilerin ışığında kalıtım ve çevrenin etkileşiminin insan gelişimini farklı boyutlarda şekillendirerek insanların sahip oldukları birtakım kişilik özelliklerini meydana getirdikleri görülmektedir. Kalıtım ve çevrenin kişiliği şekillendirmedeki oranı fertlere göre değişiklik göstermektedir.¹²⁰

Modern psikolojide kişiliği etkileyen faktörler biyolojik, sosyal ve kültürel yönleri ile ele alınmaktadır. Bu geniş kapsamıyla katılım ve çevrenin haricinde kişiliği etkileyen faktörler de olduğunu söylemek mümkündür. Biyolojik faktörler ile kalıtım, fizyolojik yapı, beslenme ve sinir sistemi kastedilirken, sosyal faktörler ile çocukluk dönemi, aile deneyimleri ve anne-baba tutumları kastedilmektedir. Kültürel faktörler ise sosyal sınıf ve kurumların, arkadaş gruplarının kişinin davranışları üzerindeki etkileridir.¹²¹

Kişinin hem biyolojik özelliklerinin hem de toplumsal özelliklerinin bireyin kişilik gelişimi üzerinde yöneltici etkileri bulunmaktadır. Toplum bireyi etkileyebildiği gibi birey de toplumu etkiler ve değiştirir. İnsanın doğuştan sahip olduğu kalıtsal özellikleri ile sonradan toplumsal nedenler ile edindiği kazanımlar kişiliğini geliştirdiği gibi birey edindiği tecrübeler sonucunda topluma da etki eder. Sonuç itibariyle kişiliği etkileyen çok fazla faktör olsa da bunları şöyle sıralamak mümkündür: Kalıtım, Aile, Çevre ve Kültür.

a) Kalıtım ve Aile

Kalıtım, anne ve babanın kromozomlarının bir kuşaktan sonraki kuşaklara intikal etmesiyle oluşan, çevreden veya dışarıdan gelen bir durumdan etkilenmeyen, insan kişiliğini etkileyen faktörler arasında en önemli belirleyicidir. Bu sebeple diğer faktörlerden önce gelmektedir. Anne ve babanın kişilik özellikleri genler yoluyla çocuğu etkiler. Yapılan çeşitli araştırmaların sonucunda genetik faktörlerin kişilik üzerinde dolaylı olarak etkisi olduğu saptanmıştır. Çalışma sonuçlarına göre kişinin saç rengi, kilosu, boyu, vücut yapısı gibi fiziksel özellikleri ve asabiyet, iyi huylu

¹¹⁹ Baymur, *Genel Psikoloji*, 226-240.

¹²⁰ Hüseyin Peker, “Olumlu Şahsiyet Özellikleri ve Din”, *Ondokuz Mayıs Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi*, S.1 (1986): 103.

¹²¹ Ahmet Abay, “Kur’an’da Kişilik Eğitimi ile İlgili İlkeler” (Yayınlanmamış Doktora Tezi, Atatürk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, 2011), 104.

olmak, sakinlik, hareketli olmak gibi mizaç özellikleri genler yoluyla sonraki nesillere aktarılabilmektedir. Kalıtımın kişilik gelişimi üzerindeki etkisi genotip ve fenotip kavramları ile ifade edilmektedir. Bir insanın tohum hücrelerindeki genlerin tamamı yani tüm genetik yapısı onun genotipini oluşturur ve bir kuşaktan ötekine aktarılarak fenotipi şekillendirir. Beden hücrelerinin gelişmesiyle oluşan fenotipler, bireyin yüz çizgileri, beden biçimi, saç rengi, göz rengi, yetenekleri ve kabiliyetleri gibi ölçülebilen özellikleri olarak ortaya çıkmaktadır.¹²²

Çocuğun kişilik oluşumu anne rahminde başlamaktadır. Annenin hamilelik döneminde psikolojik açıdan yaşamış olduğu olumlu veya olumsuz durumlar ve alkol, sigara kullanımı gibi kötü beslenme biçimi bebeğin kişiliğini etkileyen özelliklerdir. Aynı şekilde doğum sırasında yaşanan stres veya mutlu olma hali de bebeğin kişiliğini etkilemektedir. Sonrasında ise ailenin özellikle anne baba tutumlarının, içinde yaşanan kültürün ve çevrenin, alınan eğitimin ve okul-akran ilişkilerinin kişiliğin oluşmasında ve gelişmesinde önemli etkenler olduğunu söylemek mümkündür.¹²³

İnsan kişiliğinin gelişimi kişilik kuramcılarına göre yaşam boyu devam eden bir süreçtir. İnsan yaşamı bebeklik, çocukluk, ergenlik ve yetişkinlik olmak üzere dört evreye ayrılır. Onlara göre her evrede insan davranışlarının farklı özellikleri bulunmaktadır. Anne rahminde başlayan kişilik oluşumu, anne-baba tarafından 0-3 yaş arası kişiliğin temelleri atılarak devam eder. Anne babanın tutumları bu dönemde son derece önemlidir. Anne babanın çocuğa davranışları onun diğer insanlar ile ilişkilerinin temel belirleyicisidir. Çünkü çocuğa göre aile, insani ilişkilerin öğrenildiği ilk yerdir. Dolayısıyla kişi, insan ilişkilerine dair olumlu veya olumsuz davranış özelliklerini en başta ailesi aracılığı ile edinir.¹²⁴

b) Çevre ve Kültür

İnsan kişiliği zamanla şekillenen bir olgudur. Erikson'un ifadesi ile kişilik, yaşam boyu süren dinamik bir süreçtir. Bu süreç içerisinde insanın kişiliğini etkileyen faktörlerden biri de içerisinde yaşanan çevre ve kültürdür. Her toplumun kendine

¹²² Baymur, *Genel Psikoloji*, 226-232.

¹²³ Abay, "Kur'an'da Kişilik Eğitimi ile İlgili İlkeler", 104.

¹²⁴ A.g.e., 112.

özgü gelenek, örf, adet ve tutumları bulunmaktadır. Birey, sosyal özellikleri birbirinden farklı olan bir toplum içerisinde doğar ve bu yapının etkisi altında kalır. İnsanların içerisinde yaşadıkları toplumun sosyo-kültürel özellikleri bireyin kişiliğinin oluşması ve gelişmesinde son derece önemlidir. Toplumun geliştirdiği ve ortak kabul edilen normlar benimsendiğinde insanları belirli davranışları gerçekleştirmeye yönlendirerek bireyin kişiliğini etkilemektedir.

Bireye etki eden çevresel faktörler üç kategoride sıralanabilir: Doğum öncesi faktörler; annenin sağlık durumu, alkol ve sigara kullanımı, hamilelik sürecinde yaşadığı olaylar veya geçirdiği rahatsızlıklar, kan grubu ve düzenli beslenip beslenmediği gibi durumlardır. Bebeğin ilk çevresi “anne rahmi” dir ve anne rahminde yaşanan durumların genler üzerinde etkisi bulunmaktadır.¹²⁵ Doğum sırasındaki faktörler; doğum esnasında yaşanan olaylar, geç veya erken doğum yapma gibi sebeplerdir. İnsan dünyaya geldiğinde karşı karşıya kaldığı ilk sosyal grup ailesidir. Bireyin yetiştiği aile, sonraki yaşantısında diğer bireyler ile iletişimi ve kişiliğinin gelişimi açısından önemlidir. Doğum sonrası faktörler ise; bebeklik döneminde geçirilen rahatsızlıklar, kardeş ilişkileri, anne babanın kültürel seviyesi, coğrafi koşullar, akran ilişkileri, örf adetler olarak sıralanabilir.

İnsan davranışları üzerinde içerisinde yaşanan toplumun etkisi son derece fazladır. Kişilik kuramcılarına göre insan davranışları toplum tarafından etkilenir ve şekil alır. Kişi çevreden gördüğü bir davranışı zamanla alışkanlık haline getirebilir. Toplum tarafından kabul gören bir davranışın kabul edilmesi veya tam tersi olarak toplum tarafından kabul edilmeyen bir davranışın reddedilmesi bireyin davranışı kabulü açısından kolaylaştırıcı bir etkiye sahiptir.

3.3.3.2. Kişilik Kuramları

İnsan çok karmaşık ve kapsamlı bir yapıya sahiptir, sürekli değişim süreci halindedir. Ayrıca sürekli olarak içten ve dıştan gelen uyarıcıların etkisi altındadır. İnsanın davranışlarına bakarak onu tanımaya ve anlamaya çalışmak zordur. Bundan dolayı her psikoloji kuramcısı kendi yaklaşımı ve perspektifi, kuram ve metodu üzerinden insanı

¹²⁵ H. Mahmut Çamdibi, *Şahsiyet Terbiyesi ve Gazali* (İstanbul: Çamlıca Yayınları, 2014), 25.

anlamaya, kişiliği tanımlamaya çalışmıştır. Jerry M. Burger, kişilik kuramlarının çok fazla olmasının nedenini bir fil ile karşılaşan beş kör adamın öyküsüne benzeterek, bu durumu şöyle izah eder:

Bir fille karşılaşan beş kör adamın öyküsünü pek çoğunuz duymuşsunuzdur. Her biri hayvanın ayrı bir parçasını tutar ve birbirlerine filin nasıl bir hayvan olduğunu anlatmaya çalışırlar. Bacağı tutan kör adam fili uzun ve yuvarlak olarak tanımlar. Kulağı tutan, filin ince ve düz olduğunu söylerken, hortumunu tutan, fili uzun ve ince olarak betimler. Kuyruğu tutan kör adam ile filin gövdesine dokunan kör adam ise bütünüyle başka tanımlar yaparlar fil için. Öykünün anlatmak istediği, her adamın hayvanın yalnızca bir bölümünü bildiğidir. Filin bunların dışında ela özellikleri olduğu için, her bir adamın tanımı doğru ancak eksiktir.¹²⁶

İnsanın bu kadar kapsamlı bir varlık olması beraberinde pek çok kişilik kuramının da ortaya çıkmasını sağlamıştır. Bu kişilik kuramlarından çalışmamıza en çok katkı sağlayacağını düşündüğümüz yaklaşımlar ise şunlardır:

a) Sigmund Freud: Psikanalitik Yaklaşım

Topografik Model: Freud insan kişiliğini üç bölümde ele almaktadır. Topografik model olarak isimlendirilen bu bölümler bilinç, bilinç öncesi ve bilinç altıdır.

Freud'a göre zihin bir buz dağına benzer, buzdağının görünen kısmı bilince, suyun altında kalıp az görünen kısım bilinç öncesine, suyun altı yani görünmeyen kısım ise bilinç altına benzetilmiştir.

Bilinç, farkında olduğumuz düşüncelerimizdir. Birey çevresinde olup biteni ve kendisini izler, algılarının ve düşüncelerinin farkındadır. Bu düşünceler kafamıza yeni düşünceler girdikçe değişir ve eski düşünceler bilincimizden kaybolur.¹²⁷

Bilinç öncesi, bireyin üzerinde biraz durup düşündüğünde ve dikkati yoğunlaştırdığında hatırlayabileceği duygu, düşünce ve davranışların saklandığı düzeydir. Bu kısım bilinç ile bilinçdışı arasında geçiş/köprü görevi görmektedir.

¹²⁶ Burger, *Kişilik*, 24.

¹²⁷ Burger, 77.

Bilinç altı, bireyin farkında olmadığı duygu, düşünce ve yaşantılarını kapsayan kısımdır. Psikanalitik yaklaşıma göre düşüncelerimizin çoğunluğu bilinç altında bulunur. İnsanın korkuları, hazları, istekleri, duyguları burada yer alır. Freud'a göre bilinç altı düşünceler her zaman ortaya çıkmaz ancak günlük davranışlarımızın altında yatan sebepler çoğu zaman bilinç altındaki düşüncelerdir. Bu düşünceler bilinci tehdit eder ve sürekli bilince çıkmaya çalışır.

Yapısal Model: Freud zamanla topografik yaklaşıma farklı bir bakış açısı katarak yapısal modeli de eklemiştir. Ona göre kişilik, id, ego ve süper ego olmak üzere birbirini etkileyen üç bölümden meydana gelmektedir.

İd (Altbenlik), kişiliğin çekirdeğini oluşturan ham tabiattır. İçgüdüler, iştahlar, istekler ve ihtiraslar bu alandadır.¹²⁸ İd, haz ilkesine göre hareket eder ve ihtiyaçları doyumak son derece önemlidir. Freud'a göre rüyalar, id'in egemenliği altındadır ve onun isteklerini doyurmada bir araçtır.¹²⁹

Ego (Benlik), kişiliği dengeleyen, düzenleyen ve kontrol eden bir yönetici konumundadır. Ego, gerçeklik ilkesi kapsamında bilinci kontrol ederek, mantıklı ve gerçekçi fiiller ortaya koymaya çalışır.¹³⁰ İd'in ortaya koyduğu istekler, ihtiraslar, içgüdüler ego tarafından denetim altında tutularak kontrol edilir. Diğer bir deyişle ego iç dürtülerin arzuları ve dış dünyanın sosyal beklentileri arasında bir "ara bulucu" görevi almaktadır.

Süper ego (Üstbenlik), kişiliğin ahlaki yönüdür. Kişinin yaptığı davranışları iyi ya da kötü, doğru ya da yanlış olarak niteleyen bir bekçi konumundadır. Süper ego, id'in başarısız olmasını sağlayarak egonun gerçek ahlaka yönelmesinde rol oynar. Kişinin toplumda ve ailede var olan geleneksel ahlaki değerleri yaşamasını bekleyerek, onun mükemmel olana ve ideal olana ulaşmasını hedefler. Süper egoda aynı zamanda ödül ve ceza verme durumu da söz konusudur. Ödüllendirme kendine saygı şeklinde ortaya

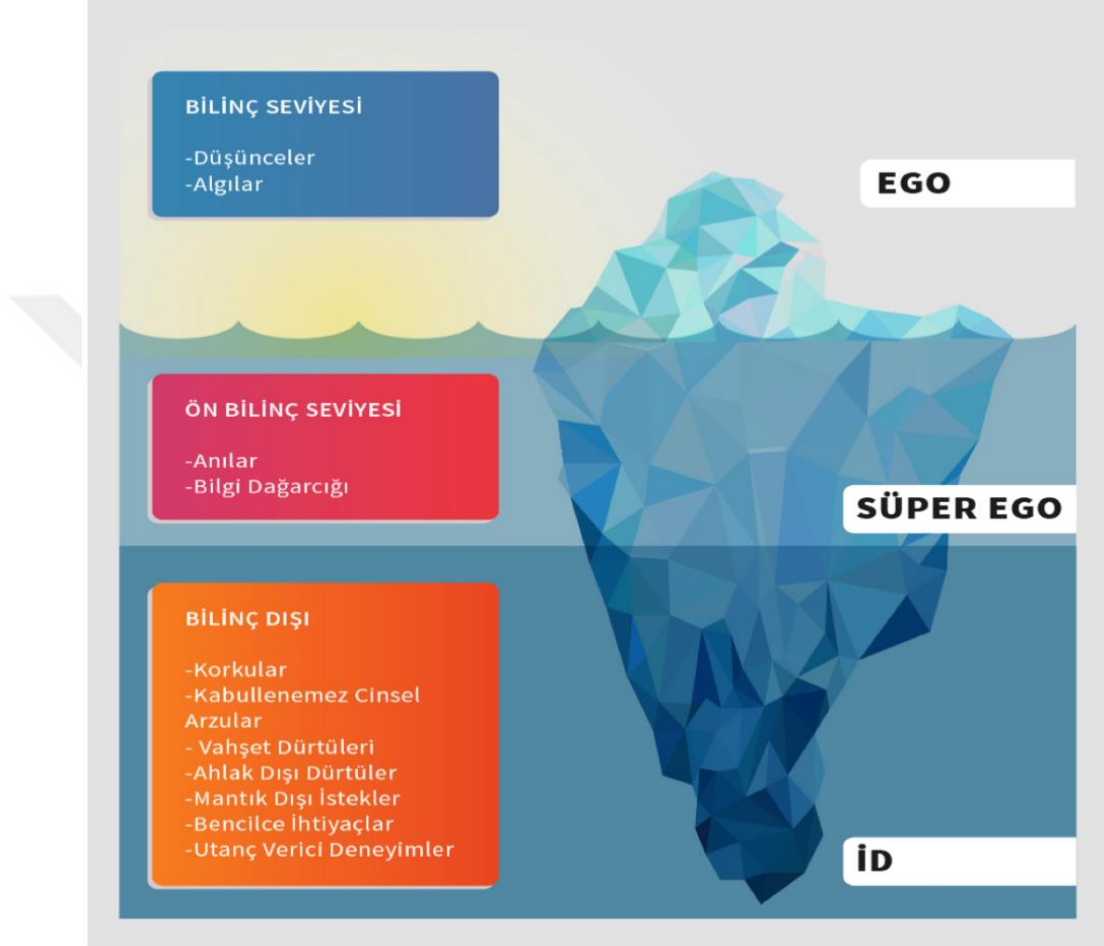
¹²⁸ Baymur, *Genel Psikoloji*, 274.

¹²⁹ Aytül Ayşe Cengiz, "Psikodinamik Yaklaşım", [14 Aralık 2021], <https://ets.anadolu.edu.tr/storage/nfs/SOS114U/ebook/SOS114U-17V1S1-8-0-1-SV1-ebook.pdf>.

¹³⁰ "Sosyal Hizmet Kuramları", İstanbul Üniversitesi, [14 Aralık 2021], https://cdn-acikogretim.istanbul.edu.tr/auzefcontent/20_21_Guz/sosyal_hizmet_kuramlari/4/index.html#konu-3.

çıkarken, cezalandırma aşağılama veya kendini küçük görme olarak kendini göstermektedir.¹³¹

İd, ego ve süper ego olarak adlandırılan bu üç kuvvet psişik enerjiye göre hareket etmektedir. Bu üç kuvvetten hangisi daha kuvvetli ise enerjisi o alır ve şahsiyetin şekillenmesinde belirleyici rol oynar.



Şekil 1: Buzdağı Benzetmesi

Kişilik Gelişim Kuramları (Psikoseksüel Gelişim Dönemleri): Freud'a göre çocukluk dönemimizdeki yaşantılarımız son derece önemlidir. Yetişkinlik dönemi kişiliğimizin temellerinin çocukluk yaşlarında oluştuğunu savunur. Ona göre, ilk üç-beş yaşına kadar edindiğimiz deneyimlerimiz yetişkinlik döneminde nasıl bir kişiliğe sahip olacağımızın temel belirleyicisidir.

¹³¹ "Sosyal Hizmet Kuramları", [14 Aralık 2021].

Freud, kişiliğin çocukluk döneminden itibaren beş temel psikoseksüel dönemden geçerek oluştuğunu ileri sürmektedir. Bu dönemler şu şekildedir:

1. Oral dönem (0-1 yaş)
2. Anal dönem (1-3 yaş)
3. Fallik dönem (3-6 yaş)
4. Latens dönem (6-11 yaş)
5. Genital dönem

Bu dönemlerde yaşanan biyolojik büyümelere bağlı olarak yaşanan olayların ve deneyimlerin kişilik üzerindeki etkileri belirleyicidir. Freud'a göre, çocukların bu psikoseksüel dönemlerden geçerken bazı engelleri aşmaları gerekir.¹³² Çocuklar bu dönemlerden herhangi birinde sarsıcı bir deneyim yaşadıklarında ya da normalden daha fazla doğum yaşadıklarında o dönemde saplanıp kalabilirler ve yetişkinlik dönemlerinde çocukluk dönemlerinden kalma bazı özellikler gösterebilirler. Cüceloğlu bu konuda şu anektodu aktarmaktadır: "Saplanma, yetişkin aşamalarda ortaya çıkacak zevk alma biçimlerinin gelişmesini engeller ve bireyin ileride yaşam doyumununun zayıf olmasına neden olabilir."¹³³

b) Carl Gustav Jung: Analitik Psikoloji Kuramı

Jung, ilk başta Freud ile birlikte çalışmış, Freud'un görüşlerini sistemleştirmesine yardımcı olmuştur. Fakat zamanla Freud'un cinsel dürtülere fazla yer verdiğini düşünerek, fikirlerinin uyuşmaması sebebiyle Freud ile yollarını ayırmış ve kendi sistemini kurmuştur. Jung'a göre, cinsel dürtülerden daha çok insanın amaçları ve bu amaçlara ulaşmak uğruna gösterdiği çaba daha önemlidir.¹³⁴

Jung, Freud'un aksine dine karşı olumlu bir tutum benimsemiştir. Ona göre din, insanların sıkıntılı anlarında veya motive olmak istediklerinde kendilerine iyi gelecek ve sığınılacak güvenli bir limandır. Jung, doğu dinleri ve batı dinlerini karşılaştırarak doğu dinlerindeki imgelerin insanın iç yaşantısını anlamada daha etkili olduğunu

¹³² Burger, *Kişilik*, 85.

¹³³ Doğan Cüceloğlu, *İnsan ve Davranışı: Psikolojinin Temel Kavramları* (İstanbul: Remzi Kitabevi, 2006), 412-414.

¹³⁴ A.g.e., 415.

savunmuştur. Psikolojik çalışmalarını temellendirirken mitoloji ile doğu dinlerinden oldukça yararlanmışır.¹³⁵ Jung'a göre, tanrı bir bireysel tecrübe olgusudur ve her insan Tanrı'yı kendi zihninde hisseder.

Jung, Freud'un bilinç dışı kavramını daha da geliştirerek ikiye çıkartmıştır. Bunlardan ilki "*Kişisel Bilinç Dışı*" adı verilen kişinin bastırılmış, unutulmuş fakat zamanla ortaya çıkan duyguları veya davranışlarıdır. İkincisi ise, "*Kolektif Bilinç Dışı*" olup kişisel bilinç dışı kavramından farklı olarak insanın zihninin derinliklerinde bulunan nesiller boyu aktarılan ortak imgelerdir.¹³⁶ Jung, atalardan miras alınan kalıtsal bu imgelere 'arketip' demektedir.¹³⁷ Jung, arketipleri kişinin bireysel hayatında sonradan elde edemediği, psişik yapısında kalıtsal olarak var olan bilinç dışı duygu, düşünce ve davranışlardır.¹³⁸

Jung'a göre tüm insanlarda kolektif bilinç ortaktır ve adeta burası tüm deneyimlerin depolandığı yerdir, herkes bu bilgiyle doğar. Bu bilgiler yaşadıkça davranışlarımızda etkisini gösterir. Daha anlaşılır bir şekilde ifade etmek gerekirse, yeni doğan bebeğin annesiyle kurduğu bağ ya da her çocuğun karanlıktan korkması gibi doğuştan sahip olduğumuz özellikler¹³⁹, sanatçı ve müzisyenlerin paylaştığı yaratıcı deneyimler, tüm dinlerdeki mistiklerin ruhsal deneyimleri ya da rüyalarındaki, fantezilerdeki, mitolojilerdeki, peri masallarındaki ve edebiyattaki paralellikler kolektif bilinçaltına birer örnektir.

Jung, dört farklı ayrı arketip sisteminden bahsetmektedir. Bunlar: persona, anima-animus, gölge ve ben'dir. Persona, kişiliğin başkalarıyla ilişkiye geçtiğinde taktığı 'maske'dir. Bu maske kimi zaman insanın toplumda görünmek istemediği şekilde görünmemesini sağlar. Diğer bir deyişle persona, insanın kendisi olmayan bir kişiliği yaşamasıdır. Anima-animus hem kadın hem erkekte bulunan kadınsı ve erkeksi eğilimlerdir. Anima; erkeklerdeki dişilik özelliğini, animus; kadınlardaki erkeksilik özelliğini göstermektedir. Jung'a göre bu arketip karşı cinsi anlamaya yarar. Gölge

¹³⁵ Burger, *Kişilik*, 156.

¹³⁶ Carl Gustav Jung, *Analitik Psikolojinin Temel İlkeleri*, çev. K. Şipal (İstanbul: Bozak Yayınları, 1982), 43-44.

¹³⁷ Erich Fromm, *Psikanaliz ve Din*, çev. Elif Eren (İstanbul: Say Yayınları, 2006), 27-41.

¹³⁸ Alfred Adler, *Psikolojik Aktivite: Üstünlük ve Toplumsal İlgi* (İstanbul: Say Yayınları, 1996), 6.

¹³⁹ Aytül Ayşe Cengiz, *Davranış Bilimleri II* (Eskişehir: Anadolu Üniversitesi Açıköğretim Fakültesi Yayınları, 2019), 91.

arketipi ise insanın içinde bastırıldığı bilinçli veya bilinç dışı tüm duygular ve davranışlardır. Kişi gölge arketipin ne kadar farkına varır ve bunun üzerine giderse o kadar kendini geliştirmesine destek sağlar. Diğer bir deyişle gölge arketip kişilik gelişiminde itici bir kuvvet rolü oynamaktadır. Ben; en önemli arketiptir. Ben, insanın bilinçaltında yatan tüm duygu ve düşüncelerin kontrol mekanizmasıdır. Jung, ben'in insanın kişiliğini geliştirmesine, olgunluk kazanmasına vesile olduğunu savunur.

Jung, içe dönük ve dışa dönük kavramlarını ortaya çıkartmıştır. İçe dönük kişiler, çekingendirler; dikkatlerini iç gözlem yapmaya ayırırlar ve sosyalleşmekten uzak dururlar. Dışa dönük kişiler ise, sürekli başkalarıyla birlikte olmaktan daha keyif alırlar.

Jung, içe dönük ve dışa dönük kavramlarını düşünme, duygu, duyu ve sezgi adını verdiği dört işlevle birleştirerek bunlardan sekiz farklı kişilik tipi oluşturmuştur.

Bu kişilik tipleri şu şekildedir:

İşlev	Dışa Dönüklük	İçe Dönüklük
Düşünme	Odak dünyası dış dünyayı öğrenmektir. Pratik ve nesnel düşünür. Bazen soğuk ve mesafeli görülebilir. İyi bir bilim adamı olabilir. Mantık ve kurallara bağlı kalır.	Kendi görüşlerini anlamaya çalışır. Yaşamın anlamıyla ilgilenir. İnatçı, mesafeli ya da kibirli olabilir. Diğer insanlardan çok kendini anlamaya çalışır.
Duygu	Değişken ve kaptislidir. Grup kurallarına uyum sağlar. Bazen aşırı duygusal davranır. Yeni bir durumda duyguları kolayca değişir.	Derin duygusal deneyimler yaşar ama kimseyle paylaşmaz. Sessiz ve soğuk görünür. İçinde sakladığı güçlü duygular vardır.
Duyu	Dış dünyayı deneyimleriyle öğrenir. Çoğunlukla şehvete ve haza düşkündür. Anın tadını çıkarmak için yaşar.	Dış nesnelere çok kendi düşünce ve duygularıyla ilgilenir. Müzik ya da sanatı aracılığıyla kendini dışa vurur ama bu dışa vurum kolay anlaşılmaz.
Sezgi	Sürekli yeni heyecan ve ilgiler peşinde koşar. İşlerinden ve ilişkilerinden çabuk sıkılır. Yeni ortamlardan zevk alır. Kararsız ve değişkendir.	Yeni ve farklı görüşleri keşfetmeyi sever ama gerçek dünyayı anlamakta ve plan yapmakta zorlanır.

Şekil 2: Jung'un Sekiz Psikolojik Tipi

c) *Alfred Adler: Bireysel Psikoloji Kuramı*

Adler, Freud'un yaklaşımındaki davranışlarda geçmiş yaşantıların önemli olduğu ve bilinç dışı etkenler düşüncesinin aksine geleceğe yoğunlaşmıştır ve bilinç düzeyinde etkenlere daha fazla önem vermektedir. Adler'e göre insanlar kendi potansiyellerinin farkında olan bilinçli varlıklardır. Freud gibi Adler de ilk çocukluk döneminin önemli olduğunu savunmaktadır. Ancak ona göre sosyal güçler davranış üzerinde biyolojik güçlerden daha fazla etkilidir.

Adler'in kişilik kuramını şu üç başlıkla özetlemek mümkündür: Üstün olma çabası, kişilik gelişiminde ebeveyn etkisi ve doğum sırasının önemi.

Adler, insan davranışlarında belirleyici güdünün "Aşağılık Duygusu" olduğunu ileri sürmüştür. Bu duyguyu şöyle ifade eder: "*Her isteyle bir yetersizlik duygusuyla ilgilidir. İnsanda bir doyum, bir hoşnutluk, bir yeterlilik sağlama eğilim ve dürtüsünün doğmasına yol açar.*" Diğer bir deyişle, aşağılık duygusu, "yetersizlik" ve "güçsüzlük" hislerinden kaynaklanır. Ona göre aşağılık duygusu insan ve toplum için itici bir güçtür ve bu itici güç sayesinde ilerlemesini ve gelişimini sağlar. Bireysel psikoloji kuramında insanlar kendilerini yetersiz ve güçsüz hissettiklerinde bu durumdan kurtulmak isterler ve telafi mekanizması geliştirerek yetersiz yönlerini güçlü hale getirmek için çaba gösterirler.

Adler'e göre aşağılık duygusu yaşam boyu devam eder; bu aşağılık duygusu ile başa çıkabilmek için göstereceğimiz çabaya ise, "Üstünlük Çabası" denilmektedir. Freud'un cinsellik ve saldırganlık güdülerinin aksine Adler, insan davranışları üzerinde üstün olma çabasının etkili olduğunu savunmaktadır.

Bireysel Psikolojide çocukluk dönemi ebeveyn tutumlarının önemli etkisi bulunmaktadır. Adler'e göre iki tip ebeveyn tarzı çocuğun ileriki yaşlarda kişilik sorunu yaşamasına neden olur. Birincisi çocuğa aşırı özen göstermek ve aşırı korumak. İkincisi ise çocuğa özen göstermemek ve ihmal etmektir. Ona göre her iki tutum sonucunda çocuk ileriki yaşlarda ya çevreden tamamen uzaklaşacaktır ya da çevredeki tek bir kişiye bağımlı hale gelecektir.¹⁴⁰

¹⁴⁰ Alfred Adler, *İnsan Tabiatını Tanıma*, çev. Ayda Yörükkan (Ankara: Türkiye İş Bankası Kültür Yayınları, 1994), 53-56.

Adler'e göre çocukların doğum sırası son derece önemlidir. Ona göre, ailede ilk sırada doğan, yani ailenin ilk çocuğu olan bireyler ikinci çocuğun gelmesiyle birlikte daha az önemsendiklerini düşünerek aşağılık duygusuna kapılırlar. Bundan dolayı nevrotik, suça yatkın ya da sapkın kişiler Adler'e göre genellikle birinci çocuklardır. Ortanca çocuklar ise ilk çocuk ve son çocuk kadar ilgi görmezler, kendilerini ispatlamak için daha fazla gayret ederler bu durumda ortanca çocuklarda üstünlük duygusunu arttırdığını savunur. Ortanca çocukların daha başarılı ve mutlu kişiler olduğunu söyler. Küçük çocuklar ise kendisine gösterilen yoğun ilgiden dolayı başkalarına bağımlı olurlar, çevrelerindeki herkesin onları desteklemesi aşağılık duygularını artırır.¹⁴¹

d) Erich Fromm: Özgürlükten Kaçış Kuramı

Fromm, kişilik inşasında Freud'un görüşlerinden etkilenmekle birlikte onun görüşlerini yetersiz bulmuş ve geliştirme yoluna gitmiştir. Ona göre, Freud'un iddia ettiği gibi insan sadece güdülerini gidermek için başkalarına ihtiyaç duyan bir varlık değildir. Bilinç dışı etmenler ve güdülerden daha çok sosyal etkenler kişilik gelişiminde etkilidir. Fromm, insanı kendine özgü, ruhsal yönü olan bir varlık olarak kabul eder ve insanın sevgi, akıl ve vicdan gibi duygusal özelliklere sahip olduğunu savunmaktadır. Ona göre insan, bu duyguları sayesinde çevresini ve kendi kişiliğini değiştirebilme yetisine sahiptir.¹⁴² Fromm'a göre sevgi, davranışlara yön veren en güçlü duygudur.¹⁴³

Fromm, insanı akıl sahibi olması yönüyle üstün bir varlık olarak görmektedir. Ona göre insan, akli sayesinde doğruyu yanlış ayırt edebilir ve karşısına çıkan engelleri akıl sayesinde aşabilir, aştığı bu engeller sayesinde kendini sürekli geliştirir.

Fromm insanın her daim kendini geliştirme eğiliminde olduğunu savunur. Bir insan her zaman iyi veya her zaman kötü değildir. Ona göre, insanda iyi olma dürtüleri olduğu gibi saldırganlık dürtüleri de bulunmaktadır. Kişi kendini iyiye doğru

¹⁴¹ Burger, *Kişilik*, 152-56.

¹⁴² Erich Fromm, *Erdem ve Mutluluk*, çev. Ayda Yörükân (İstanbul: Türkiye İş Bankası Kültür Yayınları, 1999), 35.

¹⁴³ Erich Fromm, *Sevme Sanatı*, çev. S. Budak (Ankara: Öteki Yayınları, 1998), 12-26.

yönelterek potansiyelini geliştirmeye çalışır, şayet bu kendini gerçekleştirme davranışı engellenirse o zaman insanda saldırganlık dürtüleri görülebilir.¹⁴⁴

Fromm insanı hem ruhsal hem de fiziksel yönü olan bir varlık olarak görür. Ona göre, insanın ihtiyaçlarını şu beş başlıkta toplayabiliriz:

- 1- İlişki İhtiyacı: İnsan, kendini geliştirmek için çevresi ile iletişime geçmesidir.
- 2- Yaratıcılık İhtiyacı: İnsanın diğer varlıklardan farklı olarak üreten bir yapıya sahip olmasıdır.
- 3- Kimlik İhtiyacı: İnsanın başka insanlardan farklı olarak kendini belli etme çabasıdır.
- 4- Köklülük İhtiyacı: İnsanın atalarını anması ve bir yere ait olma çabasıdır.
- 5- Algı Dayanağı İhtiyacı: İnsanın yaşadığı çevreyi anlamlandırma ihtiyacıdır.

Fromm, ideal bir insan tanımından bahseder. Ona göre ideal insan; özgür, amaç ve araç ayırımı yaparak idealleri uğruna savaşmayı göze almış kişidir. Sevgiyi hayatının merkezine oturtur ve çevresine sevgiyle bakar, insanlarla iletişim içerisindedir. İyi ile kötüyü ayırt edip kendi olma ve kendini gerçekleştirme yolunda ilerler.¹⁴⁵

Fromm'a göre dinler insanın kendini geliştirmesine yardımcı olurlar. İnsanın hangi dine inandığının önemli olmadığını söyleyen Fromm, bir dine inanmada asıl gayenin 'sevgi' olduğunu savunmaktadır. Tanrı inancına ise, insanı aşan bir gücün olduğuna inanmadığından yer vermemektedir. Fromm dini şöyle tanımlar: "*Bir grup tarafından paylaşılan ve o grubun bireylerine kendilerini adayabilecekleri bir hedef ve onlara ortak bir davranış biçimi sunan düşünce sistemidir.*"¹⁴⁶ Ona göre dinler, insanın kendini gerçekleştirmesine yardımcı olması bakımından iki grupta ele alınmaktadır. Bunlar: "*otoriter din*" ve "*hümaniter din*" olarak isimlendirilir. Otoriter dinde Tanrı her şeye gücü yetendir ve bu Tanrı anlayışı karşısında insan kendisini aciz hisseder. Fromm bu dinleri, kişinin kendini geliştirmesini engellediğini savunarak "gelişmemiş dinler" olarak da isimlendirmiştir. Ona göre bu dinlere inanan kişiler özgürlüklerini kaybederek bir güce kayıtsız şartsız itaat ederler ve kaderlerini yüce güç belirler. Hümaniter din ise, sevgiye ve kendini gerçekleştirme dayalıdır. Bu dinlerde insan

¹⁴⁴ Erich Fromm, *Özgürlükten Kaçış*, çev. S. Budak (Ankara: Öteki Yayınları, 1997), 89-90.

¹⁴⁵ Erich Fromm, *Psychoanalysis and Religion* (New Haven: Yale University Press, 1978), 76.

¹⁴⁶ A.g.e., 21.

aklını kullanarak çevresi ile sevgi temelinde ilişkilerini gerçekleştirir ve kendini gerçekleştirmenin çabası içerisinde. Vicdan ise en bağlayıcı otokontrol mekanizmasıdır. Fromm bu dinleri, kişinin kendini geliştirmesini desteklediğini savunarak “gelişmiş dinler” olarak isimlendirmiştir.¹⁴⁷ Fromm’a göre dinlerin temel gayesi insanların karakterlerini güzelleştirmesi ve kendilerini gerçekleştirmelerini desteklemesidir. Ona göre hümaniter dinler de insana bu katkıyı sağlamaktadır.¹⁴⁸

e) *Gordon Allport: Ayırıcı Özellik Yaklaşımı*

Allport kişiliği “*Bireyin kendine özgü düşünce ve davranışını belirleyen psikofiziksel sistemlerinin dinamik örgütlenmesi*” olarak tanımlamaktadır. Ona göre insan davranışları durağan değildir ve sürekli değişim içerisindedir. Allport, insanın sahip olduğu özelliklerin kişiliğini meydana getiren temel faktörler olduğunu savunmuştur. Bu faktörler uyaran tarafından harekete geçirildiğinde davranışlar meydana gelmektedir.

Allport, Freud’un görüşlerini kısmen kabul etmektedir. Ona göre insanda cinsellik, açlık, susuzluk, uyku ihtiyacı gibi dürtüler bulunmaktadır. Bu dürtüler uyarı verdiğinde ihtiyaç giderilene dek diğer tüm güdüler pasif durumda kalmaktadır. Güdülerin verdiği tepkilerin önemli olduğunu savunan Allport kişiliğin anlaşılmasının güdülenmenin doğasına dayandırılması gerektiğini belirtmektedir.

Allport’a göre güdüler zamanla değişkenlik gösterir. Çocukluk döneminde edinilen bir davranış yetişkinlik döneminde farklılık gösterebilir ve yerini yeni davranışlar alabilir. Burger, Allport’un bu görüşünü şu örnekle açıklar: “Çocukluk döneminde anne-babasının ısrarı ile kitap okuma alışkanlığı edinmiş bir kişi yetişkinlik dönemine geldiğinde ise farklı güdüler geliştirerek örneğin kitap okumanın eğlenceli olması sebebiyle bu davranışını devam ettirebilir.”¹⁴⁹

¹⁴⁷ A.g.e., 37.

¹⁴⁸ Erich Fromm, *Sahip Olmak ya da Olmak*, çev. A. Arıtan (İstanbul: Arıtan Yayınları, 1991), 192-196.

¹⁴⁹ Burger, *Kişilik*, 240-241.

Allport Freud'un aksine kişilik gelişiminde çocukluk dönemi yaşantılarının çok önemli olduğunu düşünmemektedir. Ona göre yetişkin güduları çocukluk yaşantılarından daha önemli bir yer tutmaktadır.

f) Carl Rogers, Karen Horney, Abraham Maslow: İnsancıl Kuramlar

İnsancıl kuramcıların ortak özelliği bireyin doğuştan ve sonradan edindiği deneyimlerin kişinin kendini gerçekleştirme potansiyelini sağladığını savunmalarıdır. Kendini gerçekleştirme bireyin kendi potansiyelini ortaya çıkarması olarak tanımlanmaktadır. Onlara göre insanlar temelde iyidirler ve sürekli olarak daha iyiye doğru gelişmek için çaba göstermektedirler.

İnsancıl kuramcılardan Carl Rogers, benlik bilincini ön planda tutmaktadır. Ona göre, benlik bilinci kişinin kendisiyle ilgili düşüncelerini ifade eder. Olumlu bir benlik geliştirebilmenin koşulu olarak kişinin yeteneklerinin ve iyi özelliklerinin *koşulsuz sevgi (positive regard)* ve *onay* ile desteklenmesi gerektiğini savunmaktadır.¹⁵⁰ Rogers, özellikle kişinin potansiyelinin tam olarak gelişebilmesi ve kendini gerçekleştirebilmesi için çocuğun yetiştirilirken olumlu koşulsuz kabul verilmesinin ve ebeveynlerin çocuklara sevgilerini ve davranışlarını onaylamalarının son derece önemli olduğunu söylemektedir. Ona göre her insan doğuştan itibaren kendini fark etmek ve potansiyellerini geliştirmek ister, potansiyelini tam kullanmak isteyen kişi ise yaşamında doyum noktasına erişinceye kadar çaba sarf eder.

Koşulsuz sevgi tezini ortaya atan Rogers, insan hata yapsa dahi sevmeye ve saygı gösterilmeye layık olduğu görüşündedir. Rogers davranışları ve duyguları birbirinden ayırmaktadır. Kişinin yaptığı yanlış davranıştan dolayı cezalandırılmasının onun sevgisinde bir azalmaya yol açmaması gerektiğini savunmaktadır. Özellikle ebeveynlerin çocuklarını yetiştirirken yaptıkları yanlışlardan dolayı onları sevgisizlik ile cezalandırmaları benlik anlayışlarının zayıf olmasını sağlayacağı, koşulsuz sevgi ile büyüyen çocukların ise benlik anlayışlarını kuvvetli kılacağı görüşündedir. Rogers'a göre kişi, davranışı ile benlik bilinci arasında ayırım yapmalı ve hatalı bir

¹⁵⁰ Schultz ve Schultz, *Modern Psikoloji Tarihi*, 680.

davranış yaptığında hatasının davranıştan kaynaklandığını fark edip davranışını değiştirerek iyileştirmelidir. Ona göre kişinin kendini affetmesi ve koşulsuz olarak sevmesi gelişimi açısından son derece önemlidir.¹⁵¹

Karen Horney, bireylerin kişilik gelişiminde olumlu çevresel faktörlerin son derece önemli olduğunu savunmaktadır. Ona göre, anne babanın çocuğa sevgisini göstermemesi ve uzak bir muamele göstermesi bireyde kaygıyı doğurur. Bu kaygı durumu ile baş edebilmek için kişi ya diğer bireylerden uzaklaşarak pasif olur ya da diğer bireylere karşı saldırgan ve narsist bir tutum sergileyerek savunma mekanizması geliştirir.

Maslow insanın doğuştan gelen içsel bir doğası olduğunu ve bu içsel doğanın desteklenerek, iyiye yöneltilerek kişinin mutluluğa erişeceğini savunur. Maslow kişinin kademeli olarak kendini gerçekleştirmesinin(*self-actualization*) mümkün olduğunu ileri sürmüştür. Kişinin ihtiyaçlarını bir hiyerarşi içerisinde sıralar ve insanların alt basamaktaki ihtiyacını giderdikçe üst basamaktaki ihtiyaçlarını doyurmaya yöneleceğini ifade eder. Maslow, kendini gerçekleştirmenin ön koşulunu çocukluk döneminde sevgi ve özellikle çocukluk döneminin ilk iki yılında fizyolojik ve güvenlik ihtiyaçlarının giderilmesi olarak görür. Çocuklar erken yaşlarda kendilerini güvende hissederler ve sevildiklerinden emin olurlar ise Maslow'a göre yetişkin dönemlerinde de kendilerine güvenen bireyler olurlar ve kendilerini gerçekleştirmeleri kolaylaşır.¹⁵² Beş basamaktan oluşan ihtiyaçlar hiyerarşisinin sıralaması şu şekildedir:

1. Fizyolojik İhtiyaçlar: Açlık, susuzluk, uyku ve buna benzer temel yaşamsal ihtiyaçlar.
2. Güvenlik İhtiyacı: Güvenlik, düzen ve dış faktörlerden kaynaklı tehlikelerden korunma.
3. Ait Olma ve Sevgi İhtiyacı: Aidiyet, sevgi, kabul görme, sosyal yaşam vb.
4. Değer İhtiyaçları: Statü, başarı, başkalarından saygı görme ve kendine saygı ihtiyacı.

¹⁵¹ Cüceloğlu, *İnsan ve Davranışı: Psikolojinin Temel Kavramları*, 428.

¹⁵² Schultz ve Schultz, *Modern Psikoloji Tarihi*, 670-677.

5. Kendini Gerçekleştirme: Gelişim, bir işi başarıyla tamamlama, yaratıcılık.¹⁵³

Maslow ilk dört basamağı tamamlayarak kendini gerçekleştirmiş kişilerin sayısının çok az olduğunu söylemektedir.¹⁵⁴

Maslow'a göre kendini gerçekleştirmiş insanlar psikolojik açıdan sağlıklı bireylerdir.¹⁵⁵ Ona göre kendini gerçekleştirmiş bireyler;

- Yaratıcılığa ve yeniliğe açıktırlar,
- Kendilerini ve başkalarını olduğu gibi kabul ederler,
- İkiyüzlü davranmaktan uzaktırlar ve samimidirler,
- İnsanlara karşı empati güçleri yüksektir,
- Mistik yaşantıdan hoşlanırlar,
- Özgüvenleri yüksektir ve mahremiyetlerine dikkat ederler.¹⁵⁶

Rogers, Horney ve Maslow gibi insancıl kuramcılar kişiliği bir bütün olarak ele almaktadır. Onlara göre, bireylerin davranışları çeşitli kişilik özelliklerinden değil, kişiliğin bir bütününden doğmaktadır. İnsancıl kuramların, diğer kuramlardan farkı mutluluk ve kendini gerçekleştirme kavramlarını ön planda tutarak insanın gelişebilen bir varlık olduğunu öne sürmeleridir.

İnsancıl kuramlara karşı olumlu yorumlar olduğu gibi eleştiriler de vardır. Olumlu yorumlar, insan doğasını güzel tanımlamaları ve insanın ihtiyaçlarını sistemli olarak sıralamalarıdır. Eleştiriler ise, insan doğasını iyi niyetli kabul etmeleridir. Eleştiri getirenler, insanların çoğunun iyi olduğunu kabul etmenin genel bir yargı olamayacağı bu bilginin sübjektif bakış açısı ve deneysel araştırmadan uzak olduğu kanaatindedirler.¹⁵⁷

¹⁵³ Mcleod Saul, *Maslow'un İhtiyaçlar Hiyerarşisi* (Basitçe Psikoloji, 2007), 1-8.

¹⁵⁴ Nazlı Yüceol, "Maslow'un Gözünden Kendini Gerçekleştiren İnsan", *Yıldız Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, C.4 S.1: 84-91.

¹⁵⁵ Schultz ve Schultz, *Modern Psikoloji Tarihi*, 674.

¹⁵⁶ Cüceloğlu, *İnsan ve Davranışı: Psikolojinin Temel Kavramları*, 430.

¹⁵⁷ Burger, *Kişilik*, 456-57.

g) Erik Erikson

Psiko-sosyal gelişim teorisinden ilk kez bahseden Erikson olmuştur. Erikson bu teori ile kişiliğin hayat boyu birbirini takip eden evrelerden oluştuğunu ifade eder. Freud'un Psikanalitik yaklaşımından etkilenen Erikson, çocukluk döneminin kişilik gelişimi açısından en kritik dönem olduğunu savunmuştur. Bununla birlikte gelişim açısından ergenlik, yetişkinlik ve yaşlılık döneminin önem taşıdığını vurgular. Ona göre kişilik, çocukluk döneminde oluşmaya başlar ergenlik, yetişkinlik ve yaşlılık dönemlerinde çevrenin de etkisiyle şekillenmeye devam eder.

Erikson'un yaklaşımına göre sekiz gelişim evresi bulunmaktadır. Her bir evrede yaşanan problem atlatıldığında bir değer kazanılır. Bu değer ile bir sonraki evreye daha anlamlı bir geçiş sağlanır.¹⁵⁸ Erikson'un ortaya attığı sekiz gelişim evresi şunlardır:

1. Temel Güvene Karşılık Güvensizlik (0-1 Yaş): Bebeklerin 0-1 yaş aralığında temel ihtiyaçlarının giderilmesi, ağladıklarında ebeveynlerinin yanlarında olması onlarda güven duygusunun oluşmasını sağlarken tam tersi durumda ise güvensizlik duygusu ortaya çıkmaktadır.

2. Özerkliğe Karşılık Utanç ve Şüphe (1-3 Yaş): Çocuklar bu dönemde çevreye karşı kendilerini göstermek ve özerkliklerini ilan etmek isterler. Bu dönemde karşısına çıkan engelleri aşan çocuklar özgüven sahibi olurken anne babanın baskısı ile etrafını keşfedemeyen ve engelleri aşamayan bireylerde şüphe ve utanç duygusu oluşmaktadır.

3. Girişime Karşılık Suçluluk Duygusu (3-6 Yaş): Çocuklarda bu dönemde merak duygusu çok fazladır. Etrafındaki her şeyi merak eder ve öğrenmek isterler. Diğer çocuklar ile oyunlar oynamak isterler. Sosyalleşme gösteren çocuklarda girişkenlik özelliği gelişir fakat girişkenlik geliştiremeyen çocuklarda uzaklaşma ve suçluluk duygusu oluşmaktadır.

4. Çalışkanlığa/üretkenliğe Karşılık Aşağılık Duygusu (6-12 Yaş): Bu yaş aralığı çocuğun okula başladığı ve yeni bir çevreye adapte olmaya çalıştığı yaştır. Çocuğun özellikle arkadaş çevresi tarafından kendini kabul ettirmesi, öğretmeninden takdir alması gibi durumlar onu çalışkanlığa/üretkenliğe sevk ederken tam tersi durumda ise aşağılık duygusu meydana gelmektedir.

¹⁵⁸ A.g.e., 170.

5. Kimlik Bütünlüğüne Karşılık Bocalama (12-18 Yaş): Ergenlik dönemi olarak isimlendirilen dönemdir. Bu dönemde kişi kendi kimliğini bulmaya çalışır. Kimlik karmaşası içerisinde kendi sorularına cevaplar arar.

6. Yakınlığa Karşılık Yalıtılmışlık (18-26 Yaş): Bu dönemde birey etrafındaki insanlar ile yakın ilişkilerinde başarılı olma çabası verir. Şayet yakın ilişkilerinde başarılı olamazsa duygusal olarak gelişme azalır.

7. Üretkenliğe Karşılık Durgunluk (26-50 Yaş): Orta yaş dönemi olarak adlandırılan bu aşamada kişiler topluma yararlı işler yaptıklarında kendilerini üretken hissederken tam tersi herhangi bir işle meşgul olmayıp boşluk duygusu yaşayan kişilerde ise üretkenlik zamanla azalır.

8. Benlik Bütünlüğüne Karşılık Umutsuzluk (50 Yaş üzeri): Kişinin geçmiş yaşantılarına odaklandığı dönemdir. Bu dönemde kişi geçmişteki mutluluklarından, üretkenliklerinden, başarılarından dolayı bütünlük duygusu geliştirirken umutsuzlukları, pişmanlıkları ve hayal kırıklıkları ise kişide umutsuzluk duyguları oluşturur.¹⁵⁹

3.3.4. GÜDÜ/İHTİYAÇ

Organizmayı çeşitli davranışlara sürükleyen ilgi, dürtü, istek, iştiha, emel, amaç, ideal, tutku vb. fizyolojik ve psikolojik iç etmenlerin hepsine birden güdü adı verilmektedir. Bu tanımdan da anlaşılacağı gibi organizma, güdü sayesinde etkinliğe geçer. GÜDÜLENME halinde, organizmanın çabası artar, davranışlar ya arzulanan bir duruma yaklaşma ya da zararlı olandan kaçınma şeklinde belirli bir yöne çekilir.

İnsanda yaratılışından itibaren fitri olarak muhtelif içgüdüler bulunmaktadır. İçgüdü ve güdüler insanın hayatını hem olumlu hem de olumsuz şekilde etkileyebilmektedir. İnsanda bulunan güdüler çeşitli ihtiyaçlardan dolayı ortaya çıkmaktadır.

Organizmanın yaşamaya en elverişli iç koşullar içinde bulunmasına *homeostatik denge durumu* denir.¹⁶⁰ Bu koşullarda bir eksiklik oluşması yani homeostatik denge durumunun bozulması ihtiyaç halini ortaya çıkartmaktadır. İnsan bu ihtiyaç halinde

¹⁵⁹ Cengiz, *Davranış Bilimleri II*, 120.

¹⁶⁰ Baymur, *Genel Psikoloji*, 78.

kendisini rahatsız hisseder ve bedeninde çeşitli tepkiler oluşur, ihtiyacı giderildiğinde ise rahatlığına kavuşur. Eksikliğin duyulması ihtiyaç; bu eksikliği gidermek için organizmada beliren güç dürtü; organizmanın ihtiyacı gidermek için belli bir yönde etkinlik gösterme eğilimi ise güdüdür. Güdüler de insan da davranışı ortaya çıkartmaktadır.¹⁶¹

İnsanı davranışa iten güdülerin sınıflandırılmaları noktasında çeşitli görüşler olsa da Psikologlar arasında en yaygın olan sınıflandırma, fizyolojik (birincil-organik) güdüler ve sosyal (ikincil-psikolojik) güdüler şeklindedir. Güdülerin temelinde baş güdü(gerçekleşim) yer almaktadır. Gerçekleşim, var olmak, gelişmek ve iyileşmek ihtiyacıdır. Diğer güdüler bu ana güdünün evriminden meydana gelmiştir.¹⁶²

Fizyolojik güdüler gerçekleşim güdüsüne hizmet etmektedir. Beden dokusunun canlı kalması için gereken ihtiyaçlardan meydana gelirler. Açlık, susuzluk, oksijen eksikliği, lüzumsuz maddelerin bedenden atılması, dinlenme ve uyuma, beden ısısını dengede tutma ve cinsellik ihtiyaçları bunlardandır.¹⁶³

Benliğin savunulması ve başka kişilerle ilgili güdülere ise psikolojik ve toplumsal güdüler denir. Sosyal güdüler insanın yaşamışlıkları neticesinde meydana gelmektedir ve davranışlara etkisi bulunmaktadır. Her kültürde toplumun yapısı ve yaşantılar farklı olduğundan bu tür güdüler toplumdan topluma değişiklik göstermektedir.¹⁶⁴

Sosyal güdülere örnek olarak şunları sıralayabiliriz:

1. Bağlılık ihtiyacı
2. Güvenlik ihtiyacı
3. Saygınlık (itibar) kazanma ihtiyacı
4. Cinsel güdü
5. Özgürlük ve özerklik ihtiyacı
6. Saldırganlık güdüsü
7. Hazza varma, elemenden kaçma

¹⁶¹ A.g.e., 71.

¹⁶² A.g.e., 72.

¹⁶³ A.g.e., 73.

¹⁶⁴ A.g.e., 73-75.

Hümanist psikologlardan Maslow; beslenme, nesli sürdürme gibi fizyolojik gereksinimlerin insan için temel teşkil ettiğini bunun yanında güven duyma, ait olma gibi ihtiyaçların da son derece önemli olduğunu söylemektedir. Maslow'un tümüne, "Gelişme Gereksinimleri" dediği bu yüksek seviyedeki ihtiyaçlar, temel güdüler doyurulduktan sonra ortaya çıkmaktadır.



Şekil 3: Maslow'un Gelişme Gereksinimleri (İhtiyaçlar Hiyerarşisi)

3.3.5. Öğrenme

Davranışlar üzerinde yaşantı sonucu ortaya çıkan kalıcı değişiklikler öğrenme olarak tanımlanmaktadır.¹⁶⁵ Diğer bir deyişle öğrenme, organizmada bulunan gözlenebilir davranışlarda kalıcı olarak ortaya çıkan deneyim süreci ve çevreye daha iyi uyum sağlamadır. Davranış bireyin gerçekleştirdiği her türlü hareketlerdir. İnsan davranışları belirli yaşantılar sonucunda edinir. Örneğin; bir bebek ateşe elini uzatıp yakınca elini geri çeker. Bu yaşantı sonucunda bir daha ateşe elini uzatmayarak davranış değişikliğine gider. İşte ortaya çıkan bu davranış değişikliğine öğrenme denir. Öğrenmede bireyin bilinçli davranışları esas olduğundan içgüdüsel tepkiler, uyku hali, koma hali, ilaç veya alkol etkisi altında gerçekleştirilen davranışlar öğrenme içerisinde değerlendirilemez.¹⁶⁶

Öğrenmenin nasıl gerçekleştiğine dair değişik yaklaşımlar ortaya atılmıştır. Bu yaklaşımlar üç grup olarak şöyle sıralanabilir:

¹⁶⁵ A.g.e., 163.

¹⁶⁶ Asude Bilgin, *Davranış Bilimleri II* (Eskişehir: Anadolu Üniversitesi Açıköğretim Fakültesi Yayınları, 2019), 91.

1. Davranışçı Öğrenme Yaklaşımı: Bu yaklaşımının öncüsü Watson'dır. Watson, John Lock'un "Tabula Rasa (Boş Levha)" düşüncesinden etkilenmiştir. Ona göre insan beyni boş bir levha olarak dünyaya gelir ve işlenmeye hazırdır. İnsanın sahip olduğu bu boş levha çevreden gelen uyarıcılar tarafından zamanla dolar.¹⁶⁷ Davranışçı kuramcılara göre öğrenmenin gerçekleşmesi için çevresel koşullar ve dışsal etkenler son derece önemlidir. Bundan dolayı bu yaklaşımı benimseyenler çevreci kuramcılar olarak da anılırlar.

Davranışçı öğrenme yaklaşımına göre öğrenmenin konusu organizmanın gözlenebilen ve ölçülebilen davranışları ile sınırlıdır. İçgüdü, düşünce, akıl yürütme, içebakış ve güdü gibi süreçleri gözlem yapılamayacağından dolayı öğrenmenin konusu olarak kabul etmezler. İnsan ile diğer canlıların öğrenmesinin aynı şekilde gerçekleştiğini savunurlar. Çünkü onlara göre öğrenmenin kimyası tüm canlılarda aynıdır. Davranışçı yaklaşıma göre öğrenme organizmanın uyarıcı ve tepki (U-T) arasındaki bağlantısı ile gerçekleşir.¹⁶⁸ Bir davranışın öğrenilebilmesi için ise o davranışın pekiştirilmesi gerekir. Bundan dolayı bu yaklaşımda davranışı yaparak yaşayarak öğrenme, tekrar, pekiştirme ve etkin katılım son derece önemlidir.

Davranışçı Öğrenme Yaklaşımını benimseyen temel beş kuram ve öncüleri şunlardır: Klasik Koşullanma (Pavlov), Bitişiklik Kuramı (Guthrie), Deneme Yanılma Yoluyla Öğrenme Kuramı (Thorndike), Edimsel Koşullanma Kuramı (Skinner), Gözlem ve Taklit Yoluyla Öğrenme (Bandura).¹⁶⁹

2. Sosyal Öğrenme Yaklaşımı: Albert Bandura'nın öncülüğünde gelişen bu yaklaşım insanın düşünce ve davranışlarının temelinde sosyal çevreden elde edilen bilgilerin yer aldığını savunmaktadır. Bu yaklaşıma göre sosyal çevre öğrenme açısından son derece önemlidir. Yapılan araştırmalar ve gözlemlerle ortaya çıkan sonuçlara göre çevre ile iletişim yoluyla öğrenilen bilgilerin bireyin davranışlarını olumlu ya da olumsuz etkilediği tespit edilmiştir. Bireyin ilk olarak etkilendiği ve sosyal davranışlarını şekillendirdiği kurum ailesidir. Anne baba iyi birer rol model olarak çocuğa olumlu davranışlar kazandırabilir. Sosyal öğrenme yaklaşımına göre öğrenme dört temel süreçte gerçekleşir. Bunlar dikkat etme, akılda tutma, davranışı

¹⁶⁷ A.g.e., 92.

¹⁶⁸ A.g.e., 92.

¹⁶⁹ A.g.e., 92-100.

tekrarlama ve motivasyondur. Bandura davranışların çoğunun model alma yoluyla kazanıldığını ifade etmektedir. Birey, ilk olarak çevresindekilerin davranışlarını gözlemleyerek yani dikkat ederek davranışların ne şekilde ve hangi kurallara göre yapıldığını kodlama yöntemiyle aklında tutar. Yapmış olduğu kodlama ilerde uygun bir ortam olduğunda davranışı gerçekleştirmek üzere tekrar eder ve kendisine yol gösterir. Bundan dolayı bu yaklaşımda toplum ve gözlem son derece önemlidir.¹⁷⁰

3. Bilişsel Öğrenme Yaklaşımı: Wertheimer bu yaklaşımın öncüsüdür. Bilişsel öğrenme yaklaşımına göre öğrenme içsel bir süreç olarak kabul edilir. Öğrenme bu yaklaşımda üç temel kavram üzerinde durur. Bunlar: ön bilgi, bilgi işleme süreci ve bilginin kodlanmasıdır. Davranışçı öğrenme yaklaşımındaki gözlemlenebilir davranışların aksine bu yaklaşımda içsel süreçler ön planda tutulur. Ayrıca bu yaklaşımda geçmişte öğrenilen bilgiler ile bağlantı kurma, kavrayarak öğrenme ve yeni öğrenilen bilgilerde anlamlı bütünler oluşturma son derece önemlidir.¹⁷¹ Bireyin çevreden gelen uyarıcılardan aldığı bilgileri geçmişte öğrendiği bilgiler ile ilişkilendirmesi ve anlamlı yeni bilgiler ortaya koyması öğrenme olarak gerçekleşir. Bundan dolayı ezberci bir mantığı gerçek öğrenme olarak kabul etmezler. Onlara göre bir bilgiyi okumak veya dinlemek öğrenme için yeterli değildir, bilginin anlamlandırılması ve yeni fikirler üretilerek kullanışlı hale getirilmesi gerekir. İşte böyle bir bilgi öğrenme olarak kabul edilir.

Bilişsel Öğrenme Yaklaşımını benimseyen kuramlar ve öncüleri şunlardır: Gizil Öğrenme Kuramı (Tolman), Gestalt Kuramı (Koffka, Kohler, Wertheimer) ve Bilgiyi İşleme Kuramı (Gagne).¹⁷²

3.3.6. Gelişim

Gelişim, bireyin biyolojik ve çevresel faktörlerden dolayı düşünce ve davranışlarında meydana gelen değişimleri inceler.

İnsan yaşadığı müddetçe gelişimi devam eder. Özellikle fiziksel olarak gelişim gözle görülebilir seviyede dikkat çeker. Boyun uzaması, vücudun gelişmesi ve düşünsel

¹⁷⁰ A.g.e., 107.

¹⁷¹ A.g.e., 101.

¹⁷² A.g.e., 101-103.

becerilerin kazanılması süreç içerisinde yavaşla artar. Bu değişimler başta hızla artarken zamanla azalmaya başlar. Diğer bir deyişle gelişimin hızı her dönemde aynı değildir. Bireyin beceri ve yeteneklerinin gelişimi belirli bir sıraya göre gerçekleşir. Büyüme baştan ayaklara doğru bir sıra izler ve gelişimde içten dışarı, merkezden etrafa doğru giden bir yönelim vardır.¹⁷³

Gelişim ile ilgili çalışmalara bakıldığında genel olarak bebeklik ve çocukluk dönemleri üzerinde yoğun çalışmaların olduğunu görmekteyiz. Fakat gelişimi sadece bebeklik ve çocukluk dönemi ile sınırlamak doğru değildir. Son dönemlerde gelişim psikologlarının üzerinde hem fikir oldukları düşünce gelişimin yaşam boyu devam ettiğidir. Bundan dolayı gelişim sadece bebeklik ve çocukluk değil yetişkinlik ve yaşlılık gibi evreleri de kapsamaktadır. Diğer bir deyişle gelişim beşikten mezara kadar devam eden bir süreçtir. Gelişim basamakları önceden dört evre olarak ele alınırken son dönemde sekiz evre olarak kabul edilmeye başlanmıştır. Bu durum gelişimin yaşam boyu devam eden bir süreç olduğu ilkesinden de hareketle gelişim evrelerini doğum öncesi ve sonrası (prenatal), bebeklik (infancy and toddlerhood), ilk çocukluk (early childhood) yılları aşamalarından, orta çocukluk (middle childhood), ergenlik (adolescence), ilk yetişkinlik (young adulthood), orta yetişkinlik (middle adulthood) ve ileri yetişkinlik (late adulthood) evrelerini de içine alan bir daha kapsamlı bir konuma yükseltmiştir.

Bu aşamalar kısaca şöyledir:

- Doğum öncesi ve sonrası (prenatal) (9 aylık dönem): Anne rahminde tek hücreli canlıdan insana dönüşüm bu dönemi kapsar. Bu çağ gelişimin en hızlı yaşandığı zamandır.¹⁷⁴
- Bebeklik (infancy and toddlerhood) (0-2 yaş): Doğumdan 2 yaşa kadar olan zamanı kapsamaktadır. Bu dönem insan yaşamında önemli alışkanlıkların edinildiği bir dönemdir. Bu dönemde çocuk ana-babasına bağımlı bir halde olarak nefes almaya alışma, emmeyi öğrenme, belli dönemlerde uyuma ve uyanık kalma, dil becerileri kazanma, emeklemeyi öğrenme gibi ödevleri öğrenir.¹⁷⁵

¹⁷³ Baymur, *Genel Psikoloji*, 54-56.

¹⁷⁴ A.g.e., 63.

¹⁷⁵ A.g.e., 63.

- İlk çocukluk (early childhood) (2-6 yaş): Bu dönem oyun çağı olarak da adlandırılır. Bu yaşlarda büyüme kararlı bir süreç izler. Çocuk bağımsız olarak oyun oynayabilir, kendi başına birtakım işleri yapabilir. İnce motor becerileri kazanır ve akran iletişimi başlar. Ayrıca yürüme ve koşmayı öğrenme, konuşmayı öğrenme, kendi kendine yemek yemeyi öğrenme, göz ve el faaliyetleri arasında bağ kurma, cinsiyet farkını öğrenme, kendi kendine giyinmeyi öğrenme, sevmeyi ve sevilmeyi öğrenme gibi ödevler bu dönemde kazanılır.¹⁷⁶

- Orta çocukluk (middle childhood) (6-11 yaş): Bu dönemde çocuk okulda ve mahallede sosyal ilişkiler geliştirir. Atletik yapısı ve kasları gelişir ve akılcı düşünme becerileri görülür. Anlama becerileri artış gösterir, dil becerileri kazanır. Zihinsel kavramları, mantığı ve sembolizmi kavramaya başlar. Kurumsal kurallara uymayı öğrenme, yaşlıları ile yaşamaya alışma, kendi cinsine uygun roller benimseme, kişisel temizliğine dikkat etme, okuma-yazma-konuşma gibi temel okul becerilerini kazanma, somuttan soyuta doğru bir düşünme gücü edinme bu dönemde öğrenilen ödevlerdir.

- Ergenlik (adolescence) (11-21 yaş): Bu dönemde çocukluktan yetişkinliğe geçişin ilk adımları görülür. Bireyin kilo, boy ve vücut gelişimi açısından geliştiği özellikle kol ve bacak gibi vücudun uzun kemiklerinde büyüme dikkati çeker. Bu dönemde birey kimlik arayışı içerisinde ve kimlik geliştirmeye çalışır. Soyut düşünme daha ön plandadır. Yaşlıları arasında yer edinebilme, aileden bağımsızlığını kazanma, kişisel değer yargılarını oluşturma, bir meslek seçmeye hazırlanma, cinsel özelliklerin gelişimi gibi ödevler bu dönemde kazanılır.¹⁷⁷

- İlk yetişkinlik (young adulthood) (20-40 yaş): Bu dönemde bireyin anne babasından ayrılma, iş bulma, eş seçimini gerçekleştirme, evlendiği kişi ile hayatını sürdürme, anne baba olma, çocuk yetiştirme, ev idare edebilme, sosyal sorumluluklarını yerine getirebilme ve ekonomik bağımsızlık gibi ödevlerin kazanıldığı, kişinin artık her alanda bağımsız bir birey haline geldiği görülür.¹⁷⁸

¹⁷⁶ A.g.e., 64.

¹⁷⁷ A.g.e., 65.

¹⁷⁸ A.g.e., 65-66.

- Orta yetişkinlik (middle adulthood) (40-65 yaş): Bu dönemde birey iş hayatında ilerleme, yetişkinlere özgü sosyal sorumlulukları sürdürebilme, ergenlik çağındaki çocuklarına hayata atılmaları noktasında gereken rehberliği yapma, boş vakitlerini faydalı işlerle geçirme, fiziksel açıdan değişim gösteren bedenine ayak uydurabilme, yaşlanan anne ve babaya destek sağlama gibi temel gelişim görevlerini yerine getirir.¹⁷⁹

- İleri yetişkinlik (late adulthood) (65 yaş ve üstü): Birey bu dönemde geçmiş yaşantılarını sorgulayarak hayatını gözden geçirir. Azalan fiziksel gücünün ve bozulan sağlığının kendisine getirdiği değişikliğe ayak uydurmaya çalışır. Emeklilik hayatı ve ekonomik yönden azalan gelire uyum sağlama, vefat eden eşin yokluğuna alışma, kendi yaşlıları ile daha çok vakit geçirme gibi ödevler bu dönemde yerine getirilir.¹⁸⁰

3.4. Haris El-Muhâsibî'nin Psikoloji Anlayışında İnsana Genel Bakış

Haris El- Muhâsibî'nin psikoloji anlayışını incelemeyi önce, konumuzu da kapsayan tasavvuf psikolojisi üzerinde durmak yerinde olacaktır. Çünkü Haris El- Muhâsibî'nin psikolojik yaklaşımı ile tasavvuf psikolojisi birbirine bağlantılıdır. Bu alanda yapılan çalışmalar sufi psikolojisi adı altında bir yaklaşımın ortaya çıkmasını da sağlamıştır. Tasavvuf psikolojisini diğer bir deyişle sufi psikolojisini, '*sufi yapıya sahip bireyin tutum ve davranışlarını ve bunları güdüleyen ve motive eden ruhi halleri ve makamları inceleyen manevi psikoloji*' olarak nitelendirebiliriz.¹⁸¹ Bu yaklaşıma göre insan benliğini geliştirmeyi hedefler ve bunu yaparken de ilahi kaynaktan beslenerek tutum ve davranışlarını ahlaki değerlere göre uygulama gayreti içerisinde dir. Bilincini her türlü kötü duygu, düşünce ve davranıştan temizleme gayreti içerisinde olan insan zihinsel kaygılarından ve kalbinde yer eden öfke, hırs, kıskançlık gibi psikolojik hastalıklardan arınarak iç huzura erişir.¹⁸² Bunun yanında insanın karşılaşabileceği sıkıntılara karşı sabır, tevekkül, rıza, takva ve ihlas gibi mekanizmalar ile psikolojik

¹⁷⁹ A.g.e., 66.

¹⁸⁰ A.g.e., 67.

¹⁸¹ İbrahim Işıtan, *Sufi Psikolojisi Sülemi'ye Göre Sufi Benlik Dönüşümü* (İstanbul: Divan Kitap, 2020), 48.

¹⁸² Kemal Sayar, *Sufi Psikolojisi* (İstanbul: Kapı Yayınları, 2021), 19-21.

güç sağlayarak bireyin zihinsel olarak karşılaşılabileceği olumsuz duygu ve düşüncelere de çözüm yolları sunmaktadır.¹⁸³

Muhasibi tasavvuf geleneğine bağlı sufi özelliği bulunan bir düşünür ve ilim adamıdır. Onun psikoloji anlayışına baktığımızda genel olarak insanın manevi yönünü diğer bir deyişle iç yaşantı ve tecrübelerini konu edindiğini ve bunu tasavvufî yöntemlerle tahlil ettiği görülmektedir. En çok başvurduğu iç gözlem yöntemi ile insanın iç dünyasında yaşadığı halleri, dini tecrübeleri ve düşünceleri ilahi bir kaynağa yani Kur'an-ı Kerim'e dayandırarak elde ettiği bulguları sunmaktadır. Kendinden önce yapılmamış bir şeyi yaparak Kur'ani kavramları ilk defa psikolojik bir üslupla ele almıştır. Kullandığı kavramlar ve metodoloji açısından tasavvufî bir bakış açısıyla yaklaşım sergilemektedir. Bu bakımdan Muhâsibî İslam düşüncesinde psikolojik bir yaklaşımla eser veren öncü bir düşünürdür ve din psikoloğudur.

Muhâsibî, insanı anlamaya büyük önem vermiş, insan psikolojisi hakkında derinlemesine tahliller yapmıştır. O, insanı zaafı, yetkinlikleri, duyguları, bedensel ve ruhsal ihtiyaçları, manevi boyutu olan bir bütün olarak ele almaktadır. İnsanı tek bir özelliği üzerinden anlamamız mümkün değildir. Bundan dolayı Muhâsibî, insanı en doğru şekilde anlayabilmek için onu bütüncül bir yaklaşım ile ele almak gerektiğini söylemiştir.

Muhâsibî insan kişiliğinde bulunan bazı mekanizmalardan bahseder. İnsandaki psikolojik mekanizmaları ruh, nefis, akıl, kalb ve duyular olarak isimlendirir. İnsanda bulunan bu dört özellik içerisinde kalp merkez konumdadır. İnsan psikolojisinin düzelmesi veya bozulması kalbe bağlıdır. Kalp ile duyular arasında bir bağlantı olduğunu savunur. Kalbin dış dünyayı algılama şekli Muhâsibî'de 'marifet' olarak isimlendirilmektedir ki bu tecrübe edilen şeyin sezgisel bir şekilde kavranmasını sağlamaktadır. Diğer bir deyişle bir iç tecrübe halidir. Muhâsibî acı ve sevinç duymanın *ruh* sayesinde algılandığını söylemektedir. Nefsi ise, insanın düşmanı olarak gören Muhâsibî'ye göre nefsin kınanması, cezalandırılması ve öz eleştiriye tabi tutulması gerekmektedir. Ayrıca O, nefsin insanı Allah'ın emirlerini ihlal etmeye götürdüğünü söylemektedir. Bu sebeple insanın her daim teyakkuzda olması ve kendini Allah'a yaklaştıracak işleri muhasebe etmesi gerekmektedir. Akıl ise O'na

¹⁸³ Işitan, *Sufi Psikolojisi Sülemini'ye Göre Sufi Benlik Dönüşümü*, 50-51.

göre kişinin teyakkuzda kalmasını sağlayan şeydir. Akıl insanın kendisine faydası veya zararı olacak şeyleri ayırt etmesini sağlamaktadır. Nefse karşı akıl ile muhalefet edilmelidir. Kalb'e gelince ona göre kalb marifetin kaynağı¹⁸⁴ ve yakîn bilginin mekânı¹⁸⁵ olarak görülmektedir. Kalbi, bedende bulunan diğer organlar gibi bir organ olarak görmekle birlikte, kalbin bedende merkezi bir konumda olduğunu söyleyebiliriz. Muhâsibî kalbi merkeze aldığı için bedenın diğer organlarını kalbe hizmet eden vasıtalar olarak görmektedir. Ruh ve nefis, kalbi ele geçirmek için çalışmaktadırlar. Nefis kalp ile girdiği mücadelede öne geçerse kalp perdelenir ve manevi yönden körelmeye başlar. Kalbi altı kapılı bir eve benzeten Muhâsibî, bu evin kapılarını ise dil, göz, kulak, burun, eller ve ayak gibi duyu organları olarak kabul etmektedir. Bedendeki bu duyu organları çevreden aldıkları duyumları kalbe iletir. Dil ise kalbin tercümanıdır.¹⁸⁶

Muhâsibî'nin psikoloji anlayışında duyu, düşünce ve davranışların ortaya çıkmasını sağlayan 'hataratlar', modern psikolojideki ismi ile 'güdüler' bulunmaktadır. Hataratların kaynağı ise nefis, şeytan ve akıldır. İnsanda bulunan duyu organları, akıl ve kalp gibi mekanizmalar aracılığıyla öğrenilen bilgiler bilinç düzeyine çıkar ve duyu, düşünce ve davranış olarak kendini gösterir. İnsan bu bilinç sayesinde kendi potansiyelinde bulunan olumlu ve olumsuz özelliklerini keşfeder ve buna göre davranışlarına yön verir. Bu noktada insanın davranışlarını olumlu-olumsuz veya ahlaki olan-ahlaki olmayan şeklinde ayırt etmek için bir ölçüte ihtiyaç duyulmaktadır. Muhâsibî'ye göre bu ölçüt "niyet"tir. Davranışların temelinde yatan bu psikolojik ve fizyolojik güdülerin doğru şekilde karşılanması gerekmektedir. Şayet bu güdüler doğru bir şekilde karşılanmaz ise insanda kibir, fitne, hased, riya, öfke, ucb, çekememezlik, hüznün, adaletsizlik vb. olumsuz ahlaki duyu ve davranışlar ortaya çıkmaktadır.¹⁸⁷

¹⁸⁴ Ebû Abdillâh Hâris b. Esed el-Muhâsibî, *Allah'a Dönüş (El-Kasd ve'r Rücu İlallah)*, çev. Cemal Aydın (İstanbul: Sufi Kitap, 2019), 73.

¹⁸⁵ A.g.e., 81.

¹⁸⁶ Ebû Abdillâh Hâris b. Esed el-Muhâsibî, *Tevbenin İlk Adımı (Şerhu'l Marife ve Bezlu'n Nasihâ)*, çev. Muhammed Coşkun (İstanbul: İlk Harf Yayınevi, 2013), 174.

¹⁸⁷ Ebû Abdillâh Hâris b. Esed el-Muhâsibî, *er-Riaye: Nefs Muhasebesinin Temelleri*, çev. Şahin Filiz ve Hülya Küçük (İstanbul: İnsan, 2020), 126.

Bu başlıkta Haris El-Muhâsibî'nin psikolojik yaklaşımından ve insana bakışından kısaca bahsedilmiştir. Sonraki başlıklarda burada bahsedilen konulara daha ayrıntılı olarak yer verilecektir.

3.5. Haris El-Muhâsibî 'de İnsana İlişkin Temel Kavramlar

İnsanı geniş kapsamda tanımlayan kişilik kavramı onun biyolojik, psikolojik ve sosyal yönlerinin tümünü kapsayan bir olgudur. Muhâsibî'nin insan kişiliğini tanımlarken bazı kavramlardan yararlanarak insanın nasıl bir varlık olduğunu, nelere ihtiyacı olduğunu, neleri yaparsa mutlu veya mutsuz olacağını, düşünce biçimlerini, davranışlarını etkileyen faktörleri ve olumlu veya olumsuz davranış çeşitlerini ortaya koyduğunu görürüz. Ona göre insan çok yönlü bir varlıktır ve bu kavramların birleşimi onun kişiliğini tanımlamaya yardımcı olur.

Muhâsibî insana ilişkin olarak en çok şu dört kavram üzerinde durmaktadır: Nefs, ruh, kalb ve duyular.

3.5.1. Nefs

Nefs kelimesi Arapça *nfs* kökünden gelen bir kelime olup Türkçe'de “*kendi*” anlamında kullanılır. Türk Dil Kurumu'na göre nefis, “*öz varlık, kişilik ve insanın yeme içme vb. gereksinimlerinin bütünü*” olarak tanımlanır.¹⁸⁸ Sözlük anlamına göre, “*ruh, can, hayat, hayatın ilkesi, varlık, insan, nefes, zat, kişi, kan, beden, bedenin istek ve arzuları, şehvet, öz benlik, kendilik, şahsiyet*”¹⁸⁹ kelimeleri ile tanımlanır. Çoğulu “*enfüs veya nufüs*” dur. İsfahani'ye göre nefis, “*kavrayan ve bilen benlik şuuru*”¹⁹⁰ olarak ifade edilir. Kur'an-ı Kerim'de nefis kavramı “*ruh*”¹⁹¹ anlamında kullanıldığı gibi “*zat ve öz varlık*”¹⁹² manalarında da kullanılmıştır.¹⁹³ Yine Kur'an-ı Kerim'de nefis, “*kendi kendini düzenleyici, gelişime ve olgunlaşmaya kabiliyeti olan bir güç*”

¹⁸⁸ “Nefis”, Türk Dil Kurumu, [12 Kasım 2021], <https://sozluk.gov.tr>.

¹⁸⁹ Süleyman Uludağ, “Nefs”, mad. *Türkiye Diyanet Vakfı İslâm Ansiklopedisi* (İstanbul, 2006), C.32:526-529.

¹⁹⁰ Ragıp el-İsfahani, “‘n-f-s’ mad.”, *el-Müfredat*, 1076-1077.

¹⁹¹ el-En'am, 93.

¹⁹² Al-i İmran, 30.

¹⁹³ Uludağ, “Nefs”, 526-529.

olarak nitelendirilir.¹⁹⁴ Hayati Aydın nefsi “*gazap ve şehveti içinde barındıran ve iç âlemin duygusal değişikliklerinde etken ve edilgen olarak olumsuzlukları emreden güç ve kuvvet*” olarak tanımlamaktadır.¹⁹⁵ Nefs genel kullanımda insanın iç dünyası, kalbi, kişinin kendisi ve geliştirmesi gereken yönü olarak ifade edilen bir kavramdır.¹⁹⁶ Tasavvufta nefis, arzuların, şehvetlerin, maddi hazların ve günahların merkezi olarak kabul edilir.¹⁹⁷ Gazzali’ye göre nefis, insanı kötü huylara sevk eden arzular, güdüler, eğilimler, duygular ve insanın kendisi olarak tanımlanır.¹⁹⁸

Nefs, insanın yaşaması ve hayatını devam ettirmesini sağlayan ve davranışlarına yön veren bir enerji kaynağıdır. Bunun yanında insanı diğer varlıklardan ayıran kişinin biyolojik-psikolojik kişiliğini ve günümüz psikolojisinde “*ego*” veya “*ben*”i ifade etmektedir.¹⁹⁹ Ayrıca “kendilik” kelimesine de karşılık gelmektedir.

İbn-i Arabi üç çeşit nefis olduğundan bahseder. Bunlardan ilki yeme-içme, cinsel istekler gibi şehvi duyguların, fizyolojik güdülerin ağır bastığı “*nebatî nefis*”tir. Diğeri insanın zaafalarını harekete geçiren güç olarak kabul edilen “*hayvanî nefis*”tir. Üçüncüsü ise Allah ile irtibat kuran, Allah’ın muhatabı olan “*aklî nefis*”tir.²⁰⁰

İslam kültüründe nefis, insana olumsuzlukları emreden²⁰¹ ve kendisi ile mücadele edilmesi gereken bir olgu olarak görülür. Bu durum “*Ben nefsimi temize çıkarmam. Çünkü nefis, rabbimin acıyıp koruması dışında, daima kötülüğü emreder; şüphesiz rabbim çok bağışlayan, pek esirgeyendir.*”²⁰² ayetinde ifade edilmektedir.

Tasavvuf literatüründe insanın manevi yönden gelişimini, nefsi ile mücadelesini temsil etmek maksadıyla nefsin mertebelerinden bahsedilir. Nefsin en alt mertebesi nefis-i emmare; en üst mertebesi ise nefis-i mutmainne olarak isimlendirilir. Bunların arasında kalan başka mertebeler de vardır. Nefsi emmare, insanı kötülöklere ve nefsinin isteklerini yapmaya yönelten isyankâr nefistir. Nefsi emmare mertebesinde olan kişi

¹⁹⁴ eş-Şems, 7-10.

¹⁹⁵ Aydın, *Kur’an’da İnsan Psikolojisi*, 146.

¹⁹⁶ Uludağ, “Nefs”, 526-29.

¹⁹⁷ A.g.e., 527.

¹⁹⁸ Gazzali, *İhyau Ulumi’d-Din*, 3:3.

¹⁹⁹ Aydın, *Kur’an’da İnsan Psikolojisi*, 146.

²⁰⁰ M. Doğan Karacoşkun, “İbnü’l-Arabî’de İnsan Psikolojisine Yaklaşımlar ve Kişilik Çözümlemeleri”, *Din Bilimleri Akademik Araştırma Dergisi*, C.7, S.2 (2007): 97.

²⁰¹ el-Yusuf, 18.

²⁰² el-Yusuf, 53.

şehvetin esiri, heveslerini ölçsüzce tatmin etmek isteyen, keyfine düşkün, hazzı dışında başka bir gayesi olmayan ve şeytanın vesveselerine boyun eğen kimse olmak bakımından en alt mertebededir. Nefsin bu boyutu Freud'un psikanaliz kuramındaki 'id'e karşılık gelmektedir. Kur'an'da "*Muhakkak ki nefis, kötülüğü şiddetle emreder.*"²⁰³ ayetinde bahsedilen "*kötülüğü emredici nefis*" bu kapsama girmektedir.²⁰⁴ Nefsi levvame ise kişinin kendisini hesaba çekip nefsin istek ve arzularından kurtulmak için gayret göstermesidir. Levv etmek, kınamak ve ayıplamak demektir. Levvame mertebesinde olan kişi işlediği günahlardan, hatalardan, kusurlardan dolayı pişmanlık duyarak tevbe istiğfar ederek nefsinin kınar.²⁰⁵ Freud'un kuramında kişiliğin ahlaki ve vicdani yönünü temsil eden 'süper ego'ya karşılık geldiği söylenebilir. Kur'an'da "*Levvame (pişmankar) nefse kasem ederim.*"²⁰⁶ ayetinde bahsedilen "*pişmankar nefis*" bu mertebeye işaret etmektedir. Nefsi emareden pişmanlık duyup nefsi levvame mertebesine yükselen kişi tevbe ve istiğfarda ısrar ederek, günahlardan kendini koruyan ve nefis mücahadesi içerisinde olan kişi üçüncü mertebe olarak Nefsi Mülheme mertebesine çıkar.²⁰⁷ Mülheme, ilham edilen demektir. Bu tabir Kur'an'da yer alan "*Nefse ve onu yaratılış maksadına uygun olarak şekillendirip, ona fücür ve takvâsını ilhâm edene andolsun!*"²⁰⁸ ayetinden gelmektedir. Nefsi Mutmainne mertebesi ise kişinin Allah'ın emirlerine titizlikle uyup, yasaklarından hassas bir şekilde sakınarak manevi hastalıklarından (nefsin istek ve arzularından) kurtulması, hakiki bir imana kavuşarak kalbi huzura erişmesi ve her an Allah'a zikir ve şükür halinde bulunmasıdır.²⁰⁹ Kur'an'da "*Şimdi ey başkalarının malını haksızca yemeyen huzura ermiş (itaatkâr) mü'min kişi! Rabbinin rızasına ermiş ve ondan razı olmuş olarak kullarımın arasına; ilahi rızaya ermiş kulların içine dâhil ol ve cennetime gir.*"²¹⁰ ayeti Mutmainne'ye ulaşmış nefsin Allah'ın rızasına ve iltifatına mazhar olacağını ifade etmektedir. Nefsi Mutmainne'ye erişen kişinin özellikleri Allah ile samimi, içten bir bağlılık ile bağlanmış, nefsinin isteklerini değil manevi değerleri her şeyden önce tutan, erdemli, her türlü keder ve endişeden kurtulmuş, kalbi sabır, rıza,

²⁰³ el-Yusuf, 53.

²⁰⁴ Topbaş, *İmandan İhsana Tasavvuf*, 93.

²⁰⁵ A.g.e., 97.

²⁰⁶ el-Kiyâme, 2.

²⁰⁷ Topbaş, *İmandan İhsana Tasavvuf*, 101.

²⁰⁸ eş-Şems, 7-8.

²⁰⁹ Topbaş, *İmandan İhsana Tasavvuf*, 103.

²¹⁰ el-Fecr, 27-30.

tevekkül, teslimiyet ile dolu olarak her an Allah'ın zikri ile meşgul takva sahibi olmasıdır.²¹¹ Mutmainne'ye erişen kişiler daha sonra sırasıyla râdıyye (Rabbinden razı olmuş nefis),²¹² merdıyye (Allah'ın kendisinden razı olduğu nefis)²¹³ ve kâmile (saf, berrak, arınmış ve olgun nefis)²¹⁴ olarak isimlendirilen mertebeye yönelirler ki bu mertebelere ulaşmak kişinin kendi kesbi (gayreti) neticesinde olmayıp Allah'ın kullarına kendi takdiri ile gerçekleşmektedir.

İnsan hem iyiye hem de kötüye meyilli bir varlıktır. İnsanın sahip olduğu nefis, kendi içinde zıtlıkları barındırmaktadır. Bu bakımdan kimi zaman olumlu kimi zaman olumsuz özellikleri zikredilir.²¹⁵ Genel olarak nefsin kötülüğü emredici vasıflarından bahsedilse de hayra yönlendirilebilir bir potansiyel de taşımaktadır. İşte insan bu iki zıt yönüyle gelişime ve eğitime açık bir karaktere sahiptir. Bu yönüyle insan nefis-i emareden nefis-i mutmainne'ye çıkabilmektedir. Nefis kendi potansiyelini olumsuz yöne kullandığı takdirde kötü fiiller işlemeye, olumlu yöne kullandığı takdirde ise güzel ahlaklı olma potansiyeline sahiptir. Rağıb el-İsfahani'ye göre kişinin söz ve fiil yönünden temiz olması nefisini temizlemesine bağlıdır. Kimin nefsi güzel olursa ameli de güzel hale gelir, kimin nefsi kötü olursa ameli de kötü hale gelir. O, insanın nefisini temizlemesinin şu üç kuvvetin ıslahı ile mümkün olabileceğini söyler: “Düşüncenin ıslahı, şehvet dürtüsünün ıslahı ve hamiyetin (öfkenin) ıslahı.”²¹⁶

Dokuz Yüz Katlı İnsan eserinde Mustafa Merter insanın hem iyilik hem de kötülük işleyebilecek potansiyelde olduğunu belirterek nefsin tek başına kötülüğün kaynağı olarak görülmemesi gerektiğini savunmaktadır.²¹⁷ Zira insan, Yüce Allah tarafından “*Muhakkak ki nefis, kötülüğü şiddetle emreder.*” (Yusuf, 53) gibi ayetler ile nefis konusunda uyarılmış ve nefisini iyiye yöneltmesi noktasında teşvik edilmiştir. Ona göre nefis, “*ilahi kökenli, akıllı yasalar tarafından yönetilen, kendi kendini düzeltme potansiyeli taşıyan, yarı bağımsız bir sistemdir.*”²¹⁸ Ayrıca Merter, insanın nefis-i

²¹¹ Topbaş, *İmandan İhsana Tasavvuf*, 103-104.

²¹² A.g.e., 105-107.

²¹³ A.g.e., 107-108.

²¹⁴ A.g.e., 109.

²¹⁵ Uludağ, “Nefs”, 526-529.

²¹⁶ Aydın, *Kur'an'da İnsan Psikolojisi*, 152-53.

²¹⁷ Mustafa Merter, *Dokuz Yüz Katlı İnsan* (İstanbul: Kaknüs Yayınları, 2012), 188-190.

²¹⁸ Mustafa Merter, “Nefs Psikolojisi Ekolu”, [08 Ocak 2022], <https://www.drmostafamerter.com/pages/nefis-psikolojisi-ekolu/>.

şehvani adında hayvansal dürtülere sahip olduğunu söyleyerek bunun Freud'un "libido" olgusuna karşılık geldiğini belirtir. Bunun yanında insanın hayvandan farklı olan, muhakeme edebilen nefs-i derrake'ye de sahip olduğunu ifade etmektedir.²¹⁹ Bu yönüyle akıl ve muhakeme yeteneği düzgün kullandığında nefsin insanı ahlaklı ve ulvi bir seviyeye taşıyacağı söylenebilir.

Muhâsibî'ye göre nefis; kişiyi özlem ve arzulara götürmeye kapı açan, cahil, aklın nazarında aşağılık konumda olan, kötü davranışları yapmaya sebep olan ve insanı Allah'tan uzaklaştıran şeylere çağırandır. Nefsi, insanın düşmanı olarak gören Muhâsibî'ye göre nefsin kınanması, cezalandırılması ve öz eleştiriye tabi tutulması gerekmektedir.²²⁰ Nefsini tanımak isteyen insan, nefsinin karşı su-i zan beslemelidir.²²¹

Nefsin gerçek yüzü Muhâsibî'ye göre imtihan halinde ortaya çıkmaktadır. Nefsin içerisinde bulunan güzel-çirkin ve doğru-yalan gibi bütün hasletler kişinin karşısına çıkan imtihanlarda verdiği tepkilerde kendini belli eder. Bundan dolayı kişi nefsinin akıl terazisine koymalı, onun ortaya koyduğu olayları test edip sahil ve gerçek olanlarını kabul etmeli, bâtil ve yalan olanlarını ise reddetmelidir.²²² Nefisten ve onun isteklerine karşı dikkatli olmak gerekmektedir. Çünkü nefis her daim kişinin amellerinin boş çıkmasını ve helak olmasını ister. Bir an göz açıp kapatıncaya kadar boş bulunmak, gaflete düşmek nefsin saldırıları ile karşılaşmaya neden olur. Bu sebeple kişinin çok dikkatli olması ve Allah'ın huzurunda gözyaşı dökmeyi, ağlamayı, iki büklüm eğilip huşu içinde bulunmayı, O'na sığınıp O'ndan yardım dilemeyi ihmal etmemelidir.²²³

İnsanın kendi nefsindeki ayıpları görmede ahmak, başkalarının ayıplarını görmede ise allame olduğunu söyleyen Muhâsibî'ye göre kişinin başkalarının ayıbını gördüğünde gizlemesi başkalarının da onun ayıbını gördüğü vakit gizlemesine vesile olur. Bundan dolayı kişi başkasının yerine kendini koyarak düşünmelidir. Ayrıca sevdiği kişilerin de başkalarının kusurlarını gördüğü gibi onun kusurlarını görebileceklerini düşünmelidir. Böyle bir durumda kişi başkalarının kusurunu görmekten vazgeçip

²¹⁹ Merter, *Dokuz Yüz Katlı İnsan*, 188-90.

²²⁰ Ebû Abdillâh Hâris b. Esed el-Muhâsibî, *Allah'ı Arayış (El-Kasdu ve'r-Rucu'u İlallah)*, çev. Osman Arpaçukuru (İstanbul: İlke Yayıncılık, 2017), 17.

²²¹ Ebû Abdillâh Hâris b. Esed el-Muhâsibî, *Nefs Adabı (Adabu'n Nüfus)*, çev. Ersan Urcan (Ankara: İ'tisam Yayınları, 2019), 148.

²²² el-Muhâsibî, *Tevbenin İlk Adımı (Şerhu'l Marife ve Bezu'n Nasihah)*, 179.

²²³ A.g.e., 181.

düşündüklerini kalbine gömer. Bunun yanında güzel bir şey gördüğünde haset etmekten de sakınmak gerekir. Ona göre hased, su-i zan ve kin kişiden önde gelir ve bu nedenle araştırma yaparak, muhasebede bulunarak kalbin meşgul edilmesi gerekmektedir.²²⁴

Muhâsibî'ye göre nefs-i emmare, insanı kötülöklere meylettirir; heva da Allah yolundan çeldirir ve Allah'a giden muhabbet yolundan alıkoyar. Nefs-i emmare her daim kötölöğü emrettiğı için insanın en kötü arkadaşıdır.²²⁵ Ayrıca insanı Allah'ın emirlerini ihlal etmeye götürür.²²⁶ Bu sebeple insanın her daim teyakkuzda olması ve kendini Allah'a yaklaştıracak işleri muhasebe etmesi gerekir. Kişinin teyakkuzda kalmasını sağlayan şey O'na göre akıldır. Nefs-i emmareye karşı akıl ile muhalefet edilmelidir. Çünkü nefs-i emmareye muhalefet etmek, Allah'ın rızasına uygun hareket etmek anlamına gelmektedir.²²⁷ İnsanın nefesine itaat etmesi kendisini ahiret gününde perişan eder, ona isyan etmesi ise kurtuluşuna vesile olur. Binaenaleyh O'na göre insan artık nefisini terbiye etmeye, onu sürekli azarlamaya, kınayarak ilahi rızaya muvaffak hale getirmeye kesin bir şekilde karar vermelidir.²²⁸ Çünkü nefsin hastalıkları ve şeytanın hileleri insana dünya hayatını şatafatlı gösterir ve insanı ahiretten alıkoyar. Böylece insan heva ve hevesine uyarak yaşamaya başlar ve Rabbinin huzuruna çıktığında rezil olacağı işlere girer.²²⁹

Muhâsibî şöyle der: “*Nefis izzete (üstün olmaya) aşıktır; izzet nefsin gözbebeğidir.*” Nefislerdeki izzet duygusu (üstünlük, itibar, prestij, saygınlık) kalp hastalıklarının temeli olarak görölmektedir. İnsanlardaki makam ve riyaset sevgisi bu duygudan kaynaklanmaktadır. Ayrıca kibir, böbürlenme, haset, öfke, kin ve taassubiyet gibi kalp hastalıkları da ondan çıkar. İzzet, ahiret için dünyayı terk edenlerin kalplerinde kalan en son duygu olduğundan nefsin ondan kurtulması son derece zordur.²³⁰ Kişiyeye düşen bu hastalıkların küçük görmeyerek ciddiye alarak bu kötü ahlaki huylardan arınmak

²²⁴ el-Muhâsibî, *Nefis Adabı (Adabu'n Nüfus)*, 65-66.

²²⁵ A.g.e., 69.

²²⁶ el-Muhâsibî, *Hakk'ı Arayanlara Nasihatler*, 89.

²²⁷ el-Muhâsibî, *Nefis Adabı (Adabu'n Nüfus)*, 70.

²²⁸ el-Muhâsibî, *Tevbenin İlk Adımı (Bed-ü Men Enabe İlallah)*, 19.

²²⁹ el-Muhâsibî, *Hakk'ı Arayanlara Nasihatler*, 94.

²³⁰ el-Muhâsibî, *Nefis Adabı (Adabu'n Nüfus)*, 93-94.

için çalışmasıdır. Zira Allah'ın hoş karşılamadığı şeyleri küçük görerek ısrarla yapmaya devam etmek O'na isyan ve küfürdür.²³¹

Muhâsibî, kişinin nefesine ve kalbine yerleşmiş olabilecek kötü düşünce ve duygulardan dolayı kişinin kalbine keskin bir bakışla bakması gerektiğini vurgular. O, bu tarz kötü düşünceleri kişinin evine izin almadan giren hırsıza benzetir. Nasıl ki eve izinsiz giren bir kişinin evde tahribat yapmayacağından emin olunamazsa kötü düşünceler de kalbin gaflet ve dalgınlık anını kollayarak oranın idaresini almak için hücum eder. Fakat kişi ona karşı mücadele eder ve onu yok etmek için gayret ederse bu düşüncelerde zayıflık oluşur.²³² Nefsine muhalefet eden kişi, onun çağırıldığı heva ve heveslere savaş açarak Allah'ın emirlerini nefsin arzularından ayırt etmektedir. Bu halin devamlı olması için ibadetleri ertelememek, kötü huyları sürekli kınamak, nefsi hesaba çekmek, arzu ve kuruntuları gömmeye çalışmak mühimdir.²³³

Amelleri tartma konusunda insanları iki gruba ayıran Muhâsibî, ilk gruptakileri nefsini hesaba çeken, onun ne halde olduğuna bakan ancak onun yanlış yolda olduğunu gördüğü zaman nefsinin peşini bırakan ve gaflete düşmüş kişiler olarak tanımlar. O'na göre bunlar şeytanın tuzağına düşmüş kişilerdir. Diğer gruptakileri ise, nefsini muhasebeye çeken, kendileri ile hevaları arasında aklı hakem kılan ve aklın onayladığını kabul edip reddettiği şeylerden uzaklaşan kişiler olarak ifade etmektedir. Bu şekilde davrananlar nefis muhasebesi yapmak, heva ve heveslerine muhalefet etmeleri sayesinde Allah'ın seçkin kullarından olurlar.²³⁴

Nefsi terbiye etme noktasında atılacak ilk adım, nefse hoş gelen düşünceleri iyice anlayıp kavramak üzere kişinin konuşmaktan uzak durup, sessizliğe bürünmesidir. Bu sükûn hali devam ettikçe insan o vakte kadar işlemiş olduğu birçok hatayı, yanlışını anlayarak, Rabbinin gazabına maruz kaldığını görerek inadı kırılacaktır. Sonra nefsini kınamaya devam ettikçe nefsi yumuşayıp günahlarını itiraf edecektir. Nefis bu itirafı yapınca günahlarının büyüklüğünü ve çokluğunu düşünerek gözyaşlarını akıtacak ve geçmiş günahları nedeniyle büyük pişmanlık duyup Allah'tan af ve mağfiret dilemesine sebep olacaktır. Ardından tövbeye yönelerek kalbini günahlara ısrar etme

²³¹ el-Muhâsibî, *Hakk'ı Arayanlara Nasihatler*, 80.

²³² el-Muhâsibî, *Nefis Adabı (Adabu'n Nüfus)*, 67.

²³³ el-Muhâsibî, *Tevbenin İlk Adımı (Şerhu'l Marife ve Bezu'n Nasihah)*, 193.

²³⁴ A.g.e., 199.

kirinden temizleyip arındıracak ve nurlanıp aydınlanacaktır. Nefsin inadını kırmanın devamını sağlamanın yolu oruç tutmak ile olur. Bu sayede kişi nefsin yemekle kuvvet kazanan güçleri azalacak ve günahlara olan meyli azalacaktır. Tüm bunların neticesinde nefis kendisini kötülüğe sevk eden şeyleri terk edip bunların yerine iyiliğe yöneltecek şeyleri geçirecektir.²³⁵

Muhâsibî'ye göre nefis muhasebesi, aklın neleri eksik neleri fazla yaptığını kontrol etmesini sağlamakla, benliği kendi ihanetinden korumasıdır. Nefis muhasebesi yapan kişinin “Ben bunu niçin yapıyorum? Kimin için yapıyorum? gibi soruları sorması gerekir. Eğer cevabı ‘Allah için’ ise, o eylemi yerine getirmesi, şayet cevabı ‘Allah’tan başkası için’ ise, ondan geri durmalıdır. Ona göre kişiyi özeleştirme yapmaya yönelen durumlar; noksanlık endişesi, eksik çıkma korkusu, kar ve kazancı artırma arzusudur.²³⁶ Kişinin işlerinin hayırlı olarak sonuçlanmasının ölçüsü o işlerin muhasebesini yapmasına bağlıdır. Şayet muhasebe etmezse işleri hayırla tamamlanmaz.²³⁷

Muhâsibî, Hz. Ömer’in ‘*Başkası tarafından tartılmadan önce siz kendinizi tartınız!*’ sözünü aktararak, bu sözden hareketle “batıla en küçük bir yönelişe dahi göz yummayan bir tavırla kişinin kendini sorgulaması” gerektiğine vurgu yapmaktadır. Bu sayede kişinin gerçeği, eşyanın hakikatini görebilme yeteneği güçlenir, anlayış ve kavrayışı artar, anında delil getirme kabiliyeti kazanır ve ilahi sır ve hakikatler hakkındaki bilgisi derinleşir. Bu kazanımların elde edilebilmesi ise, kişinin kalbini hangi sıklıkla sorgulamaya çektiğine bağlıdır.²³⁸

Nefis muhasebesinin hakkıyla yapılması için kişide bulunması gereken üç özellik vardır. Birincisi, kişinin nefisini gerekli kararlılık ve çabayı göstermekten alıkoyan her türlü ilişki ve alakadan uzak tutmasıdır. İkincisi, kişinin istediği sonucu elde edemeyeceği korkusu ile nefisini hesaba çekmekten başka bir şeyle meşgul olmamasıdır. Üçüncüsü ise, kişinin özeleştirisini yeterince yapmadığı düşüncesiyle Allah’ın kendisini hesaba çekeceği korkusunu taşımasıdır.²³⁹

²³⁵ A.g.e., 20-22.

²³⁶ el-Muhâsibî, *Allah’ı Arayış (El-Kasdu ve’r-Rucu’u İlallah)*, 17.

²³⁷ el-Muhâsibî, *Nefis Adabı (Adabu’n Nüfus)*, 68.

²³⁸ el-Muhâsibî, *Allah’ı Arayış (El-Kasdu ve’r-Rucu’u İlallah)*, 18.

²³⁹ A.g.e., 18-19.

Muhâsibî'ye göre insanı nefis muhasebesinden alıkoyan şey nefsi zevk ve düşkünlüklerin, ihtiras ve tutkuların kalbini kaplamış olmasıdır. Ona göre insanın ihtiras ve tutkulara kendini kaptırarak rahata yönelmesiyle kalp zayıf düşer ve sonunda nefsi zevk ve düşkünlükler ona hâkim hale gelir. Bunun sonucunda ise kalp özeleştiriden uzak durur ve giderek bakışları körelerek özeneceği veya sakınacağı bir şey göremez olur.²⁴⁰

Muhâsibî'ye göre nefsi cezalandırmanın yolu onu sevdiklerinden ayırmakla ve nefsin üzerinden korku kırbacını eksik etmemek ile gerçekleşir. Ayrıca kişinin bütün işlerinde nefsinin kontrol ve gözetim altında tutmaya devam etmesi, belirlenmiş vakitlerde düzenli olarak Kur'an, salavat ve duaları okuması nefsin çektiği zahmet ve zorluğu fazlaştırmakla gıdasını azaltır. Böylelikle nefis, hazlarından mahrum kalmış olur. Kişinin tüm bunları nefsinde oluşan kendini beğenme özelliği azalınca dek yapmaya devam etmesi gereklidir. Sonunda nefis, güçten düşüp dinginleşerek, büyüklenmeyi, azgınlığı ve kötülüğü terk edip Allah'a boyun eğer.²⁴¹

Nefsin idaresi noktasında Muhâsibî bazı tavsiyelerde bulunmaktadır. Kişinin amellerinin boşa gitme endişesi ile nefsinin iyi tanınması ve hallerini iyice incelemesi, kalbinin derinliklerindeki bağları araştırması gerekir. Binaenaleyh kişinin nefsinin helak olması en büyük felaket ve kıyamettir. Ona göre kişinin nefsine kalp gözüyle, ciddiyetle ve derin bir şekilde bakarak nefsinin işlediği amellerin afetlerini düşünmesi ve bu sayede içinde bulunan fesadın farkına varması gerekir. Bunlar haricinde kişinin nefsinin isteklerinin aksine doğru yöneltmesi, konuşurken doğruyu söylemesi, kalbindeki niyeti müstakim kılması, gözlerini Allah'ın hoşlanmadığı şeylere karşı yumması, kulağını Allah'ın kerih gördüğü çirkin ve şehvi şeylere kapatması, mideye giden besinlere ve giydiği elbiseye dikkat etmesi gerekir. Muhâsibî bu hususların kişiyi hevaya uymaya, nefse itaat etmeye ve günah işlemeye sevk eden vesileler oldukları için tümüne titizlikle riayet edilmesi gerektiğini vurgulamaktadır.²⁴²

Nefsinin her an günahlara karşı dikkatli olmaya zorlayan ve Rabbine itaat yoluna girip kendisini ibadete adanmış olan kişiler övülme, saygı duyma ve takdir edilme, şöhret bulmayı arzularlar. Muhâsibî'ye göre bu duygular nefsin aldatmacasıdır ve bu

²⁴⁰ el-Muhâsibî, *Tevbenin İlk Adımı (Bed-ü Men Enabe İlallah)*, 55-57.

²⁴¹ el-Muhâsibî, *Allah'ı Arayış (El-Kasdu ve'r-Rucu'u İlallah)*, 20.

²⁴² el-Muhâsibî, *Nefis Adabı (Adabu'n Nüfus)*, 19-20.

duygulara karşı alınması gereken tedbirleri zikretmektedir. Bu durumda olan kişi öncelikle nefisini kınamalı, Allah'a ibadet konusunda riya ve gösterişe kapıldığı takdirde ilahi gazaba maruz kalacağını hatırlamalıdır. Fakat nefis aldatmacasına devam eder ve ihlaslı bir şekilde yalnızca Allah'a ibadet etmesinden dolayı kendini beğenirse bu sefer ona, kendisini gafletten uyandırmış olan Allah'a karşı şükür borcunun olduğu hatırlatılmalıdır. Zira yaptığı bütün iyiliklerin sahibinin Allah olduğunu unutmaması gerekir.²⁴³ Bu noktada nefis yine boş durmayarak başka bir aldatmacaya müracaat eder. O da Allah'ın kendisini nefsanî arzularından uzaklaştırarak ibadet ve taat ehli olarak şerefli kılması sebebiyle başkalarından üstün olduğunu düşünmesidir. Bu aldatmacaya karşı ise Muhâsibî, kişinin geçmişte Allah'a karşı işlediği günahların sonucunda maruz kaldığı durumları, kendi günahlarının küçümsediği kişilerin günahlarından daha çok olduğunu ve küçümsediği kişilerin Allah katında daha faziletli kimseler olduğunu nefse bildirmek gerektiğini tavsiye etmektedir. Son olarak ise nefis Allah'ın kendisini huşu ve tevazu sahibi kılmasının sebebinin Allah tarafından seçilmiş bir kişi olduğunu düşünür. Bu durumda yine nefsi uyarıp kınamak, günahlarını hatırlatmak ve ona vazifesini henüz hakkıyla yerine getirmedeğini, hangi hal üzere öleceğinin meçhul olduğunu hatırlatmak gerekir. Tüm bu aldatmacalara karşı mücadelesine yılmadan devam etmesi sonucunda ise artık nefis boyun eğerek, korkarak, ürpererek ve kibri bırakarak yoluna devam edecektir. Böylece riya, ucb (kendini beğenme), kibir ve kendini yüce bilme huylarının asıl düşmanı olduğunu, kendisini Allah'a itaatten asıl alıkoyan şeylerin bu huylar olduğunu fark edecektir. Bundan dolayı Muhâsibî kişinin kalbini bu duygulara kaptırmamak için son derece dikkatli olması gerektiğini, gaflet ve unutma hallerinde bu duyguların nefisini ele geçirmemesi için onlara karşı koymak gerektiğini vurgulamaktadır.²⁴⁴

Nefislerini muhasebe eden azimet sahibi ve kalp fazilet sahibi Allah dostlarının tecrübe ettiği bazı hasletler vardır. Bu hasletleri heva ve heveslerine karşı kararlılıkla mücadele ederek yerine getirmeleri ve nefislerini terbiye etmeleri sebebiyle çok şerefli makamlara ulaşmışlardır. Bu hasletlerin ilki gerek doğru söz üzerine gerek yalan üzerine gerek kasten gerekse de sehven olsun Allah adına yemin etmemektir. İkinci haslet; şaka veya gerçek, her türlü durumda yalandan uzak durmaktır. Bunu alışkanlık

²⁴³ el-Muhâsibî, *Tevbenin İlk Adımı (Bed-ü Men Enabe İllallah)*, 29.

²⁴⁴ A.g.e., 30.

haline getiren kişinin Allah göğsünü açar, amelini saf ve berrak kılar. Üçüncü haslet; insanlara söz verdiğinde o sözü yerine getirmektir. Çünkü kişinin verdiği sözü yerine getirmemesi bir çeşit yalandır. Bu hususta hassas davranan kişiye Allah, bolluk kapılarını açar, haya mertebesi bahşeder ve onu sadık insanlar arasına alır. Dördüncü haslet; hiçbir mahlukata karşı lanet okumamak ve hiçbir şeyi incitmemektir. Bu haslele sahip olmanın, Allah tarafından dünyada muhafaza edilmek gibi güzel bir akıbeti vardır. Beşinci haslet; Allah'ın yarattığı hiçbir şeye beddua etmemektir. Altıncı haslet; Müslümanlara müşrik, kafir, fasık gibi ithamlarda bulunmamaktır. Yedinci haslet; Allah'ın haram kıldığı günahlardan hiçbirine göz dikmemek, el uzatmamak, gizli-açık her durumda bu günahlardan bütün uzuvları uzak tutmaktır. Sekizinci haslet; mahlukata karşı küçük veya büyük hiçbir sıkıntı vermemektir. Dokuzuncu haslet; insanlardan beklentiyi kesmek ve onların elinde olan hiçbir şeye tamah etmemektir. Onuncu haslet; kişinin karşılaştığı her insanı kendinden daha faziletli bilmesidir. İnsan bu hasletler ile kendini terbiye ettiği, bunları alışkanlık haline getirdiğinde bu hasletler onu hem dünyada hem ahirette yüksek mertebelere ulaştırır.²⁴⁵

Nefsin modern psikoloji ile ilişkisine bakıldığında id, ego ve süper egodan oluşan farklı boyutları olduğundan bahsedebiliriz. İd, insanın arzularını temsil eder. Nefsin bu yönünün kontrol edilmesi ve eğitilmesi gerekir. İşte Muhasibi'nin psikoloji anlayışında nefis terbiyesi olarak ifade edilen yöntem ile kişi arzu ve dürtülerini kontrol altına almaktadır.

3.5.2. Ruh

Ruh kelimesi Arapça “*revh*” kökünden gelen bir kelime olup Türkçe’de “*canlılarda hayatı sağlayan unsur*” olarak tanımlanmaktadır. Sözlük anlamına göre “*gitmek, geçmek; (hava) rüzgârlı olmak; (bir şey) geniş ve ferahlık verici olmak*” gibi manalara gelir.²⁴⁶ Kur’an’da yirmi yerde ruh kelimesi geçmektedir.²⁴⁷ Yusuf Şevki Yavuz ruhu “*Ana rahminde oluşması sırasında melek tarafından insanın bedenine üflenen ve*

²⁴⁵ el-Muhâsibî, *Tevbenin İlk Adımı (Şerhu'l Marife ve Bezlu'n Nasih)*, 182-185.

²⁴⁶ Yusuf Şevki Yavuz, “Ruh”, *DİA*, 2008, 187.

²⁴⁷ el-Bakara/82, 253; en-Nisa/171; el-Maide/110; el-Hicr/29; en-Nahl/2, 102; el-İsra/85; el-Meryem/ 17; el-Enbiya/91; eş-Şuara/193; es-Secde/9; es-Sad/72; el-Ğafir/15; eş-Şûra/52; el-Mücadele/22; et-Tahrim/12; el-Mearic/4; en-Nebe/38; el-Kadr/4.

ölümü anında insan bedeninden çıkarılan idrak edici ve bilici hakikati.” olarak tanımlamaktadır. Ayrıca O’na göre insan ruhu “*canlılık, bilinç, akıl, idrak, irade gibi niteliklere sahip bir özden*” meydana gelmektedir.²⁴⁸ Ruh kavramını nefis kavramı ile eş anlamda kullanan İslam alimleri olduğu gibi ruh ve nefis kavramlarının farklı olduğunu savunanlar da olmuştur. Biz ikisinin de farklı kavramlar olduğu düşüncesinden hareketle ruhun nefsi de kapsayıcı olarak insanın hem biyolojik yapısını hem de bilen ve algılayan insani yanını ifade ettiğini söyleyebiliriz.

Ruhun mahiyeti hakkında tartışmalar her dönemde tartışıl gelmiştir. Eski Yunan Felsefesi, modern felsefe akımları, ilkel kabile dinleri, semavi dinler ve daha nice düşünce akımı ve dinler ruhun varlığı ve mahiyeti hakkında fikirler üretmişler ve kendi görüşlerine göre cevaplar aramışlardır. Bu konuya son noktayı ise Yüce Allah, Kur’an’ı Kerim ile birlikte koymuştur. Kur’an’a göre ruhun mahiyeti ile ilgili bilgi, gayb alemine ait bir bilgi olup Allah’a aittir ve bu konuda insanların bilgisi sınırlıdır. Nitekim bu konu “*Rasulüm! Sana ruhun ne olduğunu soruyorlar. De ki: “Ruh Rabbimin bir emrinden, sadece O’nun bileceği işlerdendir. Bu hususta size pek sınırlı bilgi edinme imkânı verilmiştir.”*”²⁴⁹ ayeti ile insanlara bildirilmiştir. İnsan aklının sınırlı kapasitede yaratılmış olmasından ve ruh, duyuyla hissedilmeyen manevi bir olduğu olmasından kaynaklı insan onun mahiyetini kavrayamamaktadır. Ancak insanda ortaya çıkan acımak, üzölmek, sevinmek gibi eylemler ile ruhun varlığı anlaşılabilir. ²⁵⁰

Kur’an’da ruh kavramı farklı anlamlarda kullanılmaktadır. Bu manaların Allah’ın müminlere yardımı²⁵¹, Kur’an ve Vahiy²⁵², Cebrail²⁵³, Hz. İsa’nın yaratılışı²⁵⁴, Hz. Adem’in yaratılması (ruh üflenmesi)²⁵⁵ şeklinde olduğu görölmektedir.

Kur’an’a göre insanın diğer varlıklardan daha üstün bir varlık olmasının sebebi Allah’ın insana kendi ruhundan üflemiş olmasıdır. Allah’ın insana ruhundan üflemesi

²⁴⁸ Yavuz, “Ruh”, 187.

²⁴⁹ el-İsra/85.

²⁵⁰ Muhittin Bağçeci, “İnsanın Mahiyeti ve Ruhü”, *Erciyes Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Yayınları Bilimname VIII*, S.2 (2005): 33-50.

²⁵¹ el-Mücadele/22.

²⁵² eş-Şura/52.

²⁵³ en-Nebe/38; el-Mearic/4; el-Kadr/4; en-Nahl/102.

²⁵⁴ el-Enbiya/91; et-Tahrim/12.

²⁵⁵ el-Hicr/29; es-Secde/9; es-Sad/72.

ona bilinç, şuur, düşünce, canlılık, hayat vermesini ifade etmektedir. Bu durum Kur'an'da bu durum şu şekilde anlatılmaktadır: “*Hani Rabbin meleklere, 'Ben kuru bir çamurdan, şekillendirilmiş balçıktan bir insan yaratacağım. Onu düzenleyip içine ruhumdan üflediğim zaman, onun için hemen saygı ile eğilin' demişti.*”²⁵⁶

Gazzali, Ragıp el-İsfahani ve Mâtürîdî gibi alimlere göre ruh “*soyut, kutsal ve basit bir cevher olup beden bütününe yayılmıştır. Madde türünden bir cisim, cevher veya araz değil tek bir cevherdir, başlı başına vardır, zaman ve mekânla sınırlı değildir, duyularla algılanamaz.*”²⁵⁷

Nevzat Tarhan ruhu bir bilgisayar programına benzetmektedir. Ona göre nasıl bilgisayar programları, bilgisayara içi boş olarak yüklenir ve ona program olarak zevkler, yetenekler yüklenir ve geliştirilirse aynı şekilde insan ruhu da zenginleştirilip genişletildiği ölçüde fayda sağlamaktadır.²⁵⁸

Muhâsibî, ruhun mahiyeti hakkında çok kısıtlı bilgi vermektedir. O ruhun varlığını ölüm anı üzerinden dile getirir. İnsan acıyı tüm bedeninde hissedebilir ve bedenine bir diken dahi batsa bunun acısını ruhunda da hissedebilir. Buna göre acı ve sevinç duymak gibi hisler ruh sayesinde algılanmaktadır. O insanın acı duyması ve ölüm gerçeği üzerinden ruhun bedenden çekildiğinde en derin ızdırabı çekeceğini, ölümün kılıç darbesi ile kesilmekten daha fazla acı vereceğini ve bunun ruh sayesinde hissedileceğini vurgular. Ruh bedenden çıktıktan sonra ise hayat kesilmiş olur, kişinin bedeni artık ateşe atılsa dahi bunu hissedemez.²⁵⁹

İnsanı diğer varlıklardan ayıran özelliği ruhunun olmasıdır. Ruhsal gerçeklik insanın hayatına anlam katarak onun yaşamdaki temel sorularına cevaplar sunar. Ruh sayesinde insan inanç, yaşam ve ölüm gibi olguları anlamaktadır. Bundan dolayı insanı beden-ruh birlikteliği içerisinde değerlendirmek gerektiği gibi ruhtan bağımsız bir varlık olarak görmek de söz konusu değildir.

²⁵⁶ el-Hicr/28-29.

²⁵⁷ Yavuz, “Ruh”, 189.

²⁵⁸ Nevzat Tarhan, *İnanç Psikolojisi ve Bilim* (İstanbul: Timaş Yayınları, 2021), 124.

²⁵⁹ Ebû Abdillâh Hâris b. Esed el-Muhâsibî, *er-Riaye: Nefs Muhasebesinin Temelleri*, çev. Şahin Filiz ve Hülya Küçük (İstanbul: İnsan, 2020), 172-173.

3.5.3. Kalb

Kalb kelimesi Arapça “*klb*” kökünden gelen bir kelime olup Türkçe’de “*vücutta kan dolaşımını sağlayan organ*” olarak tanımlanmaktadır. Sözlük anlamına göre “*bir şeyin içini dışına çıkarmak, altını üstüne getirmek, ters çevirmek, bir şeyi başka bir şeye dönüştürmek ve değiştirmek*” gibi manalara gelmektedir. Kur’an ve hadislerde geçen “*fuâd, sadr, lûb, nühâ ve rû*” kelimeleri de kalb kelimesi ile aynı manalarda kullanılmaktadır.²⁶⁰

Kur’an kalbin tanımlarından çok işlevleri üzerinde durur ve bu işlevlerin zan, tezekkür, cehd, şek, küfür, tasdik ve yakın olduğunu belirtir.²⁶¹ Kur’an’a ve hadislere göre kalb, insanın anlama, kavrama, düşünme ve bilme yönüyle insanı diğer canlılardan ayıran ve insan kılan özelliklerini ifade eder. İnsani hayatın, idrakin, duygu ve düşüncelerin merkezi ayetlerde belirtildiğine göre kalb’tir. Bundan dolayı “Kalpleri var ama onunla bir şey anlamıyorlar”²⁶²; “Akletmek için onlarda kalb yok mu?”²⁶³; “Kalbi olanlar için bunda öğüt vardır”²⁶⁴ mealindeki ayetlerde kalbin idrak etme özelliğine vurgu yapılmaktadır.²⁶⁵ Buna göre insan kalb sayesinde idrak eder, anlar ve kavrar. Kalbin insanın idrak etmesini sağlayan bir merkez oluşu Kur’an’da şöyle ifade edilir: “*Yeryüzünde gezip dolaşmadılar mı ki, düşünecek kalpleri, işitecek kulakları olsun? (Dolaştılar, ama ibret almadılar). Çünkü gerçekte gözler değil, göğüslerdeki kalpler kör olur.*”²⁶⁶

Kalb, Kur’an’a göre insanın duygu, düşünce ve akletmesini sağlayan bir kaynak olarak görülmekle birlikte aynı zamanda insanın davranışlarını harekete geçiren bir güç olarak da kabul edilmektedir.²⁶⁷ Bu yönleriyle kalbin hem akla hem bedene hem de manevi yönüne yani inanma duygusuna kaynaklık ettiğini söyleyebiliriz. Ayrıca

²⁶⁰ Süleyman Uludağ, “Kalb”, *DİA*, C.24 (2001): 229.

²⁶¹ Handan Filinte, “Mekki Surelerde Kişilik İnşası” (Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, İstanbul, İstanbul Sabahattin Zaim Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, 2018), 130-131.

²⁶² el-A’raf/179.

²⁶³ el-Hac/46.

²⁶⁴ el-Kaf/37.

²⁶⁵ Uludağ, “Kalb”, 230.

²⁶⁶ el-Hac/97.

²⁶⁷ Emine Ögük, “İmanda Etkin Olan Temel Unsurlar: Akıl, Kalp ve Beden”, *Kelam Araştırmaları*, C.12, S.1 (2014): 178.

İslam'da vahiy, ilham, keşif ve marifet olarak isimlendirilen hallerin merkezi de kalbdır.²⁶⁸

İman ve inkâr; her ikisi de kalbi eylemlerdir. İnsanın aklen kabul ettiği şeyler imanla yoğrulup duygular yoluyla kalbe geçer. İmanın insanda yer etmesinin yegâne şartı kalbin tasdikidir. Diğer bir deyişle insanın kalbinde şüphe olmadan samimi bir şekilde kelime-i tevhid'i kabul etmesidir. İman ve inkarın mahalli olan kalb²⁶⁹, insanın manevi yönüne etki etmesi bakımından değişkenlik göstermektedir. Bu durum neticesinde kişinin duygu, düşünce ve inançlarında değişimler gözlenir. Bir hadiste geçen, "Ey kalbleri değiştiren, evirip çeviren Allah'ım, kalbimi dinin ve taatin üzerine sabit kıl."²⁷⁰ ifadesi bu hususu destekleyici niteliktedir. Kalbin bu değişimi Kur'an'da ve hadislerde olumlu yönleri ile şu şekilde ifade edilmektedir: kalbin temizliği,²⁷¹ Allah'ın kalbleri nurlandırması,²⁷² takvanın mahallinin kalb olması,²⁷³ Allah'ın kalblere huzur, sekinet, sebat ve huzur vermesi,²⁷⁴ Allah'ın kalblere hidayet vermesi, kalbleri kaynaştırması ve insanı şefkatli, merhametli kılması.²⁷⁵ Olumsuz yönde değişimleri ise, kalb körlüğü,²⁷⁶ kalbin taşlaşması ve kalb kasveti,²⁷⁷ kalblerin mühürlenmesi,²⁷⁸ kalbin gerçeği algılayamaması,²⁷⁹ kalbin kilitlenmesi ve perdelenmesi,²⁸⁰ Allah'ın yoldan çıkanların kalblerini saptırması²⁸¹ olarak ele alınmaktadır.²⁸² Kalbinin aldığı tüm bu haller neticesinde insan, kendi iradesiyle iyiliği ve kötülüğü tercih edebilecek potansiyelindedir.

Kur'an'da kalplerin ancak Allah'ın anmakla mutmain olacağı, gerçek huzura kavuşacağı²⁸³ vurgulanmaktadır. Bu yönüyle kalb Allah'ı zikir ve tefekkür ile daima

²⁶⁸ el-Bakara/97.

²⁶⁹ el-Hucurat/7, 14; el-Mücadele/22.

²⁷⁰ Tirmizi, "De'avât", 89.

²⁷¹ el-Maide/41.

²⁷² Buhari, "De'avât", 9; Müslim, "Müsâfirîn", 181.

²⁷³ el-Hac/32.

²⁷⁴ el-Bakara/260; Al-i İmran/126; el-Maide/113; el-Enfal/10; er-Ra'd/28; el-Fetih/4, 18.

²⁷⁵ Al-i İmran/103; el-Hadid/27; et-Teğabün/11.

²⁷⁶ el-Hac/46.

²⁷⁷ el-Bakara/74; el-Maide/13; el-En'am/43; ez-Zümer/22.

²⁷⁸ el-Bakara/7; en-Nahl/108; el-Casiye/23.

²⁷⁹ A'raf/101; el-Yunus/74.

²⁸⁰ el-Bakara/88; el-En'am/25; el-İsra/46; el-Muhammed/24; el-Mutaffifin/14.

²⁸¹ es-Saf/5.

²⁸² Uludağ, "Kalb", 230.

²⁸³ er-Ra'd/28.

anmalı ve her an onunla beraber olmalıdır. Aksi takdirde kişinin kalbi hakikate kapalı, kasvetli ve hatta imandan ve Allah'ın zikrinden yüz çevirdiği takdirde kalbi mühürlü hale gelebilmektedir.

Kalb bütün vücuda kan pompalayan bir organ olmasının yanında İslam düşüncesinde kalb, şuur, vicdan, idrak, duygu, akıl, irade, sezgi, duygu ve düşünce kuvvetlerinin merkezi olarak kabul edilir. Hz. Peygamber, kalbin insan bedeninde bulunan en önemli organ olduğunu şöyle buyurmaktadır: *"...Dikkat edin! Vücutta öyle bir et parçası vardır ki o iyi (doğru ve düzgün) olursa bütün vücut iyi (doğru ve düzgün) olur; o bozulursa bütün vücut bozulur. Dikkat edin! O, kalptir."*²⁸⁴ Buna göre kalb, İslami düşüncede bütün vücuda etki eden lider bir organdır. Başka bir hadis-i şerifte ise bütün organların özellikle eller, ayaklar, gözler ve dilin sorumluluğunun kalbde olduğu ifade edilir: *"...Kalp arzular, istek duyar. Beden onun (arzusu istikametinde hak olanı) ya tasdik eder ya da reddeder."*²⁸⁵

Hz. Peygamber döneminde kalbin mahiyeti konusu sahabeler tarafından çok fazla araştırılmamış olup tabiin döneminde bu tartışmaların arttığı görülmektedir. Özellikle ilk sufiler ve zahidler tarafından kalbin mahiyeti, kalbin tasfiyesi, salih ameller konularında araştırmalar yapılmaya başlamış ve nihai kurtuluşun kalb-i selim²⁸⁶ ile Allah'ın huzuruna ulaşmakla olacağını söylemişlerdir.

Fahredden Razi Mefatihü'l-gayb adlı eserinde bilgi, algı, düşünce ve inancın merkezi olarak kalbi görür. O, kalbin hakkı batıldan, doğruyu yanlıştan ayırt etme ve iyi ile kötü arasında tercih yapmayı sağlayan özelliklere sahip olduğunu belirtmektedir. Ayrıca düşünce ve bilginin merkezinin beyin olduğunu savunan filozofları eleştirerek onlara cevap olarak karşıt deliller geliştirmiştir.²⁸⁷

Gazzali kalbe 'rabbani latife' adını vererek, insanı diğer canlılardan ayıran ve onlardan üstün kılan özelliklerinden birinin kalbe sahip olduğunu vurgulamaktadır. O, kalbin niteliklerini *"bilen, tanıyan, algılayan, sorumlu ve yükümlü olan"* şeklinde

²⁸⁴ Buhârî, İman, 39.

²⁸⁵ Müslim, Kader, 21.

²⁸⁶ Kalb-i selim; temiz vicdan, bozulmamış saf kalp ve sağduyu anlamlarına gelmektedir.

²⁸⁷ Uludağ, "Kalb", 231.

tanımlamaktadır. Aynı zamanda insanın Allah ile irtibatını sağlayan ve davranışlarını şekillendiren gücün kalb olduğunu söylemektedir.²⁸⁸

Mutasavvıflara göre kalb Allah ile irtibatın sağlandığı, Allah'ın idrak edildiği ve hakikatlerin kendini ortaya çıkarttığı keşif noktasıdır. Akıl ise, ilahi sırlar hakkında bilgi edinmek için yetersizdir.²⁸⁹ Kalbin Allah'ı idrak etmesinin ve hakikatlerin ortaya çıkmasının şartı ise manevi tezkiye ve tasfiye ile mümkündür.²⁹⁰ Mutasavvıflara göre kalbin manevi olarak yol alabilmesi ve temiz bir kalbe sahip olabilmek için bazı şartlar vardır. Bu şartların bazıları şunlardır: Helal gıda, istiğfar ve dua, Kur'an okumak ve manasına uygun yaşamak, ibadetleri huşû ile yerine getirmek, infak etmek, geceleri ihyâ etmek, zikrullah ve murâkabe, Rasulullah'a muhabbet ve salavât-ı şerifeye devam etmek, tefekkür-i mevt, sâlih ve sâdıklarla beraber olmak, güzel ahlak sahibi olmak. Bu şartlar yerine getirilmesi neticesinde kalb-i selim ve arınmış, Allah'ın sıfatlarının tecelli ettiği bir kalb ortaya çıkar.²⁹¹

Muhasibi'den etkilenen sufilerden olan Hâkim et-Tirmizi'ye göre kalp insanın manevi hayatının yaşandığı alandır. Kalpten, beden ve ruha açılan iki kapı olduğunu savunan Tirmizi, bedene açılan kısmını sadr olarak isimlendirir ve insanın duygu ve düşünce gibi özellikleri buradan etkilenir. Sadr boyutunda insan nefsin istekleri, arzuları ve şeytanın vesveseleri ile karşı karşıya kalır. Ruha açılan kapıdan ise kalbe giren nur sayesinde insan manevi olarak güçlenerek nefsin istek, arzularını ve şeytanın vesveselerini kontrol altına almaya çalışır.²⁹²

Kur'an'da bazı kalblerin nurlu bazı kalblerin ise mühürlü²⁹³, kilitli²⁹⁴, katı²⁹⁵ olduğundan bahsedilmektedir. İnsanın kalbinin zikir, ihlas, salih amel, ibadet ile beslenmesi sonucu kalbler nurlanmaktadır. Mutasavvıfların atvâr-ı seb'a²⁹⁶ adını

²⁸⁸ Karacoşkun, "İbnü'l-Arabi'de İnsan Psikolojisine Yaklaşımlar ve Kişilik Çözümlenmeleri", 103.

²⁸⁹ Ebu Hamid Muhammed b. Muhammed Gazzali, *el-Munkız mine'd-Dalâl*, çev. Hilmi Güngör (Ankara: Maarif Basımevi, 1960), 19.

²⁹⁰ Uludağ, "Kalb", 231.

²⁹¹ Topbaş, *İmandan İhsana Tasavvuf*, 542-50.

²⁹² Hâkim Tirmizi, *Beyânü'l-fark beyne's-sadr ve'l-kalb ve'l-fu'âd ve'l-lüb*, thk. Nicholas Lawson Heer Kahire: Darü'l Arab, 1958, 35-36.

²⁹³ Bakara, 7.

²⁹⁴ Muhammed, 24.

²⁹⁵ Bakara, 74.

²⁹⁶ Uludağ, "Kalb", 231.

verdiği kalbin yedi mertebesi sırasıyla emmâre, levvâme, mülhime, mutmainne, râziye, marziyye ve kâmile olarak ifade edilmektedir. Maneviyattan uzak, hayvani özelliklere benzer olarak sadece yeme, içme ve haz odaklı ve Allah'ı inkâr edip O'na asi olmakta ısrar eden bir kalb ise mühürlenmiştir. Bu kişilerden Kur'an'da şöyle bahsedilmektedir:

Elbette sen ölülere duyuramazsın! Arkalarını dönüp giderlerken, sağırlara o dâveti işittiremezsin! Sen körleri sapıklıklarından vazgeçirip doğru yola getiremezsin! Ancak ayetlerimize inanıp da teslim olanlara duyurabilirsin! (Neml, 80-81)

Tasavvufî düşünceye göre kalb, insanın manevi gelişim merkezi olarak kabul edilmektedir. Kalb manevi kirlere tasfiye edilmesi ile ilahi bilgilerin kazanıldığı bir hale gelebilir.

Muhâsibî'ye göre kalb marifetin kaynağı²⁹⁷ ve yakîn bilginin mekânı²⁹⁸ olarak görülmektedir. Ona göre kalbin marifetin kaynağı haline gelmesi için kişinin kalbinden Allah'tan gayrı olan her şeyi çıkartması, Allah'ın razı olmadığı dünyevi şeyleri terk etmesi²⁹⁹ ve Allah'ın zikri ile kalbini saflaştırarak her daim kalbini Allah ile meşgul etmesi gereklidir.³⁰⁰

Muhâsibî kalbin şu üç özelliği bulundurması gerektiğini söylemektedir:

- Allah'ı unutturacak tüm sebeplerden uzak durmak.
- Kişinin Allah'ın kendisi için takdir ettiği şeyin kendisini bulacağına dair şüphe duymaması.
- Allah'ın kişinin kalbinden geçen her şeyi duyduğunu bilmek.³⁰¹

Muhâsibî'ye göre kalpleri temizleyen, gönülleri kirden pastan arındıran, geçici ve boş heveslere karşı kalbi güçlü kılan davranışlar şehveti dizginlemek, günah işlemekte ısrarcı olmamak, yiyip içmeyi azaltmak ve rızkın helal olmasına³⁰² dikkat etmektir.³⁰³ Kalp temizliğine ilk olarak tevbe, haramlardan sakınma, şehvetleri terk ve şüphelilere

²⁹⁷ el-Muhâsibî, *Allah'a Dönüş (El-Kasd ve'r Rucu İlallah)*, 73.

²⁹⁸ A.g.e., 81.

²⁹⁹ el-Muhâsibî, *Hakk'ı Arayanlara Nasihatler*, 79.

³⁰⁰ A.g.e., 111.

³⁰¹ A.g.e., 183-86.

³⁰² el-Muhâsibî, *Allah'a Dönüş (El-Kasd ve'r Rucu İlallah)*, 79.

³⁰³ el-Muhâsibî, *Allah'ı Arayış (El-Kasdu ve'r-Rucu'u İlallah)*, 94.

karşı dikkatli olma ile başlanmalıdır.³⁰⁴ Ona göre açlık kalbi kir ve pasından arındıran en etkili araçtır.³⁰⁵ Çünkü açlık nefsin şehvetlere ve tutkulara olan eğilimini ortadan kaldırır.³⁰⁶ Kalb temizliğine giden yolda müridlerin hocalarına uymaları son derece önemlidir. Bir yola gönül verdikten sonra onları yoldan çıkararak ve başarısızlığa götüren hocalarına uymamalarıdır. Bundan dolayı Muhâsibî, kendisinin kalb temizliği noktasında verdiği bilgilerin dikkatle dinlenilmesini istemektedir. Ona göre nefis tabiatı gereği arzu ve heveslere içten içe yanıp onları elde etmek ister ancak bu noktada Muhâsibî Allah'a bütün içtenlikle dönülmesini ve bu yolda başarılı olabilmek için Allah'tan yardım istenilmesi gerektiğini vurgulamaktadır.³⁰⁷

Muhâsibî insan nefsinin çoğu zaman geçici ve boş heveslere meyledip bu durumların neticesinde gönlünün yorgun düşeceğini belirtmektedir. Kalbin huzura kavuşabilmesinin şartı kişinin azalarını zahiri faydasız işlerden alıkoymasına ve gönlünü tefekkür ile meşgul etmesidir.³⁰⁸ Kişi arzu ve heveslerini gerçekleştirmeye karar verir; fakat bunları yapmazsa bu durumun Allah ile ilişkisine zarar vereceğini belirtir. Çünkü ona göre kişi kalbinin bu konudaki isteklerini söküp atmadıkça ve kalbindeki bu kararlılığı, kötü niyeti ısrarla barındırdığı sürece o işi yapmış gibi olur. Bu tavrı nedeniyle Allah'a isyan etmiştir.³⁰⁹ Muhâsibî bu konuda önemli bir noktaya dikkat çekmektedir. İnsanın içinden geçenler ile kalben bir şeye niyet etmesi aynı şeyler değildir. Kalbin bir şeyi yapmaya azmetmesi ile kalbe doğan düşünceler arasındaki farkı Hz. Peygamber'in (s.a.v.), “*Şüphesiz ki Allah, -eyleme dönüştürmedikleri ve seslendirmedikleri sürece- içlerine doğan kötü düşüncelerden ötürü ümmetimi sorgulamaktan muaf tutmuştur.*”³¹⁰ hadisine dayandırmaktadır.³¹¹

Muhâsibî, “*Ümmetimin içinden geçen düşüncelerini Allah affeder.*” hadisini Osman b. Ma'zun ile ilgili şu duruma benzetir:

Osman b. Ma'zun: Ya Resulallah! İçimden Havle'yi boşamak geçiyor, dedi.

H. Peygamber (s.a.v.): Yapma! Çünkü evlenmek benim sünnetimdir, buyurdu.

³⁰⁴ el-Muhâsibî, *er-Riaye: Nefs Muhasebesinin Temelleri*, 92.

³⁰⁵ el-Muhâsibî, *Allah'ı Arayış (El-Kasdu ve'r-Rucu'u İlallah)*, 94.

³⁰⁶ el-Muhâsibî, *Allah'a Dönüş (El-Kasdu ve'r Rucu İlallah)*, 79.

³⁰⁷ A.g.e., 80.

³⁰⁸ el-Muhâsibî, *er-Riaye: Nefs Muhasebesinin Temelleri*, 97.

³⁰⁹ el-Muhâsibî, *Allah'ı Arayış (El-Kasdu ve'r-Rucu'u İlallah)*, 103.

³¹⁰ Buharî, *Eyman*,1; Müslim, *İman*,202.

³¹¹ el-Muhâsibî, *Allah'ı Arayış (El-Kasdu ve'r-Rucu'u İlallah)*, 104.

Osman b. Ma'zun: İçimden kendimi kısırlaştırmak geçiyor, dedi. Hz. Peygamber (s.a.v.): Yapma! Çünkü benim ümmetimde kısırlık (ve böylelikle şehvî arzularından kurtulmak) oruca devamla sağlanır, buyurdu. Osman b. Ma'zun: İçimden ruhban hayatı yaşamak geçiyor, dedi. Hz. Peygamber (s.a.v.): Yapma! Çünkü onun yerine benim ümmetime yakışan hac ve cihattır, buyurdu. Osman b. Ma'zun: İçimden et yemeyi terk etmek geçiyor, dedi. Hz. Peygamber (s.a.v.): Yapma! Çünkü ben eti severim, bulabildiğimde de yerim. Onu Rabbim'den dilersem, beni onunla gıdalandırır, buyurdu.³¹²

Muhâsibî'ye göre Osman b. Ma'zun'un her 'içimden geçiyor' sözüne Hz. Peygamber'in 'Yapma!' şeklinde cevap vermesi kalbe doğan düşüncelerin basit bir his ve düşünceden ibaret olduğunu göstermektedir. Ona göre bunların sadece düşünce olmasının delili ise Osman b. Ma'zun'un yapmayı düşündüğü şeyler hakkında henüz eyleme geçmemiş olmasıdır. Ayrıca Hz. Peygamber'e danışması da düşüncelerinin kararlılığa erişmediğinin ve gelip geçici düşüncelerden ibaret olduğunun bir göstergesidir. Muhâsibî 'içimden geçiyor' yerine kesinlik ifade eden 'azmettim, karar verdim' sözlerinin kullanılması ile insanın bir davranışı yapmaya ısrarla azmedip bu davranışı ile Allah'a isyan edeceğini, iyiliği terk edip kötülüğü seçeceğini ve fasık olacağını bildirmektedir.³¹³

Haris El- Muhâsibî kalbi dünya hırsından arındırmanın yollarının aranması gerektiğini vurgulamaktadır. Ahireti hatırlatacak hususlarla kişinin kalbini teçhiz etmesi ve bu işlerle kalbini meşgul etmesi, dünya işleri konusunda da kalbini hırs ve arzulara ulaştıracak olan hususlardan uzak tutulması gerekir. O, kalbe ulaşılması zor ve zahmetli olan dünyevi işlerle irtibat kurmanın kalbin nurunu söndüreceğini bu yüzden bu kalbin işlere dalmasına izin verilmemesi gerektiğini ifade eder.³¹⁴

Muhâsibî kalbin mahiyeti ile alakalı hikmet ehli bir zatın şöyle dediğini aktarmaktadır:

Kalp altı kapısı olan bir eve benzer. Aman dikkat et bu kapılardan birisine girip de senin evini perişan eylemesin. Evet, kalp evdir. Kapıları ise dil, göz, kulak,

³¹² A.g.e., 107.

³¹³ A.g.e., 108.

³¹⁴ el-Muhâsibî, *Nefis Adabı (Adabu'n Nüfus)*, 25.

burun, eller ve ayaklardır. Bu kapılardan biri bilmeden açılacak olursa ev tarumar olur gider.

Ona göre kalb her türlü tehlikeden korunması gereken bir evdir. Kalbin korunması gerektiğini Abdullah İbnü'l Mübarek'ten naklettiği şu cümleler ile vurgulamaktadır: *“Kalb ayna gibidir. Uzun süre kullanılmadan bakımsız kalırsa paslanır. Kalp kişiyi taşıyan binit gibidir, sahibi ondan gafil olursa zayıf düşer.”*³¹⁵

Kalbe farz olan sorumluluklar -iman ve tövbeden sonra- amelleri ihlas ve samimiyet ile sadece Allah için yapmak, şüphe halinden uzak durup hüsn-ü zan beslemek, Allah'ın vaatlerine güvenmek, azabından korkmak ve ihsanını ümit etmektir.³¹⁶

Muhâsibî'ye göre kalbi fesada sürükleyen nedenler kişinin nefsinin hesaba çekmeyi bırakması ve uzun emel sevdasına düşüp aldanmasıdır. Kalbi ıslah edip bu durumdan kurtulmak için ise kişinin bir şeyi istediğinde veya aklına düşünceler (havatır) geldiğinde biraz bekleyip düşüncelerini tanımaya çalışmasını; Allah için olanları tespit edince onları tercih etmesini, değilse terk etmesini ve ölümün akıldan çıkartılmaması gerektiğini söylemektedir.³¹⁷

Kalbi afetlerden arındırmanın yolu muhakkak edep sahibi olmaktan geçmektedir. Bunun yanında ibadet ehli kimselerin yaptıkları gibi haramlardan uzak durmaktır. Haramlardan uzak durmanın yolu ise kişinin sürekli olarak kalbini hesaba çekmesi ve afetlerden arındırmasına bağlıdır. Ayrıca her ne hal üzere olursa olsun kalpten Allah korkusunu çıkarmamak gereklidir.³¹⁸

Muhâsibî kalbin her daim gözetim altında tutulmasını tavsiye etmektedir. Bunun için ise kişinin gizli-açık her söz ve davranışını fiile dökmeden önce titizlikle incelemesini ve Allah Teala nazarında övgüye değer bir şey ise yapmasını, değilse uzak durmasını söylemektedir. Zira Hz. Peygamber, *“Allah'ın en çok sevdiği kimse, yapacağı her şeyi, attığı her adımı, söyleyeceği her sözü, aklından geçireceği her düşünceyi iyice gözden geçiren, Allah'ın razı olduğu bir şey ise onu yapan, değilse vazgeçen kimsedir.”*

³¹⁵ Ebû Abdillâh Hâris b. Esed el-Muhâsibî, *Hakikati Arayanlara Kılavuz (Risaletü'l Müsterşidin)*, çev. Mehmet Odabaşı (Ankara: Takdim Yayınları, 2019), 181.

³¹⁶ A.g.e., 180.

³¹⁷ A.g.e., 175.

³¹⁸ el-Muhâsibî, *Tevbenin İlk Adımı (Bed-ü Men Enabe İlallah)*, 200.

buyurmaktadır. Ayrıca takva ve vera' sahibi zatları örnek olarak onlara benzemeye çalışmanın önemli olduğunu vurgulamaktadır.³¹⁹

Muhâsibî'ye göre kalbin selameti için kalbin dünya ile ilişkisini kesip ahirete ulaştıracak sebeplere ve kendini bütünüyle Allah'a bağlamak gereklidir.³²⁰ Kişiye manevi hayatında ilerlemek için en faydalı olacak şey dünya sevgisini kalbinden çıkarmasıdır.³²¹ Dünyaya kalbini bağlamış bir kalp ölü bir kalptir, onun yaşaması ise ahirete yönelmesine bağlıdır.³²² Ona göre dünyaya karşı aşırı istekli ve hırslı olmak kalbin körelmesine ve kararmasına neden olur. Bundan dolayı kalp nefsin istediği her şeyi yapmamak, haramlardan ve hatta şüphelilerden dahi sakınmak, ahirette karşısına çıkacak zorluklara karşı hazırlıklı hale getirmek hususlarında eğitmek gereklidir.³²³ Zira şüpheli olan şeyler içerisinde harama giden yollar vardır. Muhâsibî, bu konudaki görüşünü Hz. Peygamber'in şüphelilerden sakınmakla ilgili şu hadisine dayandırmaktadır:

*Şurası muhakkak ki, haramlar apaçık bellidir, helaller de apaçık bellidir. Bu ikisi arasında (haram veya helal olduğu) şüpheli olanlar vardır. İnsanlardan çoğu bunları bilmez. Kim şüpheli şeylerden sakınırsa, dinini ve ırzını (namus ve haysiyetini) korumuş olur. Kim de şüpheli şeylere düşerse harama düşmüş olur, tıpkı koruluğun etrafında sürüsünü otlatan çoban gibi ki, her an koruluğa düşebilecek durumdadır. Haberiniz olsun, her melikin bir koruluğu vardır, Allah'ın koruluğu da haramlarıdır. Haberiniz olsun, cesette bir et parçası var ki, eğer o sağlıklı olursa cesedin tamamı sağlıklı olur, eğer o bozulursa, cesedin tamamı bozulur. Haberiniz olsun bu et parçası kalptir.*³²⁴

Dünya sevgisini kalpten koparmak için gerekli olan aletler; tefekkür etmek, kısa emelli olmak, tövbeyi ve kalp temizliğini gözden geçirmek, kibri kalpten çıkarıp oraya

³¹⁹ el-Muhâsibî, *Hakk'ı Arayanlara Nasihatler*, 87.

³²⁰ Ebû Abdillâh Hâris b. Esed el-Muhâsibî, *Tevbenin İlk Adımı (El-Kasd ve'r Rücu İlallah)* (İstanbul: İlk Harf Yayınevi, 2013), 121-122.

³²¹ el-Muhâsibî, *Nefis Adabı (Adabu'n Nüfus)*, 25.

³²² A.g.e., 26.

³²³ A.g.e., 83-87.

³²⁴ Buharî, İman 39, Büyü 2; Müslim, Müsakat 107; Ebu Davud, Büyü 3; Tirmizî, Büyü 1.

tevazuyu yerleştirmek, takvaya sarılmak, her daim hüzün halinde olmak, varılacak yer için endişe duymayı arttırmaktır.³²⁵

Muhâsibî kalbin itaati için Allah'a yakınlaşmanın gerekli olduğunu savunmaktadır. O kalbin itaate erişerek Allah'a yakınlaşmasını sağlamak amacıyla birçok yol önermektedir. Ona göre kalp itaatinden olan amellerden biri Allah'ın azamet ve kudretini düşünmektir. Bir diğeri ise Allah'ın sevdiği şeyleri severek, sevmediği şeyleri sevmemek, rızayı ve öfkeyi O'nun için ve O'nun yolunda kullanarak, O'nu çok severek, O'nun yolunda severek ve O'nun için kızarak Allah'a yakınlaşmaya çalışmaktır.³²⁶ Bunların haricinde Allah'ın sonsuz ve muhteşem nimetlerini, gizli-açık ihسانlarını, bitmeden tükenmeden tekrar gelen nimetlerini tefekkür ederek Allah'a yakınlaşmaktır. Nimetlerinin sona ermesinden korkarak, O'na hakkıyla şükredememekten haya ederek, cezasından çok korkarak ve imanı kaybetme endişesi içinde bulunarak Allah'a yakınlaşmaktır. Ondan son derece şiddetli bir korku duyarak ve ona ümit bağlayarak, zikri ile huzur bularak, verdiği ödüllere özlem duyarak Allah'a yakınlaşmaktır. Ona tam sadakat göstererek, tevekkül ederek, mutmain olarak, her şeyi bırakıp ona yönelerek, kendisine dua edip yalvarmakla Allah'a yakınlaşmaktır. Vefa göstererek tevazu ve huşu sahibi, alçak gönüllü olarak, sabırlı ve tahammüllü davranarak, yumuşak huylu olup acılara katlanarak ve öfkeyi yutarak Allah'a yakınlaşmaktır. Kalpleri temiz tutarak, bütün ümmet için hayır dileyerek, Müslümanlara şefkat ve merhamet ederek, onları koruyup kollayarak Allah'a yakınlaşmaktır. Cömertlik, ikram, yardım, vefakarlık ve ihسان ile Allah'a yakınlaşmaktır. Nefsi dünyadan bağımsız kılarak, bir lokmayla yetinerek, kanaat getirerek, insanların sunduğu şeylerden uzak durarak Allah'a yakınlaşmaktır. Sebat göstererek, ibret alarak, acelecilikten uzak durup teenni ile davranarak Allah'a yakınlaşmaktır. Kitabını okuyup üzerinde düşünerek, farzlarını gösterişsiz olarak yerine getirerek, amelleri sadece O'nun rızası için yaparak Allah'a yakınlaşmaktır. Şeytana karşı kişinin dinini heva ve hevesini ve nefisini müdafaa ederek, her daim iç dünyasını gözetleyerek, her işinde takvaya riayet edip geçmiş günahlarından tevbe ederek Allah'a yakınlaşmasıdır. Tüm bunlarla beraber kişinin ahlaki güzellikleri elde etmeye çalışması, kendisine ihanet edenlere emin davranması, kötülük edenlere iyilik

³²⁵ el-Muhâsibî, *Nefis Adabı (Adabu'n Nüfus)*, 131.

³²⁶ el-Muhâsibî, *Hakk'ı Arayanlara Nasihatler*, 187.

ederek, ihtiyaç sahibi olduğu halde başkalarını kendi yerine tercih ederek Allah'a yakınlaşmaktır. Allah yolunda sıkıntı çekmeyi refaha, fakirliği zenginliğe, sıradan olmayı makam sahibi olmaya tercih ederek Allah'a yakınlaşmaktır. Dünya musibetlerine sevinerek, Allah'ın kendisi için takdir ettiğine sevinç duyarak Allah'a yakınlaşmaktır. Her daim ölümü ve ahireti hatırlayıp uzun uzun bunları düşünerek, hesabı çekildiğinde ne cevap vereceğini, o gün gerçekten geldiğinde ne yapacağını düşünerek Allah'a yakınlaşmaktır.³²⁷ Muhâsibî'ye göre bedenın uzuvlarının yaptığı ibadetler ancak kalp ibadetleri ile sağlam olurlar. Buna karşın kalplerin bozulması, fesada uğraması uzuvların ibadetlerini de zayıf eder. Bundan dolayı burada zikredilen kalp amellerinin yapılması ve bu fırsatın kaçırılmaması ona göre son derece önemlidir.³²⁸

Muhâsibî kalbin amellerini gerçekleştirme noktasında şu iki kişiyi örnek gösterir: biri zahir amelleri çokça yapar; ama belki de iç dünyası harap haldedir. Diğeri ise hem zahir amelleri ve iyilikleri yapar hem de iç dünyasını ıslah etmeye çalışır, Allah'ın razı olacağı şekilde getirmeye gayret eder. İşte bu kişinin amelleri Allah katında, öncekinin amellerinden daha değerlidir.³²⁹

Muhâsibî kalbin titizlikle korunması gerektiğini ve kalbin gizli günahlara karşı dikkatli olması gerektiğini söylemektedir. Çünkü Ona göre kalbin işlediği günahlar insanı helak eder.³³⁰ Bu günahlardan bazıları şunlardır: Şirk, kuşku, nifak, küfür, Allah hakkında aldanmak, Allah'a karşı kibirli olmak, Allah'ın cezasından emin olmak, rahmetinden ümit kesmek, günahları küçük görmek, tövbeyi erteleyip durmak, günahların birikmesini dikkate almamak, günaha ısrar etmek, riya, sapkınlık, amelleri beğenmek, nifak, karşılıklı övünme, süs ve ziynet sevgisi. Bunların yanında kendini büyük görme, böbürlenme, Allah'ın razı olduğu yoksulluğa ve helal şeylere burun kıvrırma, ihanet, aldatma, sadakatsizlik, haset, kin, hile, düşmanlık, kötü zan, dedikodu, tecessüs, içten pazarlık ve komplo kurma... Heva ve heves peşinde koşup Hakk'ı terk etme, hevaya rıza gösterme, sevgide ve nefrete hevaya uymak, merhametsizlik ve katılık, kuruntu, hırs, gizlilik, dünya telaşı... Mal ile azgınlık, dünyevî kazanca sevinme, rızıkı kendine ait bilme, nimetleri hor görme, Allah'ın ihsanını beğenmeme...

³²⁷ A.g.e., 188-189.

³²⁸ A.g.e., 190.

³²⁹ A.g.e., 190.

³³⁰ A.g.e., 183.

Allah'tan gafil olma, din konusundaki musibetleri küçümseme, dünyayı değerli görme, dünyevî kayıplara üzülmeye, dünyevi zevkleri kaçıncaya hayıflanma, gizlice haram arzulara uyma, günahları Allah'ın biliyor oluşunu ciddiye almama ve Allah'ın kendisini görüyor oluşundan haya etmeme..³³¹ Muhâsibî tüm bu amelleri zikrettikten sonra kalp günahlarına karşı titiz olunmasını ve kalbin gizli saklı günahlarının gözden kaçırılmaması gerektiğinin önemini ısrarla vurgulamaktadır. Ona göre kişinin bu günahlardan kurtulabildiği kadar için Allah'a hamd etmesi, kurtulamadıkları için ise derhal tövbe edip Allah'ın merhamet ve bağışlanmasına nail olmak için yalvarması gereklidir. Zira Allah kalplerin içinde gizli saklı olan ne varsa hepsini en iyi bilendir.³³²

Mümin'in kalbinde hakikat, göğsünde hikmetli misaller ortaya çıkması için kendinde bulunması gereken vasıflar; sadakat, dünyaya ve lezzetlerine karşı mesafeli davranmak, kalbi ve uzuvları muhafaza etmek, malayani -faydasız- şeyleri terk etmek³³³, dikkatini hakikati anlamak için her zaman uyanık tutmasıdır. Bunlar dünyadan uzaklaşmanın (zühdün) neticeleridir. Ayrıca yakîn sahibi olmanın da belirtileridir.³³⁴ Mümin kalbini Allah'tan uzaklaştıracak her türlü masivadan uzaklaştırdığı takdirde kalbi artık aydınlanır ve yakîn sahibi haline gelebilir.³³⁵ Arif kullar için kalbi aydınlatan şeyler ayrıca Allah'ı ve ahireti unutmamaları, Allah'ın kudretinin yüceliğini, gazabının büyüklüğünü, vaad ve vaidleri (müjde ve uyarıları) derin bir şekilde düşünmeleridir.³³⁶ Kişi yakîn sahibi olduğu takdirde Allah'ı daha çok tanır, kalbinden endişe ve şüpheler uzaklaşır. Bu hal sayesinde müminin kalbinden gaflet perdeleri kalkar, kalp gözü ile görmeye başlar ve kalbi aydınlanır. Kalp gözüyle görmeye başlayan kişi artık yaratılanları dünya gözünden farklı bir şekilde manevi olarak algılar. Kişi kalbinde oluşan nur sayesinde şeytanın vesveselerine karşı uyanık olur, Allah'a karşı sağlam imanından güç bularak şeytanın tuzaklarına düşmekten sakınır. İnsanın bu tuzaklara düşmemesi için en etkili silah kalbindeki nurdur. Kalbinde nur olan insan, şeytanın tuzaklarından uzaklaştığı gibi nefsinin talep ettiği

³³¹ A.g.e., 184-185.

³³² A.g.e., 186.

³³³ Ebû Abdillâh Hâris b. Esed el-Muhâsibî, *Ahlak ve Arınma (Risaletü'l Müstersîdin)*, çev. Rukiye Karaköse (İstanbul: Semerkand Yayınları, 2014), 41.

³³⁴ el-Muhâsibî, *Tevbenin İlk Adımı (El-Kasd ve'r Rücu İlallah)*, 123.

³³⁵ el-Muhâsibî, *Tevbenin İlk Adımı (Şerhu'l Marife ve Bezu'n Nasihâ)*, 193.

³³⁶ el-Muhâsibî, *Tevbenin İlk Adımı (Bed-ü Men Enabe İlallah)*, 15-16.

heva ve hevesten de kaçınarak basiret sahibi bir kişi olur.³³⁷ Bu durumda olanların misali Kur'an-ı Kerim'de şu şekilde tasvir edilmektedir: “*Onlar ayakta dururken, otururken, yatarken hep Allah'ı anarlar; göklerin ve yerin yaratılışını düşünürler (ve şöyle derler:)* “*Rabbimiz! Sen bunu boş yere yaratmadın, seni tenzih ve takdis ederiz. Bizi cehennem azabından koru!*”³³⁸ Kalbin nur ile dolmaması halinde ise kişi karanlıklar içinde kalıp kalbinde gaflet perdeleri oluşur, şeytanın vesveselerine ve nefsinin tuzaklarına esir hale gelir. Bu süreç ilerleyince kişinin kalbi kararır ve manevi lezzet alamaz hale gelir.³³⁹ Bu duruma “*Ölü iken dirilttiğimiz ve insanlar arasında yürüyebilmesi için kendisine ışık tuttuğumuz kimse, karanlıklar içinde kalıp ondan hiç çıkamayacak durumdaki kimse gibi olur mu? İşte kâfirlere yaptıkları böyle güzel gösterilmiştir.*” ayetinde işaret edilmektedir.³⁴⁰

Muhâsibî kalbe gelen bazı düşünceler (hatarat) olduğundan bahsederek kişinin bu düşünceleri nasıl ayırt edebileceğinin yollarını da söyler. Ona göre hataratın çıktığı kaynak, nefsin tutkusu(heva), Allah'ın uyarısına muhatap olmuş akıl veya düşmandır.³⁴¹ Bunlardan birinci hatarat, Rahman'dan gelen bir uyarıdır. Allah'ın kulunu uyarmak ve ona öğüt vermek için aklına hatarat (düşünceler) oluşturarak kendi zikrini getirmesidir. İkincisi; nefsten gelen emir ve teşviktir. Nitekim Kur'an-ı Kerim'de “*Kuşkusuz nefis kötülüğü emredendir.*”³⁴² buyrulmaktadır. Yine Hz. Yakub'un (a.s.) oğullarına karşı “*Nefisleriniz size (kötü) bir işi güzel gösterdi. Artık (bana düşen) hakkıyla sabretmektir.*”³⁴³ demesi bu konuya örnektir. Üçüncü hatarat ise, şeytandan kaynaklanan vesvese, kışkırtma ve herhangi bir şeyi güzel göstermedir. Allah Hz. Âdem ile Havva'nın içine düştükleri durumu nitelendirirken “*Ve sonunda şeytan onlara vesvese verdi.*”³⁴⁴ buyurmaktadır. Kişiye düşen bu hatarat karşısında dikkatli davranmasıdır. İnsan akıl, ilim ve sebat ile kalbine gelen hataratın hangisinin faydalı veya zararlı olduğunu ayırt edebilir.³⁴⁵ Böyle yaptığı takdirde Kur'an ve

³³⁷ el-Muhâsibî, *Nefis Adabı (Adabu'n Nüfus)*, 23.

³³⁸ Al-i İmran, 191.

³³⁹ el-Muhâsibî, *Nefis Adabı (Adabu'n Nüfus)*, 25.

³⁴⁰ el-En'am, 122.

³⁴¹ el-Muhâsibî, *er-Riaye: Nefis Muhasebesinin Temelleri*, 126.

³⁴² el-Yusuf, 53.

³⁴³ el-Yusuf, 18.

³⁴⁴ el-En'am, 43.

³⁴⁵ el-Muhâsibî, *er-Riaye: Nefis Muhasebesinin Temelleri*, 129.

Sünnet'i kendisine kılavuz edinmiş olur. Ancak aklıyla istikrarlı davranmaz ve ilmi de kendisine kılavuz edinmezse kendisine fayda veya zarar getirecek işi anlayamaz.³⁴⁶

3.5.4. Duyular

Duyu organları genellikle göz, kulak, burun, dil, deri olmak üzere beş çeşit olarak zikredilse de bunlara el, ayak ve kalbi ekleyenler de vardır. Tasavvufi düşünceye göre sadece duyular yoluyla veya duyularla elde edilen bilgilerle hakikatin bilgisine ulaşamaz. Hakikatin bilgisi gayb alemine ait bilgileri kapsadığından duyular gayb alemine ulaşamaz. Bundan dolayı duyu organları ile elde edilen bilgilerin geçerliliği sınırlıdır ve duyular tek başına bizi kesin bilgiye götürmemektedir.³⁴⁷

Muhâsibî duyu organlarını göz, kulak, dil, burun, eller ayaklar olarak zikreder ve bunlara ilave olarak kalbi de ekler. Tüm duyu organlarının kalbe bağlı olduğunu söyleyen Muhâsibî'ye göre bedenın sağlam veya hasta olması kalbe bağlıdır.³⁴⁸

Muhâsibî hukemadan birinin şöyle dediğini aktarmaktadır:

*Kalp, altı kapılı bir ev gibidir. Sahibine denir ki: 'Sakın bu kapılardan bir şey girip de evini senin ifsadına sebep kılmasın.' Kalp, işte o evdir. Kapıları da gözler, dil, kulaklar, zihin (basar), eller ve ayaklardır. Ne zaman bu kapılardan biri bilgisizce açılırsa, ev zayi olur.*³⁴⁹

Tüm duyu organlarını kontrol ederken aynı zamanda kalbin de muhafaza edilmesi gerektiğini ve her şeyin kalpten başladığını söylemektedir. Kişi kalbini iyi muhafaza ederse her nefesinde ve her düşüncesinde Allah'ı murakabe etmiş olur. Muhâsibî bu durumu *en büyük cihat* olarak nitelendirmektedir.³⁵⁰ Çünkü ona göre kalb, kulun ilk faal yönüdür, ilk amel edendir. Organların amelleri kalbden doğar.³⁵¹

Muhâsibî'ye göre dil, kalbin tercümanıdır.³⁵² Kalpten geçenler ile dilden dökülenler aynı olmalıdır. Ona göre dil Allah'ı zikrederken kalp de Allah'ın zikri ile meşgul

³⁴⁶ A.g.e., 127-128.

³⁴⁷ Gazzalî, *el-Munkız mine'd-Dalâl*, 85.

³⁴⁸ el-Muhâsibî, *Hakikati Arayanlara Kılavuz (Risaletü'l Müsterşidin)*, 181; el-Muhâsibî, *Ahlak ve Arınma (Risaletü'l Müsterşidin)*, 43.

³⁴⁹ el-Muhâsibî, *Ahlak ve Arınma (Risaletü'l Müsterşidin)*, 44.

³⁵⁰ el-Muhâsibî, *Tevbenin İlk Adımı (Bed-ü Men Enabe İlallah)*, 180.

³⁵¹ el-Muhâsibî, *er-Riaye: Nefs Muhasebesinin Temelleri*, 125-126.

³⁵² el-Muhâsibî, *Tevbenin İlk Adımı (Şerhu'l Marife ve Bezu'n Nasıha)*, 174.

olmalıdır.³⁵³ Hikmete giden yol dilin susmasıdır. Kişi sustuğu takdirde kalbine hâkim olur. Susması tefekkür şeklinde, konuşması ise zikir şeklinde olmalıdır.³⁵⁴ Muhâsibî, dili *yırtıcı bir canavara* benzeterek kişinin dil hakkında gaflet içinde olmaktan sakınması gerektiğini vurgulamaktadır. Ona göre bu dil canavarının ilk avı sahibidir. Kişi nefesine karşı kelamını sağlam bir kilit ile kilitlemeli ve sadece gerektiğinde kilidi açmalı, açtığında ise ihtiyacı kadarını kullanıp ağzını yine kapatmalıdır. Tüm bunları yapmayıp sözü uzattığı takdirde söz kişiyi ele geçirebilir ve böylece kişi nefisini helak etmiş olur. Zira Hz. Peygamber: “*İnsanları yüzüstü Cehennem’e sürükleyen ancak dillerinin ürettikleridir!*”³⁵⁵ buyurmuştur.³⁵⁶ Muhâsibî’ye göre dile farz olan sorumluluklar hoşnutluk ve öfke anlarında doğruyu söylemek, gizli de olsa açık da olsa insanları incitecek sözler söylememek ve hayırda olsa şer de olsa insanlara güzel konuşuyor izlenimi vermek için kendini zorlayıp ağdalı ifadeler kullanmamaktır.³⁵⁷ Nitekim Hz. Peygamber “*Kim iki çenesi arasındaki organı ile iki bacağı arasındaki azası hakkında bana garanti verdiyse ben de Allah’a karşı onun için cenneti garanti ettim.*” buyurmuştur.³⁵⁸ Bunun yanında kişinin gereksiz ve boş konuşmalardan uzak durması da dilin sorumluluklarındandır.³⁵⁹ Dilin fuzuli olarak kullanılması ise sözü çoğaltmaya, mübalağa etmeye ve bid’ata yol açmaktadır.³⁶⁰

Göze farz olan sorumluluklar harama bakmaktan sakınmak, örtülü ve perdeli şeyleri araştırmayı terk etmektir. Aniden ve kasıtsız olarak gözüne çarpan mahzurlu şeylerden dolayı kişiye günah yüklenmez ancak kasıtlı olarak ve bile isteye bakışı sürdürdüğü takdirde kişi sorumlu olur.³⁶¹ Muhâsibî, Huzeyfe (r.a.)’den nakille Hz. Peygamber’in (s.a.v.) şöyle dediğini aktarmaktadır: “*Harama bakmak İblis’in oklarından bir oktur. Kim Allah’tan korkarak bunu terk ederse Cenab-ı Allah ona tadını kalbinde duyacağı bir iman lutfeder.*”³⁶²

³⁵³ A.g.e., 182.

³⁵⁴ el-Muhâsibî, *Tevbenin İlk Adımı (Bed-ü Men Enabe İllallah)*, 181-182.

³⁵⁵ Tirmizî, İman, 8; İbn-i Mâce, Fiten, 12.

³⁵⁶ el-Muhâsibî, *Nefis Adabı (Adabu’n Nüfus)*, 21.

³⁵⁷ el-Muhâsibî, *Hakikati Arayanlara Kılavuz (Risaletü’l Müsterşidin)*, 182.

³⁵⁸ Buharî, Rikak, 23.

³⁵⁹ el-Muhâsibî, *Hakikati Arayanlara Kılavuz (Risaletü’l Müsterşidin)*, 183.

³⁶⁰ el-Muhâsibî, *Ahlak ve Arınma (Risaletü’l Müsterşidin)*, 42.

³⁶¹ el-Muhâsibî, *Hakikati Arayanlara Kılavuz (Risaletü’l Müsterşidin)*, 186-187.

³⁶² A.g.e., 186; Hâkim, *Müstedrek*, IV, 314.

Kulağa farz olan sorumluluklar konuşmaya ve bakışa tabi olduğundan dil ve gözle bağlantılıdır. Bakılması veya konuşulması helal olmayan her şeyi dinlemek ve bunlardan hoşlanmak da helal değildir. Kişinin kendisinden gizlenen hususları araştırması teccüss olur. Bunun yanında kişiye faydası olmayan boş sözler ve şarkı dinlemek, Müslümanlara eziyet veren şeyleri dinlemek de kulak duyusu için yasaklanan durumlar arasındadır. Gıybetle kulak vermek ve laf alıp götürmek (koğuculuk) de kulağa farz olan sorumluluklardandır. Muhâsibî işitme duyusunun son derece önemli olduğunu vurgulayarak dilden sonra insana en fazla zararı dokunan organın kulak olduğunu dile getirmektedir. Zira kulak, duyduğunu kalbe ileten en hızlı elçidir ve fitneye girme olasılığı çok yüksektir.³⁶³

Buruna farz olan sorumluluklar kulak ve gözle ilgili durumlara bağlıdır. Bakmanın ve dinlemenin helal olduğu şeyleri koklamak da caizdir.³⁶⁴

Ellere ve ayaklara farz olan sorumluluklar ise onları mahzurlu olan hiçbir şeye uzatmamak ve sadece hak olan hususlara yönelmektir.³⁶⁵

Muhâsibî'ye göre duyu organlarını (azaları) korumak için yapılması gerekenler ise, takva sahibi imamların yolunu tutmak, doğru yolu bilmek ve bulmak isteyen insanların adabına riayet etmek, devamlı muhasebe ile uyanıklık kazanmak, insaf ile amel etmek, insanları incitecek davranışlardan uzak durma vasfıyla bezenmek, başa kakmaksızın ihtiyaç fazlasını insanların yararına harcamak, hasedin olmadığı güzel bir hayat tarzını benimsemek, şöhreti arzulamayıp kanaat ehli olmak, fazla konuşmamak, insanlara karşı mütevazî davranmak, tek başına kalınan anlarda Allah Teala'yı zikrederek O'nun ünsiyetini kazanmak, kalbi tamamıyla hizmete hasretmek, murakabe ile dikkati toplayıp azimli olmak ve istikamet yolunda kurtuluşu talep etmektir.³⁶⁶

Muhâsibî'ye göre kul sahip olduğu bütün nimetlere şükretmekle mükelleftir. Duyu organlarını da birer nimet olarak gören Muhâsibî, bu duyular için nasıl şükredilmesi gerektiğini bildirmektedir. Buna göre; dil nimetinin şükürü, sürekli Allah'ı anmakla,

³⁶³ el-Muhâsibî, *Hakikati Arayanlara Kılavuz (Risaletü'l Müsterşidin)*, 187-89; el-Muhâsibî, *Ahlak ve Arınma (Risaletü'l Müsterşidin)*, 47.

³⁶⁴ el-Muhâsibî, *Hakikati Arayanlara Kılavuz (Risaletü'l Müsterşidin)*, 190-91; el-Muhâsibî, *Ahlak ve Arınma (Risaletü'l Müsterşidin)*, 48.

³⁶⁵ el-Muhâsibî, *Hakikati Arayanlara Kılavuz (Risaletü'l Müsterşidin)*, 191; el-Muhâsibî, *Ahlak ve Arınma (Risaletü'l Müsterşidin)*, 48.

³⁶⁶ el-Muhâsibî, *Hakikati Arayanlara Kılavuz (Risaletü'l Müsterşidin)*, 191-96.

Kur'an okumakla ve zikir ile olur. Görme nimetinin şükürü, onu hep Hakka bakarak ve ibret nazarıyla kullanmak, Allah'ın haram kıldığı şeylere bakmamak ile olur. İşitme nimetinin şükürü, Kur'an'ı ve güzel nasihatleri dinlemekle, heva ve hevesi duymaktan korumakla olur. El nimetinin şükürü, onları hayır işlerde kullanarak, eli açık ve cömert olmakla, elleri zulüm ve eziyet için kullanmamak ile olur. Görme nimetinin şükürü, onu hep Hakka bakarak ve ibret nazarıyla kullanmak, Allah'ın haram kıldığı şeylere bakmamak ile olur. İşitme nimetinin şükürü, Kur'an'ı ve güzel nasihatleri dinlemekle, heva ve hevesi duymaktan korumakla olur. El nimetinin şükürü, onları hayır işlerde kullanarak, eli açık ve cömert olmakla, elleri zulüm ve eziyet için kullanmamak ile olur. Ayak nimetinin şükürü, onları Allah'a itaat yolunda kullanmak ve ayakları günaha gitmekte kullanmamak ile olur.³⁶⁷

Özetleyecek olursak Muhâsibî'nin üzerinde durduğu nokta, duyuları haramlardan sakınarak, Allah'ın emirleri doğrultusunda kullanmak gerektiğidir. Şayet bu şekilde kullanılmaz ise duyular ile kalp arasında bağlantı olduğundan bu durum kalbe de etki edecektir. Duyuların iyi veya kötü yönde kullanılması kalbin fesadını ya da salahını etkilediği için kişinin azalarını buna uygun olarak kullanması son derece önemlidir.

3.6. Haris El-Muhâsibî'nin Psikoloji Anlayışı ile Modern Psikolojinin İlişkisi ve Karşılaştırılması

İnsan var olduğu ilk andan itibaren kendisini ve çevresini anlamlandırma çabasına girmiştir. Aynı zamanda insanın tutum ve davranışları da her dönemde incelenmiştir. Bu noktada insanın tutum ve davranışlarını ele alan iki yaklaşımdan bahsetmek mümkündür: birisi modern psikoloji diğeri bir deyişle pozitif ve tecrübi psikoloji olarak isimlendirilen, bireyi tutum ve davranışlarındaki 'olgular' üzerinden ele alan psikolojidir. Diğeri ise Haris El-Muhasibi'nin psikoloji anlayışının temelini oluşturan metafizik psikolojidir ki insanın kendi benliğini keşfetmesini sağlaması açısından tasavvuf psikolojisi olarak da isimlendirilir. Her ikisi de insan tutum ve davranışlarıyla ilgilenerek, insanı anlama çabası üzerinden ortaya çıkarak gelişmiştir. Netice itibarıyla modern psikoloji ve Muhâsibî'nin psikoloji anlayışı insanın ruhi dünyasını ve davranışlarını sistemli bir şekilde açıklayan bilimlerdir. Bu nedenle insanın psikolojik

³⁶⁷ el-Muhâsibî, *Hakk'ı Arayanlara Nasihatler*, 145-147.

yönünü incelemeleri bakımından birlikte değerlendirilmeleri gerekmektedir. Her iki yaklaşım da amaçları açısından benzerlik göstermektedir. İnsan psikolojisinin daha net anlaşılabilmesi için benzerlik gösteren bu iki yaklaşım arasında ilişki kurmak önemlidir. Bu iki psikolojik yaklaşım, insan davranışlarını anlama hedefi ile tutum ve davranışların zihinsel temelleri üzerine kendi bakış açıları ile yöntemler geliştirmişlerdir. Haris El-Muhasibi'nin psikoloji anlayışına göre insanın ruhsal süreçlerini bağladığı birtakım ilahi hakikatler vardır ve bu hakikatlerin insanın tutum ve davranışlarını gerçekleştirme üzerinde etkisi bulunmaktadır. Bu yönüyle Muhasibi insan davranışlarını onun manevi benliğinin arınması ve ulaşması gereken nihai nokta açısından incelemektedir. Ayrıca sunduğu çözümler ve yöntemler sayesinde insan kendini ve yaratıcısını keşfederken, manevi yaşantısını ve diğer insanlarla ilişkisini düzenlemektedir. Modern psikoloji daha çok organizmanın davranışlarını inceleyen bir bilim olması bakımından davranışların temelinde yatan zihinsel süreçleri ele almaktadır.³⁶⁸ Daha net bir ifade ile modern psikoloji, *'bireyin iç yaşantıları ve bunların dışa yansıyan belirtilerini bütüncül bir şekilde inceleyerek, sebep ve sonuçları hakkında düzenli bilgiler elde etmeye çalışan bir ilmi disiplindir'*.³⁶⁹ Psikolojik tanımların akılcı ve empirik temellere dayanması gerektiğini savunan modern psikoloji, metafizik bilgidен uzak kalmasından dolayı insan davranışlarının temelini görme açısından daha yüzeyseldir. Bu yönüyle bakıldığında modern psikoloji her ne kadar bireyin iç yaşantılarını konu edinse de davranışların gözlemlenebilir kısmını incelediği için kimi zaman bireyin iç dünyasında yaşamış olduğu halleri açıklamada yetersiz kalmaktadır. Günümüzde ihtiyaç duyulan şey ise insanı bütün yönleriyle incelemek ve araştırmak, onun ihtiyaçlarını anlamak ve çok yönlü olarak biyopsikososyal özelliklerinin tümünü kapsayan en uygun tanımı bularak, onun mutlu ve sağlıklı olabilmesi için ihtiyaç duyduğu yaşam şeklini belirlemektir. Bu bakımdan insanın maddi yapısı olan bedensel ihtiyaçları yanında manevi yapısını oluşturan ruhsal ihtiyaçlarının da unutulmaması gerekir.³⁷⁰ İşte bu noktada Haris El-Muhasibi'nin bir İslam düşünürü olarak insanı psikolojisini konu edinen görüşlerini aktarmak son derece önemlidir.

³⁶⁸ Cüceloğlu, *İnsan ve Davranışı: Psikolojinin Temel Kavramları*, 34-35.

³⁶⁹ Hayati Hökelekli, *Din Psikolojisi* (Ankara: Türkiye Diyanet Vakfı Yayınları, 2008), 2-3.

³⁷⁰ Şentürk, "Küreselleşme Çağında İnsan, Din ve Medeniyet Kavramlarına Psikososyal Açından Bir Bakış", 106.

Her iki yaklaşımda amaç bakımından benzerlik olması ile birlikte metotları farklıdır. Bu sebeple insan psikolojisine dair elde edilen sonuçlarda farklılıklar görülmesi çok doğaldır. Bu noktada bakılması gereken konular ele alındıktan sonra ortaya çıkan bulguları her iki yaklaşımla birlikte ele almak ve farklılıklarını ortaya koymaktır.

Modern Psikolojinin insan davranış ve tutumlarını anlamak için kaynak noktası insanın kendisidir. İnsanı anlamak için temel yöntem onun karakteri, mizacı, kişiliği, ihtiyaçları, çevresi, gelişimi ve öğrenmesi üzerinden çıkarımlarda bulunmaktır. Bunun yanında Haris El-Muhasibi'nin psikoloji anlayışında ise yöntem olarak nefis, ruh, kalb ve duyuların aracılığıyla tecrübi olarak elde edilen tutumlardan yararlanarak insanın manevi gelişimi, hal ve makamları hakkında sonuca varılmaktadır.

Her iki yaklaşımı daha net ifade etmek ve karşılaştırmak gerekirse şöyle özetleyebiliriz. Modern Psikoloji bilimi insanın davranışlarının altında yatan güdülerini yalnızca deney ve gözleme dayalı bilimsel teknikler ile inceleyerek bu davranışların neticesinde ortaya çıkan bulguları bilişsel boyutu ile değerlendirir. Haris El-Muhasibi'nin psikolojik yaklaşımında ise davranışlarını şekillendiren güdülerin Muhasibi'nin psikolojik mekanizmaların merkezi olarak kabul ettiği kalpte nasıl bir etki yaptığını ve insanın manevi gelişimi yolunda ona nasıl bir katkı sağladığını konu edinen bir yöntem bulunmaktadır. Bunun yanında modern psikoloji davranışların gözlemlenebilir yönüyle ilgilenirken Haris El-Muhasibi'nin psikolojik yaklaşımında gözlemlenebilir davranışların yanında insan kendini tanıyarak ruhsal cevherini ortaya çıkartmak ve insan-ı kâmil makamına erişmek maksadıyla kalbin vasıflarını keşfeder.³⁷¹

³⁷¹ Işıtan, *Sufi Psikolojisi Sülemi'ye Göre Sufi Benlik Dönüşümü*, 51-52.

DÖRDÜNCÜ BÖLÜM

HARİS EL-MUHASİBÎ'DE İNSAN PSİKOLOJİSİ

(Biyolojik, Psikolojik, Sosyal, Manevi Boyutları)

4.1. Haris El- Muhâsibî'de İnsanın Biyolojik Boyutu

4.1.1. Yeme-İçme

Muhâsibî'ye göre Allah insana rızık peşinde koşmayı mübah kılmıştır. Fakat rızık peşinde koşmanın belirli sınırları çizilmiştir. İnsan Allah tarafından konulan bu sınırlar dahilinde hareket etmeli ve kendisine verilen rızık karşısında tevekkül ile hareket etmelidir. Zira Muhâsibî insana Allah tarafından tevekkülün farz kılındığını vurgulamaktadır. Allah-u Teala bu konuda şöyle buyurmaktadır: “*Ey iman edenler! Eğer siz ancak Allah’a kulluk ediyorsanız, size verdiğimiz rızıkların iyi ve temizlerinden yiyin ve Allah’a şükredin.*”³⁷² Ona göre insan, Allah’ın yarattığı her canlının rızıkını taksim ettiğine; bu taksime göre herkesin rızıkını vakti gelince vereceğine şüphe duymaksızın iman etmelidir.³⁷³

Yeme-içme arzusunu azaltmak ve oruç tutmak insanı takva ile Allah’a yaklaştıran durumlardan biridir. Günahlardan tevbe etmeye azmedildiği zaman yeme-içmeyi azaltmak da günahlardan dönmeye yardımcı olmaktadır.³⁷⁴ Ayrıca Muhâsibî kalbi temizlemek, onu saflaştırıp nefsi düşkünlüklere karşı korumak için insana yeme-içmeyi azaltmasını ve rızıkını helal yoldan kazanmaya gayret etmesini tavsiye etmektedir. Çünkü açlık kadar kalbi temizleyen başka bir şey yoktur. İnsan açlık sayesinde nefsinin ihtiras ve tutkulara yönelmesini sağlayan sebepleri ortadan kaldırmaktadır.³⁷⁵

İnsanın Allah tarafından kendisine verilen rızık şükrünü eda etmesi gerekir. Rızık nimetinin şükrü rızık veren Allah’a itaat ederek hoş karşılamadığı şeylerden uzak durmak ve o nimetleri razı olacağı hususlarda kullanmak suretiyle yapılır.³⁷⁶

³⁷² el-Bakara, 2/172.

³⁷³ el-Muhâsibî, *Helal Rızık ve Namazın Anlaşılması*, 19-27.

³⁷⁴ el-Muhâsibî, *Hakk’ı Arayanlara Nasihatler*, 127.

³⁷⁵ el-Muhâsibî, *Allah’a Dönüş (El-Kasd ve’r Rücu İlallah)*, 79; el-Muhâsibî, *Allah’ı Arayış (El-Kasdu ve’r-Rucu’u İlallah)*, 84.

³⁷⁶ el-Muhâsibî, *Hakk’ı Arayanlara Nasihatler*, 147.

4.1.2. Uyku

İnsanın temel biyolojik ihtiyaçlarından olan uyku insani bir faaliyet olmasının yanında kulluk açısından bir imtihandır. Haris El- Muhâsibî, nebevi öğretilerden hareketle uykunun, insanın hayatına nasıl bir anlam kazandırdığından bahsetmektedir. Ona göre uyku, Hz. Peygamber'in (s.a.v.) öğrettiği şekilde uygulanırsa ibadet kapsamında değerlendirilmektedir. Ayrıca nebevi öğretilere dikkat eden kişide zamanla tevbe, ibadet, beden ve ruh temizliği gibi ahlaki hasletler de gelişmektedir. İnsan, Allah'ın kendisine verdiği beden nimetini kulluğa hazırlamak için uykuyu vesile kılmalıdır. Aksi takdirde uyku, insanı tembellik ve gaflet bataklığına düşüren bir tuzak haline dönüşebilmektedir.³⁷⁷ İnsan uyuduğu zaman zaman mefhumu ortadan kalkar ve farklı bir boyuta geçer. Nitekim ayette: *“Allah, ölüm vakitleri geldiğinde insanları vefat ettirir, ölmeyenleri de uykularında ölmüş gibi yapar. Ölümüne hükmettiklerini tutar, diğerlerini ise belli bir süreye kadar (hayata) salar. Kuşkusuz bunda iyice düşünenler için dersler vardır.”*³⁷⁸ buyrulmaktadır. Bu durumda olan insan adeta her gün ölüp hayata geri döndüğü için ölüm şuurunu uyanık tutmalıdır.³⁷⁹

Muhâsibî, niyet ve ihlası bütün amellerin belirleyici olarak kabul eder ve delil olarak ise Hz. Peygamber'in (s.a.v.): *“Yapılan işler niyetlere göre değerlendirilir. Herkes yaptığı işin karşılığını niyetine göre alır. Kimin niyeti Allah'a ve Resûlü'ne varmak, onlara hicret etmekse, eline geçecek sevap da Allah'a ve Resûlü'ne hicret sevabıdır. Kim de elde edeceği bir dünyalığa veya evleneceği bir kadına kavuşmak için yola çıkmışsa, onun hicreti de hicret ettiği şeye göre değerlendirilir.”*³⁸⁰ buyurduğu hadis-i şerifi esas alır. Bu hadisten de anlaşılacağı üzere insan Allah'ın rızasını kazanma niyeti içerisinde olduğunda yaşantısı, yeme-içmesi, uykusu kısaca bütün fiilleri ona sevap kazandıran bir ibadete ve Allah'a yakınlaştıran bir vesileye dönüşmektedir. Bu açıdan insanın uykusu da kalbindeki niyete göre değer kazanmaktadır. Nitekim Hz. Peygamber (s.a.v.): *“Mü'minin niyeti, amelinden hayırlıdır.”*³⁸¹ buyurmaktadır. Bu bakımdan

³⁷⁷ Ömer Özpınar, “Hadisler ve Tıbb-ı Nebevi Rivayetlerinde Uykuya Yaklaşım”, *Tokat İlmîyat Dergisi*, C.9, S.1 (2021): 145.

³⁷⁸ ez-Zümer/42.

³⁷⁹ Aydın, *Muhasibi'nin Tasavvuf Felsefesi: İnsan-Psikoloji-Bilgi-Ahlak Görüşü*, 82.

³⁸⁰ Buhârî, Bed'ü'l-vahy 1, İmân 41, Nikâh 5, Menâkıbu'l-ensâr 45, İtk 6, Eymân 23, Hiyel 1; Müslim, İmâret 155. Ayrıca bk. Ebû Dâvûd, Talâk 11; Tirmizî, Fezâilü'l-cihâd 16; Nesâî, Tahâret 60; Talâk 24, Eymân 19; İbni Mâce, Zühd 26.

³⁸¹ Süyûtî, *Câmiu's-Sağîr*, II, 194.

gece ibadete kalkmak niyetiyle uyuyan veya dinç bir şekilde ibadet edebilmek için uyuyan bir insanın uykuda aldığı nefesi dahi zikir sayılarak ibadet yerine geçebilmektedir.³⁸²

4.1.3. Şehvet

Şehvet arzusu insanı ibadetten ve takvadan uzaklaştıran durumlardan biridir. Şehvet insanı arzu ettiği şeyin lezzetine ulaşmak için cesaretlendirmektedir.³⁸³ Muhâsibî şehvet kelimesini yalnızca cinsel arzular olarak değil, genel anlamda insanın giyim, para ve yeme-içme gibi dünyevi istek ve arzuları anlamında kullanmaktadır.³⁸⁴ Kalbin günahlara girmesine, kirlenmesine vesiledir. Bundan dolayı Muhâsibî kalbi temizlemek, onu saflaştırıp nefsi düşkünlüklere karşı korumak için insanın heva-hevesine ve şehvetine karşı koyması gerektiğini vurgular. Ayrıca günahından tevbe etmeye azmedildiği zaman şehvete karşı koymak günahlardan dönmeye yardımcı olmaktadır.³⁸⁵ Ona göre en akıllı insan şehvet arzusunu öldüren kimsedir.³⁸⁶

Muhâsibî şehvet arzusuna karşı koymanın ve nefsi korumanın en etkili yolu olarak oruç tutmayı tavsiye etmektedir. Çünkü açlık nefsin şehvet ve ihtiras arzularının körelmesini sağlamaktadır.³⁸⁷ Bundan başka şehvetin etkisine karşı korku duygusunun hissedilmesi de etkili bir yöntemdir. Şayet insan korku duygusu ile şehvete kapılmaktan çekinir ve nefsinin bu arzusuna karşı çıkma noktasında dirayetli davranırsa nefis bu arzusundan vazgeçerek körelmeye başlar. İnsan şehvet arzusuna karşı dirayetle mücadele edip kalbinde o arzunun tatlılığı yerleşmeden ondan uzaklaşınca artık korku duygusu kendisinde hâkim hale gelir ve günaha girmekten çekinir. Nefsinin isteğine karşı çıkan insan artık yaptıklarını Allah için yapar ve ihlaslı

³⁸² Bülent Akot, “Bazı Mutasavvıfların Tanrı/İlah Anlayışı ve Muhasibi’nin ‘er-Riaye’ Adlı Eseri Bağlamında Allah’ın Hakları”, *Eskiye: Anadolu İlahiyat Akademisi Araştırma Dergisi = The Anatolian Theological Academy Research Journal*, S.31 (2015): 64.

³⁸³ Ebû Abdillâh Hâris b. Esed el-Muhâsibî, *er-Riaye Li-Hukukillah*, thk. Abdülkadir Ahmed Ata (Kahire: Dârü'l-Kütübî'l-Hadise, 1970), 138.

³⁸⁴ el-Muhâsibî, *Nefis Adabı (Adabu'n Nüfus)*, 55.

³⁸⁵ el-Muhâsibî, *Hakk'ı Arayanlara Nasihatler*, 127.

³⁸⁶ el-Muhâsibî, *Akıl ve Kur'an'ı Anlamak (El-Agl ve Fehmü'l-Qur'an)*, 270.

³⁸⁷ el-Muhâsibî, *Allah'a Dönüş (El-Kasd ve'r Rücu İlallah)*, 79; el-Muhâsibî, *Allah'ı Arayış (El-Kasdu ve'r-Rucu'u İlallah)*, 94.

kullardan olur. İşte bu yüzden bu arzu kalbe yerleşmeden samimi bir muhasebe ile bu arzudan kurtulmaya çalışmak gerekmektedir.³⁸⁸

Netice itibariyle biyolojik temel özellikler insanın ayakta kalması için gereklidir. Ancak bu özellikleri insanın iradesini doğru şekilde kullanarak eğitmesi gerekmektedir. Bu özellikler eğitilmez, kontrol edilmez ve kendi haline bırakılırsa sınırsız ve doyumsuz bir hal alırlar. Şehvet, açlık-susuzluk, uyku gibi dürtüler kontrol edilmediğinde bireyin günlük yaşantısını bozacak bir boyuta evrilebilir. Bu dürtülerin eğitilmesi dengeli olmalıdır. Örneğin şehvi duyguların yok olması insanın başka kişiler ile ilişkilerini sıfıra indirebilir, fazla olması ise insanda utanma ve acıma hislerinin azalmasına neden olabilir. Kısacası biyolojik bu özellikler insanın ayakta kalması için gerekmele birlikte iradenin kontrolde tutulması son derece önemlidir.

4.2. Haris El-Muhâsibî 'de İnsanın Psikolojik Boyutu

4.2.1. Duygu

4.2.1.1. Korku (Havf)

Muhâsibî korkuyu şöyle tanımlar: *“Kalbin Allah’ın vereceği cezayı düşünmesi ve bu ilahi tehdit nedeniyle korkuyla dolmasıdır.”* O korkan kişinin alametlerini zahiri ve batini olmak üzere ikiye ayırır ve korkunun zahiri (görünen) alametlerini şöyle sıralar: *“Çok titremek, çok ağlamak, uzun süre uzlette kalmak ve isyankâr kimselerin adını anmaktan kaçınmaktır.”* Bunların dışında *“fırtına, gök gürültüsü gibi doğa olayları karşısında rengin değişmesidir.”* Korkunun batini (görünmeyen) alametleri ise kişinin *“Allah’tan bir ihtiyacını gidermesini talep edip sonra kendi nefsinin durumunu düşünerek dileğinin geri çevrilmesi korkusuyla isteğinden vazgeçmesidir.”* Hatta bu öyle bir korkudur ki kişi oracıkta ruhunu teslim edecek bir hal içindedir. Bu kimselerin derhal canlarının alınacaklarını düşündükleri olaylar *“çığlık, feryat, kalp çarpıntısı, ani gürültü, şimşek, gök gürültüsü, rüzgâr, fırtına ya da kalplerindeki derin duyguları canlandıran etkili bir sözdür.”* Muhâsibî özellikle Allah korkusunda sözün tesirini vurgulamak amacıyla Zürrare b. Evfa’nın bir gün mihrapta, *‘Sur’a üflendiği zaman, işte*

³⁸⁸ el-Muhâsibî, *er-Riaye Li-Hukukillah*, 269.

o gün çok zorlu bir gün olacaktır. ' (Müddessir, 74/8-9) ayetlerini okuyunca derin bir iç geçirerek olduğu yerde yığılıp ruhunu teslim ettiğini anlatmaktadır.³⁸⁹

Allah korkusunda bulunması gereken bazı özellikler vardır. Muhâsibî Allah korkusunun gerçekleşmesi için şu üç hasletin yerine getirilmesi gerektiğini vurgular:

- 1) İman korkusu: Allah'a imanın artması ve günahları terk etme konusunda gayret sarf etmektir.
- 2) Havf-ı Selb (Elden Alınma Korkusu): Allah'ı tanıyan insanda görülen bu korkunun belirtileri haşyet ve verâdır.
- 3) Havf-ı Fevt (Elden Kaçırma Korkusu): Sadık insanlarda görülen bu nevi korkunun alameti insanın Allah'ın rızasını kazanma uğrunda her türlü çabayı göstermesidir.³⁹⁰

Muhâsibî Allah korkusu sahiplerini üçe ayırır. Birincisi, tevbesinin kabul edilmeyeceğinden korkandır. Bu kişi tevbe için amel eder, halden hale sürekli intikal eder. İkincisi, iyiliklerinin kabul edilmeyeceğinden korkandır. Bundan dolayı sürekli iyiliklere yönelir. Üçüncüsü ise kalbinde halis niyet ve ilahi azamet yerleşmiş olandır. Bu kimseler sürekli huşu, tezellül ve tefekkür hali içerisinde hep Allah'ı zikrederler. Ancak yaptıkları ibadetlerin kusurlu olması ve günah işlemek korkusu ile kendilerini cehennemlik olarak görmektedirler. Bu durum onların ibadetler konusunda hassas davranmalarından ve ilahi ceza konusunda Allah'tan korkmalarının bir neticesidir.³⁹¹

Muhâsibî'ye göre gerçek manada Allah korkusuna sahip olan kimseler yüksek mertebeli arif kişilerdir. Ona göre bu korku Allah'ın büyüklüğünü ve cezasının şiddetini, çabukluğunu bilmekten kaynaklanır. Bir insanın ateşten korkması ile ateşin sahibi ve maliki olan Allah'tan korkması aynı değildir. Zira ateş Allah'ın emri olmadan bir zarar veya fayda sağlayamaz, gerçek güç sahibi Allah'tır.³⁹²

Korku duygusunu elde etmenin yolu insanın nefsi bir kötülük veya günah işlemek istediğinde ona ahireti işlerini düşündürmesi ve kalbini kendi haline bırakmamasıdır.

³⁸⁹ el-Muhâsibî, *Tevbenin İlk Adımı (El-Kasd ve'r Rücu İlallah)*, 154-156; el-Muhâsibî, *Allah'a Dönüş (El-Kasd ve'r Rücu İlallah)*, 115-119; el-Muhâsibî, *Allah'ı Arayış (El-Kasdu ve'r-Rucu'u İlallah)*, 133-137.

³⁹⁰ el-Muhâsibî, *Hakikati Arayanlara Kulavuz (Risaletü'l Müstersidin)*, 242-243.

³⁹¹ el-Muhâsibî, *Tevbenin İlk Adımı (Şerhu'l Marife ve Bezu'n Nasihah)*, 197.

³⁹² el-Muhâsibî, *Tevbenin İlk Adımı (El-Kasd ve'r Rücu İlallah)*, 153.

Bir gün bu dünyadan ayrılacağını, ayrıldığında karşılaşacağı şeyleri düşünmesi ve ölenlerin dünyadayken hayatlarını nasıl tükettiklerini kendine hatırlatmasıdır. İnsan bu hususlarda kendini meşgul ederse kalbine gelen korku bir süre sonra kalbini teskin olmaya bırakacak ve kişi çok konuşmayı terk edip az konuşacaktır. Şayet bu şekilde kendini meşgul etmez ve korkusuzca yaşarsa İblis'in günahlarla çevrili bir hayatın içine düşer.³⁹³

Muhâsibî insanın sahip olduğu korku duygusunu kişinin Allah ile arasındaki bağlantı üzerinden ele alarak anlatır. Ona göre kulun Allah'ın sevdiği şeyleri kabullenip yasakladıklarından sakınması ile kalbi yakın haline ulaşır ve bütün kalbiyle Allah'ı tazim etmeye başlar. Bu hal üzere Rabbi ile münacat eyleyen kişinin Allah tövbesini kabul eder ve kalbini nurlandırır. İşte kul içindeki Allah sevgisini ve Allah ile arasında herhangi bir şeyin engel teşkil etmesinden korku duyar. Bu korku kulun Rabbine olan bağlılığının giderek artmasını sağlar. Çünkü muhabbetullah halinden uzaklaşmanın korku ve endişesi aklını kaplayarak dünyadan tamamen yüz çevirmesine dahi neden olabilir.³⁹⁴

İlahi azamet sayesinde kalbi nurla dolan kul Allah korkusu aklını başından almış bir halde iki büklüm olarak gözyaşları içerisinde hıçkırarak ağlar. Bunun nedeni kişinin amellerini az görmesi, Allah'ın kalbine yerleştirmiş olduğu haşyet ve azamet sebebiyle kendini kusurlu ve eksik görmesidir.³⁹⁵

Muhâsibî Allah korkusu yaşayan kişiyi anlatırken kişinin korku ve dehşet ile kaplı olduğunu bazen kalpten gelen bir titreme ile sarsıldığını bazen elemle döktüğü gözyaşları ile iki büklüm olduğunu bazen ise ağlamasının iniltiye dönüşerek aklının başından gittiğini ifade eder. Gündüzleri insanlardan kendisini gizlediğini, geceleri ise bu ıstırap halini yaşadığını söyler.³⁹⁶ Ayrıca insan yaptığı kötülükler ve işlediği günahlar oranında korku duyar.³⁹⁷

Kalbi Allah korkusu ile titreyen kul, Rabbine kavuşacağı ve O'na hesap vereceği günün çok yakın olduğunu aklından ve kalbinden çıkarmayarak aniden gelip çatacak

³⁹³ el-Muhâsibî, *Nefis Adabı (Adabu'n Nüfus)*, 29-30.

³⁹⁴ el-Muhâsibî, *Tevbenin İlk Adımı (Bed-ü Men Enabe İlallah)*, 31.

³⁹⁵ A.g.e., 33.

³⁹⁶ A.g.e., 32.

³⁹⁷ el-Muhâsibî, *Nefis Adabı (Adabu'n Nüfus)*, 50-51.

ölümün ve hesabın korkusundan uzak bir an bile yaşamamaktadır. Her daim Rabbinin huzurunda olduğuna, arada hiçbir perde bulunmadığına, Rabbinin kendisini görmesine engel olacak hiçbir şeyin olmayacağına iman eder. Nefsine ölümün yakın olduğunu telkin ettiği için dünya yükünü olabildiğince azaltır.³⁹⁸ Bu hal üzere olan kişi bütün herkes uykuda iken uyumaz, kalbinin uyanıklığı ile herkes istirahate çekilmiş haldeyken kalbindeki korku ve hüznün ile Rabbinin huzurunda iki büklüm olup titreyerek ibadet eder, kalbi tamamen haya duygusu ile dolu bir şekilde adeta Kur'an'ı bizzat Allah'tan dinlermişçesine huşu içerisinde okur. Bu şekilde Rabbinin huzurunda uzun uzun kıyamda durduktan sonra iştiyakla Onun huzurunda eğilir, büyük bir huşu hali ile secdeye kapanır. Bu halde iken kul Rabbinin kendisine nazar ettiğini düşünür, İlahi azamet kalbini kuşatmış ve Allah korkusu aklını başından almış bir halde iki büklüm olur ve gözyaşları içerisinde hıçkırarak ağlar.³⁹⁹

Muhâsibî'ye göre Allah korkusunun gerçek ölçüsü va'd ve vaid arasında yani korku ile ümit arasında olmalıdır. Nefs ancak akıbeti hakkında zikir ve fikir ederek korkar ve ümitlenir. Yani Allah'ın azabının şiddeti, hesap günü ve bunlara karşı uyanıklık ile Allah'ın bağış ve lütfuna sığınmak suretiyle korku ve ümit duyulabilir. Kişi kendini azabın şiddetinden korkutup sevabın büyüklüğü ile ümitlendirmelidir. Allah korkusu insanda Rabbinin hoş görmediği şeylerden kaynaklanan zevkin elde edilmesini geciktirir; ümit ise Rabbinin hoşlandığı ancak nefsin hoşlanmadığı şeylere karşı kişiye katlanma gücü verir.⁴⁰⁰

Netice itibarıyla beyindeki "serotonin taşıyıcı protein" üreten genin sinyalizasyonu ile tespit edilen korku duygusunun insanın dayanma, sığınma ihtiyacından doğan bir duygu olduğu bilinmektedir. Korkunun zıddı cesarettir. Cesareti insanın hakkı olanı savunması, menfaati olana sahip çıkmasıdır. Kendini bilen insan, doğru bildiğini ve hakkı olanı müdafaa edebilen kişidir. İnsanın hayatta başarılı olabilmesi için korkularının üzerine giderek cesareti kuşanması gerekmektedir. Bu nedenle insanın Rabbine duyduğu iman ve güven hislerinin maddi manevi tüm korkularından kurtulması için yegâne çare olduğunu söylemek mümkündür.

³⁹⁸ el-Muhâsibî, *Tevbenin İlk Adımı (Bed-ü Men Enabe İllallah)*, 33.

³⁹⁹ A.g.e., 32-33.

⁴⁰⁰ el-Muhâsibî, *er-Riaye: Nefs Muhasebesinin Temelleri*, 95-96.

4.2.1.2. Hüzün

Kalpdeki hüznü “*insanı rahatlıktan alıkoyan ve bütün uzuvları perişan eden bir kalp kırıklığı*” olarak tanımlayan Muhâsibî hüzün ehli kimselerin her an Allah’ın kendilerini biliyor, günahlarını görüyor olması ve amellerinden dolayı kendilerini emniyette hissetmemeleri sebebiyle kalplerinde hüzün oluştuğunu söylemektedir.⁴⁰¹

Muhâsibî’ye göre hüzne sebep olan üç haslet bulunmaktadır Bunlardan birincisi; geçmiş günahları düşünmek, Allah’ın huzuruna azıksız çıkmaktan endişe etmektir. İkincisi; Kalbin Allah’a karşı görevlerini yerine getirmesi, üzerine düşen farzları yapması sebebiyle kendisinde ortaya çıkan hüzün halidir. Üçüncüsü ise; Allah’ın emirlerine karşı geldiğini bilmektir.⁴⁰²

Muhâsibî Allah’ın, kullarının bu dünyada yaşadıkları hüzün karşısında ahirette onlara sevinç yaşatacağını vurgulayarak burada kastedilen hüzünden insanların dünyada ahireti için hüzünlendiğinde Allah’ın huzurunda sevineceklerini fakat dünyada sırf dünya için hüzünlenirler ise bu durumun onları Allah’tan uzaklaştıracağını ifade etmektedir.⁴⁰³

Muhâsibî hüznün başlangıçta hareketli olduğunu, bu hareketin korkuyla karışık olduğunu ancak devam edip iyice büyüdüğü ve dayanılmaz noktaya vardığı zaman sakinleştiğini vurgular. Bunun nedeni ise hüznün yerini kedere bırakmasıdır. Hüznü arttıran şey ise musibetin artmasıdır, musibet büyüdükçe kalpteki hüzün de büyümektedir. Hüzün halindeki kimse bu hüzünden kendisine ilahi lütuflar bahşedilmeye başlayınca ise sevinç duymaya başlar. Bir diğer deyişle kişinin yaşadığı hüznün kendisine bahşedilmiş olan nimetler karşısında çok az olduğunu ve bu hüznü kendisine bahşedenin Allah olduğunu fark ederek sevinç duymasındır.⁴⁰⁴

⁴⁰¹ el-Muhâsibî, *Tevbenin İlk Adımı (El-Kasd ve’r Rücu İllallah)*, 133-134; el-Muhâsibî, *Allah’a Dönüş (El-Kasd ve’r Rücu İllallah)*, 92-93; el-Muhâsibî, *Allah’i Arayış (El-Kasdu ve’r-Rucu’u İllallah)*, 110-111.

⁴⁰² el-Muhâsibî, *Tevbenin İlk Adımı (El-Kasd ve’r Rücu İllallah)*, 133; el-Muhâsibî, *Allah’a Dönüş (El-Kasd ve’r Rücu İllallah)*, 92; el-Muhâsibî, *Allah’i Arayış (El-Kasdu ve’r-Rucu’u İllallah)*, 110.

⁴⁰³ A.g.e., 133.

⁴⁰⁴ el-Muhâsibî, *Tevbenin İlk Adımı (El-Kasd ve’r Rücu İllallah)*, 134; el-Muhâsibî, *Allah’a Dönüş (El-Kasd ve’r Rücu İllallah)*, 93-94; el-Muhâsibî, *Allah’i Arayış (El-Kasdu ve’r-Rucu’u İllallah)*, 111-112.

Hüzün kelimesi gam, keder, tasa ve üzüntü ile eş anlamlı olarak da kullanılmaktadır. Her ne kadar bu kelimelerin psikolojik açıdan insanı etkileme biçimleri ve nedenleri farklı olsa da genel kabul gören tanımlama bu şekildedir. İnsan çoğu zaman dünyevi bir şeyin peşinden tutku ile koşmak, geçici şeylere çok fazla değer vermek ve bu nimetleri elinden kaçırmaması sebebiyle hüznü kapılmaktadır. Bunun temelinde insanın irade ve şuurunu bilinçli kullanmaması yatmaktadır. Hüzün halinden düşünceleri doğru yönlendirerek ve tefekkür ederek kurtulmak mümkündür. Akıllı kişi dünyanın gelip geçici olduğunu, dünyevi istek ve arzuların kendisi için bir imtihan vesile olduğunu düşünüp sabır ve rıza halinde yaşar. Dünyevi boyutunun yanında hüzün tasavvuf öğretisinde kalbi Allah'a yakınlaştıran bir duygu olarak yer alır. Hüzün insanın kalbini gaflete düşmekten koruyan ve bilincini arttıran bir duygudur. Nitekim nice peygamberler ve veli kullar hastalıklar, eziyetler ile sınanmışlar ve kalplerinde oluşan hüzün ile Allah'a daha fazla yakınlaşmışlardır. Günümüzde insanlar dünya hayatının yalnızca mutluluk ve huzur içerisinde geçeceği yanılgısına kapılmaktadırlar. Oysaki bu dünyada yaşayan insanların hemen hepsi değişik şekillerde imtihana, zorluklara tabi tutulmuşlardır. O halde insan düşünmelidir ki bu dünyada bütün isteklere kavuşmak mümkün değildir, hiç kimse fani olan bu dünyada isteklerine sınırsız bir şekilde ulaşamamıştır. İnsana düşen aşırı isteklerin peşinde koşan doymak bilmeyen hırslı kimseler gibi olmayıp sabır ve kanaate sarılmasıdır.

4.2.1.3. Sevinç/Mutluluk

Muhâsibî insanın sevinç ve mutluluk duymasını ibadetler üzerinden ele alır. Kur'an'ı Kerim'de Yüce Allah şöyle buyuruyor: *'De ki Allah'ın rahmeti ve ihsanı sayesinde, evet işte bunun sayesinde sevinirsiniz; zira Allah'ın rahmeti ve ihsanı onların biriktirdikleri her şeyden daha üstündür.'* (Yunus, 10/58) Bu ayetin de mucibince Muhâsibî'ye göre Allah insanı hidayete erdirmiş ve amellerini yapmaya muvaffak kılarak, kendisine yardım etmiştir. Bundan dolayı insan amellerinin Allah tarafından kendisine verilen bir ilahi lütuf olduğunu düşünmeli ve sevinmelidir.⁴⁰⁵

⁴⁰⁵ el-Muhâsibî, *Tevbenin İlk Adımı (El-Kasd ve'r Rücu İlallah)*, 95; el-Muhâsibî, *Allah'a Dönüş (El-Kasd ve'r Rücu İlallah)*, 52; el-Muhâsibî, *Allah'ı Arayış (El-Kasdu ve'r-Rucu'u İlallah)*, 64.

Sevinç ve mutluluk duyguları insan psikolojisini etkilemesi bakımından önemli bir konuma sahiptir. İnsanın mutluluğa olan ihtiyacı ilk var olduğu günden beri var olmaktadır. Tasavvuf öğretisinde mutluluk, dinin emir ve yasaklarını dikkate alarak Allah'ın rızasını elde etmekle kazanılır. Modern çağa kadar var olan tüm öğretiler insanın mutlu olması için formüller üretmiştir. Ancak modern/kapitalist yaşamın öngördüğü yaşam tarzına sahip olan insan profili mutluluğu yakalayamamıştır. Yaşadığımız çağda insanlar depresyon, anksiyete vb. hastalıklar ile sıklıkla karşı karşıya kalıyor ve bu rahatsızlıkların çarelerini arıyorlar. Bu durum ruhen çöküşe, hayattan zevk almamaya, insanın kendisinden, ailesinden ve eşinden memnun olmamaya kadar gitmektedir. İnsanın sevinç ve mutluluk duyamamasında en büyük engellerden biri yanlış düşüncelere sahip olmasıdır. Özellikle bebeklik ve çocukluk döneminden itibaren kişilikte oluşan yanlış düşünceler sonraki dönemlerde bireyin mutlu olmasındaki en büyük engel olarak karşısına çıkmaktadır. Bunun yanında sevinç ve mutluluğun duygusal, zihinsel, bedensel, sosyal ve mesleki olmak üzere farklı yönleri vardır. İnsanın mutluluğu açısından bu yönlerin hepsinin dikkate alınması gerekmektedir.

4.2.1.4. Ümit (Reca)

Muhâsibî'ye göre de reca: “*Amellerin kabul olmasını ve bol sevap almayı ümit etmek, amelin reddedilmesinden veya amele bir şeyin karışmasından korkmaktır.*” Reca duygusu insanlarda farklı şekillerde ortaya çıkabilir. Bunlar üç türdür:

Birinci tür: İnsanın ihlas ve dürüstlük ile güzel ameller yapıp bu ameller karşılığında Allah'ın rızasını ve onun vereceği sevabı istemesidir. Yani amelinin kabul edilip sevap kazanacağını ümit etmesidir.

İkinci tür: İnsanın kötü bir amel işleyip ardından Allah'a tevbe ederek yaptığı hataların affedileceği ve dualarının kabul edileceğini ümit etmesidir.

Üçüncü tür: İnsanın günahlara dalarak, tevbe etmeden ve işlediği kötü fiilleri bırakmadan affedilme ümidini taşımasıdır. Müfteri olarak da adlandırılan bu insan sahte bir ümide, isteğe bağlanarak kendini kandırmaktadır. Çünkü bu kişi Allah'ın

vereceği cezadan emin olarak O'na olan bağından kopmuştur. Asıl olması gereken ise insanın Rabbinden korkarak ümit içerisinde O'na yalvarmasıdır.⁴⁰⁶

Hakiki recanın bir insanda gerçekten var olduğunu anlamak için şu alametlerin kendisinde bulunup bulunmadığına bakmak gereklidir: Ümit edilen şeyi şiddetle talep etmek, istenilen şeye ulaşmak için çok çaba sarf etmek ve istenilen şeyi yalnızca Allah'tan istemektir.⁴⁰⁷

İnsanın psikolojik yapısında ümitlenme özelliği vardır. Bu özellik insanı hem ayakta tutan hem de harekete geçiren güçtür. Ümit insanı olumlu duygulara taşıyan bir vesile olduğu için insanı canlı kılarak ve motivasyonunu arttırmaktadır. Ümidi olan insan harekete geçerek hedeflerini gerçekleştirmek için çaba sarf eder. Aynı şekilde ümit duygusu insanın gelecek ile ilgili hayaller kurması ile ilgilidir. Günümüzde sıkça karşılaşılan depresyon, anksiyete gibi rahatsızlıklara karşı psikolojide sıklıkla başvurulan çözümlerden biri insanlara ümit duygusunu aşılmasıdır. İnsan kendi olumlu yönlerini ve geçmiş başarılarını düşündükçe ümidi artar. Etrafına iyi bir gözle bakan, çevresindeki olayları güzel gören insanın zamanla daha ümitvar olduğu görülmektedir. Bu durum iman eden insan için de geçerlidir. Allah'tan (yaratandan) ümidin hiçbir zaman kesilmemesi insanı hayatta her şeye karşı ümitvar kılmaktadır. Yaratıcıdan ümit duygusu içerisinde beklentide olmak da insanı hem dünya hem de ahiret yaşantısı için daha olumlu bir insan olmaya sevk etmektedir.

4.2.1.5. Tevazu

Muhâsibî tevazuyu şöyle tanımlar: *“Tevazu evinden dışarıya çıktığın zaman karşılaştığın herkesin senden daha faziletli olduğunu düşünmendir.”*⁴⁰⁸ İnsanın Allah katında değerinin artması ve amellerinin geçerli olabilmesinin şartı Muhâsibî'ye göre tevazudur. Nitekim Hz. Peygamber'den (s.a.v.) rivayet edildiği üzere: *“Kim Allah için tevazu gösterirse Allah onu yüceltir; kim de kibre kapılırsa Allah onu aynı şekilde aşağılara indirir.”*⁴⁰⁹

⁴⁰⁶ el-Muhâsibî, *Nefis Adabı (Adabu'n Nüfus)*, 49-50.

⁴⁰⁷ A.g.e., 148.

⁴⁰⁸ A.g.e., 190.

⁴⁰⁹ Ahmed b. Hanbel, *Müsned*, I, 33.

Ona göre kişi ancak mütevazî olursa yaptıklarından daha fazlasını yerine getirebilir ve bütün manevî hasletlere ulaşabilir. Bu durum devam ettiği müddetçe Allah'ın izni ile kişinin göğsü açılarak nur ile dolar. Kalbi nur ile dolunca kişi o zamana kadar bilmediği şeyleri Allah hikmeti ile öğreterek kulunu yardımcı ile destekler ve marifet kapıları açılır.⁴¹⁰ Tevazunun bir insanda gerçekten var olduğunun alameti ise; kendisini Hakka çağırınların davetini reddetmemesi, nefisini karşıındaki kişiden daha aşağı görmesidir.⁴¹¹

İnsanda bir eğilim olarak büyüklenme güdüsü vardır. Bu duygu bazı kişilerde hiçbir zaman ortaya çıkmazken bazı kişilerde hastalık derecesinde görülebilmektedir. Modern hayat insana kendini diğer insanlardan farklı ve üstün olmanın daha iyi bir şey olduğu düşüncesini empoze etmektedir. Tevazuyu unutanlar “küçük dağları ben yarattım” edasıyla etraflarındaki insanlara üstten bir bakış sergilerler. Kendilerini başkalarından üstün gören insanlar bu duygudan dolayı mutlu olacaklarını düşünseler de tavırlarının insanları rahatsız etmesinden dolayı zamanla yalnız kalırlar ve mutsuz olurlar. Sosyal dengeyi bozmasından dolayı bu durumun en büyük zararı ise topluma yansımasıdır. Özellikle lider olan kişilerin sergiledikleri üstten tavırlar toplumun huzurunu bozarak suç oranının artmasına neden olmaktadır. Tevazu sahibi alçakgönüllü insanlar ise karşıındaki insanla empati duydukları, merhamet ve yardımsever bir tutum sergiledikleri için saygı duyulan ve sevilen insanlar olurlar. Modern toplumun empoze ettiği insan modelinin aksine tevazu insanı yüceltir. Aynı zamanda gerçek ilim sahipleri ilimleri arttıkça alçakgönüllü kimselere dönüşürler. Tıpkı meyvesi bol olan ağacın başının yere eğik olması gibi ilimle dolan kişi de tevazu sahibi olur.

⁴¹⁰ el-Muhâsibî, *Tevbenin İlk Adımı (Şerhu'l Marife ve Bezu'n Nasihâ)*, 180.

⁴¹¹ el-Muhâsibî, *Nefis Adabı (Adabu'n Nüfus)*, 150.

4.2.1.6. Hayâ/Utanma

Muhâsibî'ye göre hayâ: “Kişinin halinin iç yüzü Allah tarafından biliniyor olduğu için kalbinin daralmasıdır.” Diğer bir deyişle hayâ: “Kalbin rahatlık ve feraha sınır koyması, azaltması ve terk etmesi ve Allah'ın razı olmadığı her türlü ahlaki halden kaçınmaktır.”⁴¹²

Allah'tan hayâ eden kimsenin alameti Allah'ın kendisini görmesinden utanacağı yerde bulunmamasıdır. Ayrıca hayâ eden kişinin durumu kusurlarını bilmesi, içinden geçen en gizli sırları dahi bilen Allah'ın kendisini görüyor olduğunu düşünmesidir. Hayâ'nın zahirdeki alameti ise insanın uzuvlarını rahattan uzak tutması ve bedeninin açık olmasından utanmasıdır.⁴¹³ Nitekim Hz. Peygamber (s.a.v.): “Allah'tan hakkıyla hayâ etmek; başı ve üzerindeki azaları, bedeni ve ondaki âzaları muhâfaza etmeniz, ölümü ve toprakta çürümeyi hatırlamanızdır.” buyurmuştur.⁴¹⁴

Muhâsibî, insanda hayâ duygusunu kuvvetlendiren şeyleri zikreder. Ona göre hayâ duygusunu kuvvetlendiren şeyler kalbin Allah'tan gelen zahiri nimetlere karşılık kendi kusurlarının çokluğunu, Allah'a olan şükür görevini yerine getirmediğini düşünmesidir. Ayrıca kalbin, Allah tarafından hesaba çekileceğini, O'nun huzurunda duracağını ve zerreye kadar her şeyin kendisine sorulacağını hatırlamasıdır. Başka bir deyişle kişinin her halinde Allah'ın gözü önünde olduğunu hiçbir halinin O'ndan gizli kalmayacağını düşünmesi kişinin hayâ duygusunun artmasını sağlar.⁴¹⁵ Bunların yanında ölümü ve ölümden sonraki ahvalini düşünmek de Allah'tan hayâ etmeyi kuvvetlendirir.⁴¹⁶

Hayâ sahibi insanlar şüpheli şeylere el uzatmadıkları gibi mübah şeyleri yaparken bile Allah'tan hayâ ederler. Allah'ın kerih gördüğü bir iş yapmazlar, her işlerini Allah'ın rızasına uygun olacak şekilde ayarlarlar. Bunların dışında sabırlı, tahammüllü,

⁴¹² el-Muhâsibî, *Tevbenin İlk Adımı (El-Kasd ve'r Rücu İlallah)*, 147; el-Muhâsibî, *Allah'a Dönüş (El-Kasd ve'r Rücu İlallah)*, 110; el-Muhâsibî, *Allah'ı Arayış (El-Kasdu ve'r-Rucu'u İlallah)*, 128.

⁴¹³ el-Muhâsibî, *Tevbenin İlk Adımı (El-Kasd ve'r Rücu İlallah)*, 148; el-Muhâsibî, *Allah'a Dönüş (El-Kasd ve'r Rücu İlallah)*, 111; el-Muhâsibî, *Allah'ı Arayış (El-Kasdu ve'r-Rucu'u İlallah)*, 129.

⁴¹⁴ Tirmizî, *Kıyâmet*, 24.

⁴¹⁵ el-Muhâsibî, *Tevbenin İlk Adımı (El-Kasd ve'r Rücu İlallah)*, 147-148; el-Muhâsibî, *Allah'a Dönüş (El-Kasd ve'r Rücu İlallah)*, 110-111; el-Muhâsibî, *Allah'ı Arayış (El-Kasdu ve'r-Rucu'u İlallah)*, 129.

⁴¹⁶ el-Muhâsibî, *Nefis Adabı (Adabu'n Nüfus)*, 189.

yumuşak huylu ve zariftirler. Sürekli düşünceli bir halde kederli ve boynu bükük olarak Allah'ı zikrederler.⁴¹⁷

Muhâsibî felsefecilerin hayanın insanın bir zaafı olduğunu söylemelerine karşı çıkararak hayanın her türlüünün iyi olduğunu zikretmektedir.⁴¹⁸ O, bu düşüncesini Hz. Peygamber (sav)'den gelen şu rivayete dayandırmaktadır: “*Haya, imandan bir şubedir.*”⁴¹⁹, “*Allah hayalı ve yumuşak olanları sever.*”⁴²⁰

Hayâ insanda tabiatın/fitratın bir gereğidir ve yüce huyluluğun bir göstergesidir. Bu özellik hem asi hem de itaatkâr kullarda bulunabilir. İtaatkâr olanlar, her türlü alçak huylarını yok etmek için haya ederlerken asiler ise haya perdesini yırtar ve utanmayı terk ederler. Hadis-i şerifte “*Kötülük(hayâsızlık) açıktan yapılı hale gelir de insanlar onu değiştirmeye uğraşmazlarsa Allah'ın onların hepsini içine alacak bir ceza göndermesi yaklaşmış olur.*” buyurulmaktadır.⁴²¹ Hayâ ile riya arasında çok ince bir çizgi vardır. Hayâda bazen düşman (İblis) riyaya çağırır, insan ona itaat ederse iblisin tuzağına kapılır ve mürâî (gösteriş yapan) olur. Bazen de kişi Allah'ın rızasını tercih eder; böylece hayâyâ, Allah için ihlası eklemiştir.⁴²²

Modern dünya bireysellik ve özgürlük adı altında insanın bazı değerlerden kopmasına, utanma duygusunu yanlış algılamasına ortam sağlamış durumdadır. Bugün özellikle gençler arasında utanan kişilere çekingen, asosyal olarak bakıldığı hatta psikolojik rahatsızlığı varmış gibi davranıldığı bir zaman dilimi içerisindeyiz. Haya duygusunun bu kadar değersizleştirilmesi toplumda ahlaki değerlerin ne kadar yozlaştırıldığına bir göstergesi olduğu gibi aynı zamanda toplumdaki dengelerin bozulmasına da sebep olmaktadır. Utanma duygusunun çocukluk yaştan itibaren verilmesi gerektiği bilinen bir gerçektir. Ancak çocukların yetiştirilmeleri sırasında mahremiyet eğitimi, sosyal sınırların neler olduğu ve utanmanın insan için tabii bir durum olduğu bilgisinin öğretilmemesinden kaynaklanan sebeplerden dolayı yetişkinlik döneminde sorunlar yaşanmaktadır. Günümüzde çocuklar sosyal ilişkilerde sınır tanımayan, her şeyi kendi

⁴¹⁷ el-Muhâsibî, *Tevbenin İlk Adımı (El-Kasd ve'r Rücu İllallah)*, 149; el-Muhâsibî, *Allah'a Dönüş (El-Kasd ve'r Rücu İllallah)*, 112; el-Muhâsibî, *Allah'ı Arayış (El-Kasdu ve'r-Rucu'u İllallah)*, 130.

⁴¹⁸ el-Muhâsibî, *er-Riaye: Nefs Muhasebesinin Temelleri*, 295.

⁴¹⁹ Buhârî, *Sahih*, İman, 16-Edeb, 77; Müslim, *Sahih*, İman, 57-59.

⁴²⁰ Ebu Davud, *Sünen*, Vitr, 23; Nesai, *Sünen*, Ğusl, 7; Ahmed b. Hanbel, *Müsned*, IV, 224.

⁴²¹ Ahmed b. Hanbel, *Müsned*, VI, 418.

⁴²² el-Muhâsibî, *er-Riaye: Nefs Muhasebesinin Temelleri*, 296.

hakkı gören, yalnızca kendi duygularını ve ihtiyaçlarını düşünen bir psikoloji ile yetişmektedirler. Bu durum ise duyarsız bir insan modelini doğurmaktadır. Ayrıca utanma duygusunun zayıflaması ve insani ilişkilerde sınırların yok sayılması nedeniyle toplumda cinsel suçlarda artış görüldüğü bilinmektedir. Netice itibariyle utanma duygusunun zayıflaması hem birey hem de toplum açısından kötü sonuçlar doğurmaktadır. Bu kötü sonuçlar ile karşılaşmamak için çocukların mahremiyet eğitimi ile sınırlarını bilerek yetiştirilmeleri ve her ferdin kültürümüzde var olan değerleri zayıflatmak isteyenlere karşı mücadele etmesi alınması gereken tedbirlerdendir.

4.2.1.7. Gurur (Mubâhât)

Gururlanmayı üç grupta ele alan Muhâsibî ilk olarak ilimle gururlanmayı, “*ilim aramaya, onu çokça ezberlemeye ve sürekli yapmaya çalışmak, pek çok hadisçiyle karşılaşmaya çabalamak, kendine ya da başkasına bir soru yöneltildiğinde hemen cevap vermeye kalkmak*” olarak tanımlar. Kişi bu davranışları ile kendisinin başkalarından daha üstün olduğunun bilinmesini ve yine kendisinin başkalarından daha bilgili olduğunu hisseder ve bunu göstermek ister. Diğer grupta ise amelle gururlanmayı ele alan Muhâsibî, bu tür bir gururlanmanın Allah’ı zikreden kimseler bir araya geldiklerinde, namaz kıldıklarında, Allah yolunda savaştıklarında veya iyi ameller yapmak için bir araya geldiklerinde söz konusu olduğunu söylemektedir. Örneğin kişi yanında namaz kılan biri olduğunda ona fazilet sahibi olduğunu göstermek amacıyla namazını arttırırsa bu ameli ile gururlanmasına sebep olur. Üçüncü grupta da dünya ile gururlanmak vardır. Kişi akraba, dost, arkadaş ve komşularına karşı kendi başına kaldığında bir iyilik yapmaz iken onların göreceği ve onu takdir edeceği bir konumda üstün olma niyeti ile iyilik veya infakta bulunursa bu amel ile gururlanmak olur. Aynı zamanda Muhâsibî bu durumu riya olarak da değerlendirmektedir.⁴²³

İnsan içinde bir dürtü olarak kendini değerli ve önemli hissetme gibi özellikler barındırır. Yani gurur duygusu insan için temel psikolojik güdülerdendir. Her insan yaptıklarını, başarılarını başkaları ile paylaşmak ve onların takdirini alarak kabul

⁴²³ A.g.e., 243-244.

görmek ister. Önemsenme, kendini değerli hissetme ve takdir edilme gibi ihtiyaçlar kibir ile birleşmez doğru şekilde kullanılırsa insanı teşvik edici olabilir ve iyi sonuçlar doğurur. Başkalarından takdir alan insan kendisi ile barışık hale gelir ve psikolojik olarak kendini mutlu hisseder. Ancak tam tersi olursa insan için bir felakete ve zarar verici bir duruma dönüşebilir.

4.2.2. Akıl

Aklın ne olduğu ile ilgili Muhâsibî şöyle der: “*Akıl Allah’ın kalplere yerleştirdiği basiret nurudur. Kul onun sayesinde, kalbine gelen düşüncelerin hak olanlarını batıl olanlarından ayırt eder, düşmanın yani şeytanın ve nefsinin vesveselerini fark eder ve kulluğunu yaparken nelere riayet etmesi gerektiğini bilir.*”⁴²⁴ Başka bir tanım yapacak olursak ise akıl: “*yaratılmış bir meleke ve bedendeki bir nurdur ne maddidir ne maddedir.*”⁴²⁵

Aklı, *Allah tarafından yaratılmış, insanın kazandığı ve elde ettiği bir şey* olarak gören Muhâsibî’ye göre insan kalbine yerleşmiş olan bu *ilahi lütuf* yani akıl sayesinde ilim öğrenir, Allah katında nimetlere mazhar olur ve gayret ederek rızkını onunla elde eder. Akıl özü itibariyle *yaratılmış bir iç güdüdür.*⁴²⁶

İnsan, akıl sayesinde doğru sözün doğruluğunu, yanlış sözün yanlışlığını anlar. Onun sayesinde eşyayı tanır, tefekkür ederek varlıklar üzerinde düşünür ve tecrübe yoluyla bilgiye ulaşır. O bir cisim veya duyu değildir, gözle de görülmez.⁴²⁷ Aklın tabiatında bazı özellikler bulunmaktadır. Bunlardan ilki, sezgisel olmasıdır. Bu yönüyle insan akıl ile kendisi için neyin fayda ve zarar vereceğini bilir, hayır ve şer arasında kaldığında kendi tercihi ile hayrı tercih edebilir. İkincisi, aklın mantıki olmasıdır. Onu cisim, tat, koku, dokunma, uzunluk, renk vb. sıfatlar ile vasıflandırmak mümkün değildir. Akıl ancak insanın fiilleri ve konuşması sayesinde kendini gösterir. Üçüncüsü

⁴²⁴ el-Muhâsibî, *Tevbenin İlk Adımı (El-Kasd ve’r Rücu İllallah)*, 79; el-Muhâsibî, *Allah’a Dönüş (El-Kasd ve’r Rücu İllallah)*, 39; el-Muhâsibî, *Allah’ı Arayış (El-Kasdu ve’r-Rucu’u İllallah)*, 46.

⁴²⁵ Süleyman Uludağ, “Akıl”, *DİA*, 1989, 246-247.

⁴²⁶ el-Muhâsibî, *Tevbenin İlk Adımı (El-Kasd ve’r Rücu İllallah)*, 79; el-Muhâsibî, *Allah’a Dönüş (El-Kasd ve’r Rücu İllallah)*, 39-40; el-Muhâsibî, *Allah’ı Arayış (El-Kasdu ve’r-Rucu’u İllallah)*, 46-48.

⁴²⁷ el-Muhâsibî, *Tevbenin İlk Adımı (El-Kasd ve’r Rücu İllallah)*, 80.

ise, aklın istidlâli olmasıdır. Daha açık bir ifade ile dünyada var olan olayların bilinmesidir. Bu hususta Muhâsibî şunları ifade etmektedir:

Bu, kişinin kendisini, anasını, babasını, gökyüzünü, yeryüzünü ve müşâhade edilen bütün varlıkları bilmesi gibidir. Eğer işitmiş olduğu varlıkların isimlerini bilme hususunda istidlal olmasa, sonra onları görüp de görme yoluyla tanısa ve isimlerini öğrenmese, onların manaları arasında ayırım yapamaz. Allah Teala'nın meleklerini ne ile nitelendirdiğini görmedin mi? Zirâ O, meleklerden varlıkların isimlerini haber vermelerini istediği zaman, Bizim ilmimiz yok (Bakara, 2/32) demişlerdi. Bunun üzerine Allah, Adem'e emretmiş, o da onlara bu isimleri haber vermişti. Çünkü Allah, onları kendisine öğretmişti.⁴²⁸

Aklın mahiyeti ile alakalı üç anlamı vardır. Birincisi; akıl, garizadır. Bu aklın hakiki anlamıdır ki; Kur'an ve sünnette yer alan ve alimlerin üzerinde ittifak ettikleri anlamı budur. Hakiki anlamının yanında diğer ikisi ise, Arapların "akıl" olarak kullandıkları iki kelimedir. Bu iki anlama Araplar akıl sayesinde var oldukları ve akıldan meydana geldikleri için "akıl" ismini vermişlerdir.⁴²⁹ Bunlar ise; fehm (anlama) ve basiret (öngörü).⁴³⁰

Aklın diğer iki anlamından biri olan *fehm* varlıkları kendi manalarında anlamaya yarayan ve manayı ifade etmeye yarayan akli bir olgudur. İnsanın tattığı, kokladığı, dokunduğu, işittiği her şeyi anlama ve açıklama kabiliyetine sahip olmasıdır. İnsan akli ile bir manaya ulaştığı takdirde fehm yani anlama gerçekleşmektedir.⁴³¹ Bir kelam işittiklerinde dinleyen ancak anlamaya çalışmayan kimseler Kur'an'da şöyle anlatılmaktadır: "*Hayır, onlar hayvanlar gibidirler; hatta yolca daha da şaşkındırlar.*"⁴³²

Aklın üçüncü anlamı olan *basiret* ise insanın dünya ve ahireti için faydasına olan şeyleri kavramasını sağlayan güçtür. Allah'ı akletmek basiret sayesinde

⁴²⁸ el-Muhâsibî, *Akıl ve Kur'an'ı Anlamak (El-Agl ve Fehmü'l-Qur'an)*, 179-181.

⁴²⁹ A.g.e., 225.

⁴³⁰ A.g.e., 168.

⁴³¹ A.g.e., 178-179.

⁴³² Furkan, 25/44.

gerçekleşmektedir. İnsanın Allah'ı bilmesi, yüceliğini, azametini, nimet ve lütuflarını bilmesi de bu sayede olmaktadır.

O, aklın ancak zahiri fiiller ile bilinebileceğini ifade eder. İnsan fiillerinde gariza, fehm ve basiret akıl ile hareket etmelidir. Bu şekilde hareket eden insan dünyevi işlerde kendisine fayda veren şeyleri yapar ve zarar veren şeylerden kaçınır. Bu insanın aklının bulunduğu, deli, aptal ve ahmak olmadığına delildir.⁴³³

Muhâsibî'ye göre aklın bu üç anlamı birbirini te'kid eder. Gariza akıl adeta bir destekleyici gibi fehm ve basiret akli tamamlamak için vardır. Bunun yanında kendisinde fehm ve basiret akıl olmayıp sadece gariza akıl ile yetinen insan ise Muhâsibî'nin nazarında hayvanlara benzer. Hayatın anlamını anlamaktan ve bu hayatın Yüce bir kudret eliyle yaratıldığının idrakinden yoksundur.⁴³⁴ İnsan marifet ve basiret sayesinde Allah'ın büyüklüğünü anladığı takdirde Allah katında makamı yükselir ve O'ndan sakınan biri olur. Allah'ı yüceltip O'ndan sakındığında O'ndan haya eder, O'na itaat eder ve O'nun gazabından kaçınır hale gelir. Böylelikle ilim talebine önem vererek *fehm'e* yani anlamaya başlar, bütün bunları anlamaya başlayınca ise etrafındaki hakikatleri sanki kendi gözüyle görüyor gibi olur. İşte bu üç unsurun kullanılması ile insan akıllı kılınmış olur. İşte böyle kimseler akleden olarak isimlendirilir.⁴³⁵ Akıllı insanın alameti güzel davranmak, söz ve fiil ile ilgili şeyleri olması gereken yere koymaktır.⁴³⁶ Konuştuğu şeyler doğru olana akıllı denirken; yanlış olana ise ahmak denmektedir. Bundan dolayı konuşma insanın aklının ölçüsünü göstermektedir.⁴³⁷

Aklın tek başına kaldığı zaman hataya düşme ihtimali vardır. Muhâsibî'ye göre akıllı insanın aldanmaması ve hataya düşmemesi için şu üç haslete dikkat etmesi gerekir: itaati mâsiyete, ilmi cehalete, dini dünyaya tercih etmek.⁴³⁸ Her kim kendisine verilen akıl ve ilim nimetleri ile Allah'ın emirlerini yerine getirir yasaklarından kaçınır, havf ve reca arasında yaşar, Kur'an'ın müteşabih ayetlerine iman eder ve kıssalara ibret

⁴³³ el-Muhâsibî, *Akl ve Kur'an'ı Anlamak (El-Agl ve Fehmü'l-Qur'an)*, 226.

⁴³⁴ A.g.e., 179.

⁴³⁵ A.g.e., 231-236.

⁴³⁶ el-Muhâsibî, *Nefs Adabı (Adabu'n Nüfus)*, 149.

⁴³⁷ el-Muhâsibî, *Tevbenin İlk Adımı (El-Kasd ve'r Rücu İlallah)*, 80.

⁴³⁸ el-Muhâsibî, *Hakikati Arayanlara Kılavuz (Risaletü'l Müsterşidin)*, 159.

nazarıyla bakarsa işte bu kimse akıl sahibidir.⁴³⁹ Akıllı insanlar arasında derece farkları bulunur. Biri çok iyilikler yapar ama akıldan nasibi azdır; diğeri ise akıyla Allah'ın rızasına uygun işleri yapar, O'nun sevdiği ve sevmediği şeylere uygun hareket eder. İşte akıllıca davranıp iyi ve güzel işler yapan bu insanın derecesi daha yüksektir.⁴⁴⁰

Muhâsibî aklı iki kısma ayırır: Doğuştan gelen *garizi akıl* ve tecrübeyle kazanılan *tecrübi akıl*. Doğuştan gelen akıl ile tecrübeleri algılayarak akleder (düşünür.)⁴⁴¹ İşte aklın ilk ve hakiki anlamı olarak bahsettiğimiz kısım *garizi akıldır*. Garizi akıl sayesinde insan kendisine fayda ve zarar veren şeyleri bilir. Dünyevi konularda iyi-kötü ve faydalı zararlı ayrımını yapmaya yarayan garizi akıl Allah tarafından insana bahşedilen bir lütuftur. Allah'ın imtihana tabi tutacağı kullarında var ettiği bir seciyedir. Bu yönüyle buluş çağına ermiş ve aklında herhangi bir kusur bulunmayan insanlara Allah Teala akılları sayesinde hitap ederek emir ve nehiyde bulunmaktadır. İşte bu yönüyle garizi akıl, insanın doğuştan sahip olduğu, sonra akledilen durumları öğrenerek ilim sayesinde insanda zamanla gelişen bir yetenektir. Aklın garizi olduğunun delaletlerinden biri de insanın onun sayesinde öğrenip ikrar etmesi veya bildiğini zannederek inkâr etmesidir. Aynı şekilde insanın fitratına yönelik davranışlar sergilemesi ve kendisini, anne-babasını bilmesi gibi fiiller de aklın garizi olduğunun bir işaretidir.⁴⁴²

Tecrübi akıl ise, garizi akla sahip kimselerin tefekkür ve araştırma sonucu elde ettikleri kazanılmış (müstefad) akıldır. Muhâsibî bu nevi aklın Allah dostlarında olduğunu ve insanın bunu elde etmek için olanca gücü ile çalışması, tefekkür etmesi ve kâinata ibret nazarı ile bakması gerektiğini vurgulamaktadır.⁴⁴³ İnsan kazanılmış (tecrübi) aklını doğuştan gelen akıyla yani Allah'ın verdiği akıl ile kazanır. Allah'ın verdiği aklın ne olduğunu ise tecrübe sayesinde yani kazandığı akı ile idrak eder.⁴⁴⁴ Tecrübi aklın merkezi olarak kalbi gören Muhâsibî'ye göre kalpten doğan bazı hasletler insanın

⁴³⁹ A.g.e., 89.

⁴⁴⁰ el-Muhâsibî, *Hakk'ı Arayanlara Nasihatler*, 101.

⁴⁴¹ el-Muhâsibî, *Tevbenin İlk Adımı (El-Kasd ve'r Rücu İllallah)*, 79; el-Muhâsibî, *Allah'a Dönüş (El-Kasd ve'r Rücu İllallah)*, 39-40; el-Muhâsibî, *Allah'ı Arayış (El-Kasdu ve'r-Rucu'u İllallah)*, 46-48.

⁴⁴² el-Muhâsibî, *Akl ve Kur'an'ı Anlamak (El-Agl ve Fehmü'l-Qur'an)*, 225-228.

⁴⁴³ Ebû Abdillâh Hâris b. Esed el-Muhâsibî, *el-Vesâyâ*, thk. Abdülkadir Ahmed Ata (Beyrut: Dârü'l-Kütübî'l-İlmiyye, 1986), 129.

⁴⁴⁴ el-Muhâsibî, *Tevbenin İlk Adımı (El-Kasd ve'r Rücu İllallah)*, 80.

aklının ölçüsünü belirlemektedir. Örneğin; insanın kalbinde Allah'a sevgi duyması, O'ndan korkması, va'd ve va'idine inanması gibi hasletler aynı zamanda onun aklının kemale erdiğinin de bir göstergesidir. Ayrıca tevhid ile Allah'a iman ederek, O'nun kudretine boyun eğmesi, O'ndan utanması, yalnızca O'nun malik olduğunu ve O'ndan başka kendisine fayda sağlayacak bir gücün olmadığını kabul etmesi; O'na isyan etmekten sakınarak itaat ile Allah'a yaklaşım yakın seviyesine ulaşması da tecrübi aklın kemale erdiğinin işaretleridir.⁴⁴⁵

Haris'e göre tecrübi akıl; insanın, Kur'ani manalardan ve Nebevi hadislerden Rabbi hakkında aklettiği şeyleri hayatında uygulamasıdır. Bu yönüyle tecrübi akıl sadece teorik yönle yetinmez aynı zamanda uygulama alanında da kendisini gösterir. Bundan dolayı Muhâsibî bu konu ile alakalı şunları zikretmektedir:

*Kur'an ayetlerini düşünmek ancak aklederek ona tabi olmak suretiyle olur. Vallahi bu, Kur'an'ın koyduğu sınırları yitirdiği halde onun harflerini ezberlemekle olmaz. Hatta bazıları, "Ben bir harfini bile zayi etmeden Kur'an okuyorum" demektedir. Vallahi, Kur'an onun ahlak ve amelinde görülmediği sürece Kur'an'ın tamamını zayi etmiştir.*⁴⁴⁶

Muhaddislerden ve Mutezileden bağımsız olarak kendine has bir yol geliştiren Muhâsibî; akıllı, ilimle birleştirildiğinde Allah'a ulaştırılan bir vasıta olarak görür. Her şeyden arınmış sağlıklı bir akıl, Allah'ın mahiyeti ve yarattıkları hakkında düşünebilir. Ancak salt akıl Allah'ı idrak için tek başına yeterli değildir. O, marifete erişmek için insanın akla olan ihtiyacını şöyle ifade eder: "*Onlar akıl sayesinde sevdiler, korktular, takvaya sığındılar, akıl sayesinde doğru yolu buldular ve manevi basamakları tırmandılar.*"⁴⁴⁷

Muhâsibî'ye göre Allah, zaman ve mekânda var olan bütün niceliklerin üstündedir. Bu konuda şöyle demektedir: "*O'nun keyfiyetini ifade etmekte miktar eksik kalır, akıllar yetersiz kalır... Akıllar, O'nu idrak etmekten aciz kalır.*" Buradan hareketle gerçekte Allah'ı akleden kâmil insanın, O'nu idrakten aciz olduğunu kabul eden insan olduğunu anlamak mümkündür. Muhâsibî'ye göre insan aklının Allah'ı idrak etmekten aciz olması, onun aklında bir noksanlık olduğunu göstermez; aksine aklının olgunluğunu

⁴⁴⁵ el-Muhâsibî, *Allah'ı Arayış (El-Kasdu ve'r-Rucu'u İlallah)*, 124-26.

⁴⁴⁶ el-Muhâsibî, *Akıl ve Kur'an'ı Anlamak (El-Agl ve Fehmü'l-Qur'an)*, 205.

⁴⁴⁷ el-Muhâsibî, *Hakikati Arayanlara Kılavuz (Risaletü'l Müsterşidin)*, 45.

gösterir. Çünkü aklın değeri ancak onun sınırları bilindiği zaman ve insanın acizliğini itiraf etmesi ile anlaşılır. Bunların yanında Allah'ı bilmek O'nun sıfatlarını Kur'an'da zikredildiği şekliyle bilmek olup; O'nu bilmek bize bildirdiği tüm şeyleri bilmekle de mümkündür. Yaratılış, peygamber kıssaları, va'd ve va'id haberleri, insan ve kainatla ilgili her şey Allah'ın sıfatları ile ilgili olduğundan bize Allah hakkında akli bilgiler verirler. İnsanın bu kâinatta çevresini kuşatan varlıklara tefekkür gözü ile bakarak ilahi kudretin eserlerini akletmesi gerekmektedir.⁴⁴⁸

Allah Teala hakkında akletmenin bir sonu yoktur. Çünkü akıllı insan bilir ki Allah'ın sıfatları, sevap ve cezasının büyüklüğü ilimle sınırlandırılmaz. Gözüyle bu azameti görmesi mümkün değildir. Gözü görse dahi isim ve sıfatlarıyla her türlü noksanlıktan münezze olan Allah'ı ilmen ihâta edemez. İnsan Allah Teala'yı ancak isimleri ve sıfatları üzerinden aklederek kemâle erebilir. Fakat Allah'ı akletme hususunda insanın kemale ermesi için kendinde şu üç hasletin bulunması gerekir:

- 1) Allah'tan korkması ve O'nun emrini yerine getirmesi,
- 2) Allah hakkında, O'nun söylediği şeyler, va'd ve va'id hususunda yakın kuvveti,
- 3) Allah'ın dini hususunda fihhederek, O'nun emrettiği ve mendub kıldığı şeylerden razı olmak ve kerih gördüğü hususları anlama basiretine sahip olmaktır.

Özetle bu hasletlerin “Allah korkusu”, “yakın kuvveti” ve “dinde basiret” olduğunu söyleyebiliriz. İşte bu üç haslet insanda bir arada bulunduğu zaman, kişinin akıl kuvveti kemale erecektir.⁴⁴⁹

Muhâsibî insanın en çok çaba sarf etmesi gereken şeyin akli edinme, akli kullanma noktasında olması gerektiğini savunmaktadır; zira Allah dostu insanlar da tefekkür ederek her meseleye yaklaşmaktadırlar. Böyle kimseler kötülüklerden uzak durma, iyiliklere yönelme, dünyalık işlerden yüz çevirme ve doğru yola yönelme gibi vasıflara akılları sayesinde elde ederler. Dolayısıyla insanın akıl yoluyla istifade edebileceği en üstün şey, Allah'ın farzlarını yerine getirerek O'na itaat etmek ve haramlardan kaçınmaktır.⁴⁵⁰

⁴⁴⁸ el-Muhâsibî, *Akl ve Kur'an'ı Anlamak (El-Agl ve Fehmü'l-Qur'an)*, 196-199.

⁴⁴⁹ A.g.e., 237-238.

⁴⁵⁰ el-Muhâsibî, *Hakk'ı Arayanlara Nasihatler*, 99-100.

Muhâsibî, kendisine Allah tarafından verilen akıl nimetinin şükürünün eda edilmesi gerektiğini vurgular. Ona göre akıl nimetinin şükürü kâinatı tefekkür ve tedebbür etmek, ibret almak, iyi niyetli olmak, Allah'ın azametini ve kudretini düşünmek, Allah'tan korkmak, azaların işlediği günahlardan dolayı hüznün halinde olmak ve Allah'ın rızasına uygun işleri yerine getirmek suretiyle yapılır.⁴⁵¹

Aklın iki boyutu bulunmaktadır. Bunlardan ilki temel, diğeri ise yüksek fonksiyonlarla ilgili olandır. Temel akıl boyutu ile tüm canlılar için aynı olan yeme, içme ve üreme gibi gereksinimler yerine getirilirken; yüksek fonksiyonlarla ilgili akıl sayesinde ise temel ihtiyaçların yanında amaçlar, insanın anlam arayışı ve bunun için gösterdiği çabalar ile yetenekleri ortaya çıkar. Akıl bir cihaz gibidir ve o cihazı iyi ve doğru kullanabilmek ancak insanın bilinçli davranışlar sergilemesi ile mümkün olmaktadır. İşte bu noktada akıllı doğru ve bilinçli kullanabilmek için onun bir anlama ihtiyacı vardır. Yaşadığımız çağın en büyük hastalıklarından birisi anlamsızlık hastalığıdır. Anlamsızlık hastalığı ise insanın kendi varlığını manasız görmesine neden olmaktadır. Varlığını kendinden bilen ve anlamsızlık girdabı içerisinde sürüklenen insan zamanla bencilleşmeye ve kendini her şeyin merkezi kabul etmeye başlar. Anlamsızlığın olduğu toplumlarda ise değerlerden ve düzenden bahsetmek söz konusu değildir. Anlamsızlık insanların mutsuz olmasını sağladığı gibi toplumlarında huzurunu bozmaktadır. Bunun engellenmesi için insana bahşedilen akıl nimetinin doğru kullanılması gerekmektedir. Bu noktada insanın kendisi için neyin doğru neyin yanlış olduğuna karar vermesi ve hangi amaçlar uğruna yaşadığını akıl ve idrak seviyesine taşıması son derece önemlidir.

⁴⁵¹ A.g.e., 148.

4.2.3. Davranış

4.2.3.1. Haris El-Muhâsibî’de İnsanın Olumlu Davranış Özellikleri

a) Sabırlı ve Kararlı Olmak

Muhâsibî’ye göre sabır: “Sızlanıp şikâyet etmeyi bırakarak Allah’ın razı olacağı şeyleri yapmakta kararlı ve sabit olmaktır.” Yani kulun karşısına çıkan olaylarda kendini tutarak şikâyet ve sızlanmayı kesmesidir. Sabır, üç durumda söz konusu olur. Birincisi Allah’a itaat etme konusunda sabırlı olmak, ikincisi Allah’a isyan etmeme konusunda sabırlı olmak, üçüncüsü ise dünya musibetlerine karşı sabırlı olmaktır.⁴⁵²

Muhâsibî sabrın üç boyutlu olduğunu söyler. Bunlar sırasıyla: Sabrı kuşanmak, nimetlenmek ve sabretmektir. O’na göre, “Sabrı kuşanmak nefsi zorluklara, acılara, hoşlanmadığı şeylere zorlamaktır.” Buradaki amaç insanın bunu yaparak günahlarını temizlemek ve sevap kazanmak istemesidir. Sabırlı kişinin amacı ise ibadet ve itaatlerin en ileri derecesini yerine getirmeye çalışmasıdır. Sabrı kuşanan kişi ile sabreden kişinin arasındaki fark, sabrı kuşanan insanın acı ve kederle karşılaşması; sabreden insanın artık bu acı ve ıstırapları hissetmez hale gelmiş olmasıdır. Bu ikisinin arasında bulunan nimetlenme hali ise Muhâsibî’ye göre şudur:

Kul sabrı kuşandığında Allah onun bu uzun gayretini bilir ve ona ahirette sabırlı kimselerin ulaşacağı makamları bildirir. Böylece o kul, sabra devam etmenin tadını hisseder, ibadet ve itaatin değerini anlar ve bu durumun Allah tarafından kendisine ihsan edilmiş bir nimet, bir lütuf olduğunu kavrar. İşte bu noktada marifet ile nimetleri mülahaza etme hali bir araya gelir ve kalp, bu nimetlerin sevinci ile dolar.” Bu halin sonunda ise kişinin varacağı yer artık sabır makamı olur.⁴⁵³

Sabırda bulunması gereken bazı özellikler vardır. Muhâsibî sabrın gerçekleşmesi için şu üç hasletin yerine getirilmesi gerektiğini vurgular:

1. Allah’ın haram kıldığı şeylere girmemekte sabır

⁴⁵² el-Muhâsibî, *Tevbenin İlk Adımı (El-Kasd ve’r Rücu İllallah)*, 99; el-Muhâsibî, *Allah’a Dönüş (El-Kasd ve’r Rücu İllallah)*, 55; el-Muhâsibî, *Allah’ı Arayış (El-Kasdu ve’r-Rucu’u İllallah)*, 67.

⁴⁵³ el-Muhâsibî, *Tevbenin İlk Adımı (El-Kasd ve’r Rücu İllallah)*, 102; el-Muhâsibî, *Allah’a Dönüş (El-Kasd ve’r Rücu İllallah)*, 59-60; el-Muhâsibî, *Allah’ı Arayış (El-Kasdu ve’r-Rucu’u İllallah)*, 71-72.

2. Allah'ın emirlerine karşı sabır
3. Musibet geldiği zaman mükafatını Allah'tan umarak direnmekte sabır.⁴⁵⁴

Muhâsibî sabrın sıkıntıları karşısında Allah'ın vereceği sevabı düşünmenin, sabredenlerin Allah katındaki değerinin ne kadar üstün olduğunu bilmenin ve bu bilginin kalpte yer etmesinin kişinin bütün sıkıntılarını gözünde küçülteceğini ve bu sıkıntıların üstesinden gelmenin kolaylaşacağını vurgular. Ayrıca bu hal üzere olan kişinin bütün uzuvları Allah'a itaat etmeye başlar ve bundan lezzet alır. Sabırlı olma konusunda insanı güçlendirecek durumlardan ilki, *'İçinizden sabredenleri ve cihad edenleri ortaya çıkarmak üzere sizleri imtihan edecek ve sözlerinizin doğruluğunu sınayacağız.'* (Muhammed, 47/31) ayeti doğrultusunda kişinin Allah'ın kendisine sabrı farz kılmış olduğunu bilmesidir. Diğerisi ise, *'Sabretmelerine karşılık onlara cennet ve ipek giysiler bahsetmiştir.'*⁴⁵⁵ ayeti gereğince kişinin sabretmesi karşılığında elde edeceği sevabın büyüklüğünü düşünmesidir. Ayrıca kişinin sıkıntılara katlanıp sabrederken Allah'ın kendisine nazar ettiğini ve O'nun gözetiminde olduğunu bilmesi de sabrını arttıracak hususlardandır.⁴⁵⁶

Bir zorluk ve musibetle imtihan edildiğinde sabırlı ve dayanıklı olmaya gayret göstermek gereklidir. Çünkü musibetler, Allah'ın kuluna lütfudur. Bundan dolayı insan bu tür musibetlere karşı sabrederken şikayetçi olmamalı, Allah'ın takdirine rıza göstermelidir. Musibetlerin bir lütf olduğunun farkına varınca artık ortada üzülecek bir durum kalmamaktadır. Bilakis insan başına gelen dünya musibetlerine karşı sevinç duymalıdır; zira bunlar sabredenler için günahlarının silinmesine vesiledir.⁴⁵⁷

İnsanın uzun süren zorluklara katlanıp bütün bu zorlukların acısını hissetmediği bir dönemin olabileceğini zikreden Muhâsibî, bu durumun ancak marifetin kalbi kaplaması ile kişinin Allah'a yakın kimseler makamına ulaştığında mümkün olacağını söyler. Bu durumda olan kimsenin kalbi, bütün gayreti ile ibadet etmenin ve zorluklar karşısında sabretmenin karşılığında kendisine verilecek ilahi lütuflara dair inancı sayesinde aydınlanır. Kalp gözünün açılması ile ilahi kudretin gücü ve yaratılıştaki mükemmelliği düşünmeye başlayarak hayret ve şaşkınlığa düşer. Bu düşünceler

⁴⁵⁴ el-Muhâsibî, *Hakikati Arayanlara Kılavuz (Risaletü'l Müsterşidin)*, 235; el-Muhâsibî, *Nefis Adabı (Adabu'n Nüfus)*, 148.

⁴⁵⁵ İnsan, 76/12.

⁴⁵⁶ el-Muhâsibî, *Tevbenin İlk Adımı (El-Kasd ve'r Rücu İlallah)*, 100-103.

⁴⁵⁷ el-Muhâsibî, *Hakk'ı Arayanlara Nasihatler*, 71-72.

kalbini kaplar ve sonunda eriştiği marifet ve yakın hali neticesinde kişi tüm sıkıntılarını unuttur hale gelir. Çünkü Muhâsibî'ye göre gördüğü şeylerin güzelliği ona tüm sıkıntılarını unutturmuştur. Bu durumu Yusuf kıssasında yer alan kadınların Hz. Yusuf'un güzelliği karşısında şaşkına dönüp ellerini kestiklerinde farkına bile varmayarak acı duymamalarına benzetir. İşte bu kıssada olduğu gibi Muhâsibî insanın kalbinin de Allah'ın nimetlerini ve kudretinin büyüklüğünü gördüğünde şaşkına dönerek acılarını ve sıkıntılarını duyamaz hale geleceğini zikreder.⁴⁵⁸ Hakiki sabrın insanda bulunduğu alâmeti başına gelen hiçbir musibetten dolayı insanlara yakınmaması ile ölçülür.⁴⁵⁹

Sabır hali üzere olanların aralarında derece farkları vardır, bazıları diğerlerinden daha faziletli kimselerdir. Bu farklılık akılları ve himmetlerine göre değişkenlik gösterir. Yani sabır makamında olan kişiler Allah'ın kendilerine vereceği sevap konusunda marifetlerine ve karşılaştıkları zorluklara katlanma güçleri ölçüsünde Allah katında farklı derecelere sahip olacaklardır. Sabır makamından sonra ise kişi 'rıza' makamına geçmektedir.⁴⁶⁰

Sabır insanın sahip olduğu diğer olumlu duyguların üzerinde temel bir değerdir. Çünkü insan karşısına çıkan zorluklara karşı sabrettiği müddetçe olgunlaşır ve kıymetlenir. Sabır ve ümit birbirini destekleyen duygulardır. Ümitsiz kişiler genel olarak daha aceleci ve sabırsız kimselerdir. İnsan ruh sağlığının iyiliği için elinden geleni yapır gayret gösterdikten sonra karşılaştığı neticenin kendisi için hayırlı olacağını kabul etmelidir. Sabırlı olmanın en önemli şartı ise duygu ve düşünceleri iyi bir şekilde yönetmekten ve sebat göstererek hayata devam etmekten geçmektedir.

b) Tevekkül ve Rıza Sahibi Olmak

Muhâsibî'ye göre rıza: “Allah'ın bütün takdirinde adil olduğuna, verdiği hükümlerde itham edilemeyeceğine dair kal bilgisidir.” Diğer bir deyişle “Kalbin ilahi takdirin

⁴⁵⁸ el-Muhâsibî, *Tevbenin İlk Adımı (El-Kasd ve'r Rücu İlallah)*, 101; el-Muhâsibî, *Allah'a Dönüş (El-Kasd ve'r Rücu İlallah)*, 58-59; el-Muhâsibî, *Allah'ı Arayış (El-Kasdu ve'r-Rucu'u İlallah)*, 70-71.

⁴⁵⁹ el-Muhâsibî, *Nefis Adabı (Adabu'n Nüfus)*, 148.

⁴⁶⁰ el-Muhâsibî, *Tevbenin İlk Adımı (El-Kasd ve'r Rücu İlallah)*, 102-103; el-Muhâsibî, *Allah'a Dönüş (El-Kasd ve'r Rücu İlallah)*, 60-61; el-Muhâsibî, *Allah'ı Arayış (El-Kasdu ve'r-Rucu'u İlallah)*, 72-73.

gerçekleşmesinden memnuniyet duymasıdır.” O’na göre rıza hali, kişinin Allah’a olan hüsn-ü zannı ve O’nun mutlak adaleti hakkındaki bilgisinden kaynaklanmaktadır.⁴⁶¹ İnsan rıza makamına ancak yaptığı işleri ve seçimlerini kendinden değil Allah’tan bildiğinde ve Allah’ın yaptığı seçimlerin kendisi için daha hayırlı olduğunu anladığında ulaşabilir. Bundan dolayı Muhâsibî Rızayı: “*Muhabbetin bir gereği, tevekkülün ta kendisi ve yakinin de ruhu*” olarak ifade eder.⁴⁶² Muhâsibî’ye göre rızanın tersi ise hoşnutsuzluk halidir. O hoşnutsuzluğu şöyle tarif eder: “*Kalbin ilahi kaza ve kaderden bıkip usanması, onu hoş görmemesi, hep bir şeylere sahip olmak istemesidir.*”⁴⁶³ Bu durum insanın başına gelen olaylardan memnun olmayarak şikâyetle bulunması olarak da nitelendirilebilir.

Rıza halinde bulunması gereken bazı özellikler vardır. Muhâsibî rızanın gerçekleşmesi için şu üç hasletin yerine getirilmesi gerektiğini vurgular:

- 1) Allah Teala’nın hükümlerini koşulsuz kabul etmek.
- 2) Allah Teala’nın emirlerine teslim olmak.
- 3) Allah Teala’nın emirleri karşısında nefsinin istediğini terk etmek.⁴⁶⁴

Rıza makamında olan kimse rızasını arttıracak şeylere ihtiyaç duyar. Bu halin elinden alınma endişesi ve Allah’a olan şükür borcunu eda etmedeki kusurunu düşünmesi insanın rızasını arttıracak hallerdendir. Ayrıca insanın Allah’ın kendisi hakkında takdir ettiği sıkıntılara Allah’ın onu görüyor olduğunu bilmesi sayesinde tahammül eder. Bu tahammül sayesinde ne kadar muhtaç ve güçsüz olsa da ölümü dahi düşünmeden yine de Allah’ın kendisi için takdir ettiği sıkıntılara severek katlanır ve bu halinden memnuniyet duyar. Bunun sebebi ise kulun, Allah’ın bu halinden hoşlanacağını bilmesi ve bu halinden dolayı kendini öveceğini düşünmesidir.⁴⁶⁵

⁴⁶¹ el-Muhâsibî, *Tevbenin İlk Adımı (El-Kasd ve’r Rücu İlallah)*, 105-106; el-Muhâsibî, *Allah’a Dönüş (El-Kasd ve’r Rücu İlallah)*, 62-63; el-Muhâsibî, *Allah’ı Arayış (El-Kasdu ve’r-Rucu’u İlallah)*, 75-76.

⁴⁶² el-Muhâsibî, *Hakikati Arayanlara Kılavuz (Risaletü’l Müsterşidin)*, 237.

⁴⁶³ el-Muhâsibî, *Tevbenin İlk Adımı (El-Kasd ve’r Rücu İlallah)*, 106.

⁴⁶⁴ el-Muhâsibî, *Hakikati Arayanlara Kılavuz (Risaletü’l Müsterşidin)*, 237.

⁴⁶⁵ el-Muhâsibî, *Tevbenin İlk Adımı (El-Kasd ve’r Rücu İlallah)*, 106-107; el-Muhâsibî, *Allah’a Dönüş (El-Kasd ve’r Rücu İlallah)*, 66; el-Muhâsibî, *Allah’ı Arayış (El-Kasdu ve’r-Rucu’u İlallah)*, 79.

Allah insana tevekkülü farz kılmış, rızık peşinde koşmayı ise mübah bırakmıştır. Fakat rızık peşinde koşmanın da sınırlarını çizmiştir. Nitekim Allah-u Teala Yüce Kur'an'da, “*Ey iman edenler! Eğer siz ancak Allah'a kulluk ediyorsanız, size verdiğimiz rızıkların iyi ve temizlerinden yiyin ve Allah'a şükredin.*”⁴⁶⁶ buyurmaktadır. İnsana düşen şey; Allah tarafından kendisine farz kılınan tevekkül emrine uyarak Allah her insanın rızıkını taksim ettiğine, bu taksime göre herkesin rızıkını vakti gelince vereceğine şüphe duymaksızın iman etmektir.⁴⁶⁷

Muhâsibî'ye göre insan hoşuna gitmeyen şeylere sabretmediği ve şehvetle arzuladığı şeyleri terk etmedikçe istediği hayırlara kavuşamaz. Bundan dolayı Allah'ın kendisine farz kıldığı hususlara riayet etme hususunda tüm çabasını harcamalı ve elinden geleni yaptıktan sonra Allah'ın kendisine murad ettiği şeye razı olmalıdır. Ayrıca kendisine merhametli olmayanlara karşı şikâyetle bulunmamalı ve sadece Allah'tan yardım dilemelidir. Ancak bu sayede Allah'ın seçkin ve has kulları arasında olmak mümkündür.⁴⁶⁸ Bir insanın Allah'tan razı olduğunun alameti ise; Allah'ın hükmü karşısında kalbin sükunette olması, işleri Allah'a havale ederek O'nun takdirine rıza göstermektir.⁴⁶⁹

Tevekkül insanın bir konuda üzerine düşeni yaptıktan sonra sonucu Allah'a havale etmesi ve neticesini kabullenmesidir. İnsanın üzerine düşeni yapmadan sonucunu beklemesi ise tembelliktir. Tevekkül insanı harekete geçiren bir kuvvet ve fiillerinin temelini yüce bir kudrete dayandırması ile insanda bir iç coşku oluşturmaktadır. Zira tevekkül sayesinde insan tedbirsiz, başıboş, miskin davranışlarından kurtularak gayrete sarılmaktadır. Bu anlamda tevekkül aktif bir insan modeli ortaya çıkartmaktadır. Ancak insan psikolojisi kimi zaman başına gelen olumsuz durumlardan etkilenerek kaygı bozuklukları yaşamaktadır. Hayatındaki kontrol dengesini kaybeden ve psikolojik dengesinin bozulduğunu hisseden insan ancak kendisini rahat hissedeceği bir zihinsel ortam bulduğunda kaygılarından kurtulabilmektedir. Bu anlamda zihinsel bir sığınak olarak karşımıza çıkan tevekkül, insan psikolojisini rahatlatan ve sıkıntılarını kurtararak mutlu olmasına destek veren

⁴⁶⁶ Bakara, 2/172.

⁴⁶⁷ el-Muhâsibî, *Helal Rızık ve Namazın Anlaşılması*, 19-27.

⁴⁶⁸ el-Muhâsibî, *Hakikati Arayanlara Kılavuz (Risaletü'l Müsterşidin)*, 103-10.

⁴⁶⁹ el-Muhâsibî, *Nefis Adabı (Adabu'n Nüfus)*, 148.

manevi bir dayanaktır. İnsanın güven duygusunun gelişmesi, kaygılarından kurtulması ve kendini bulması noktasında tevekkülün insan psikolojisine katkıları söz konudur.

c) *Sadakat Sahibi Olmak*

Muhâsibî'ye göre sadakat: “*Kalbin ve dilin aynı hal üzere olduğu durumda dilin söylediği sözdür. Burada kalp ve dil, birbirinden farklı olmamalıdır.*” Daha kapsamlı bir ifade ile sadakat; niyette, dilde ve amelde olur. Niyette sadakat, kalbin ilahi ceza korkusuyla veya sevap ümidiyle ve sadece Allah için kendisini açığa vurmasıdır. Dilde sadakat; dilin sağlam bir kanıtı sahip olduğu durumlarda konuşmasıdır. Amelde sadakat ise rahatı ve tembelliği bir kenara bırakarak, karar verdiği işi gerçekleştirinceye kadar, hiçbir engelin kendisini alıkoyamayacağı şekilde çaba göstermektir. Diğer bir deyişle ise sadakat: “*Doğru veya yanlış olduğu düşünülmeden söylenen her sözün, sözünde durmamanın ve insanın kurtuluşunun garantisi olan ahiret amellerini ertelemenin sebep olacağı hesaptan korkmaktır.*”⁴⁷⁰

Sadakatın temeli Muhâsibî'ye göre marifettir, yani Allah'ı bilmektir. Çünkü insan Allah'ın kendisini görüp işittiğini ve kendini cezalandırmaya kâdir olduğunu bildiğinde sadakat ortaya çıkar. Diğer bütün iyi amellerin temeli ise sadakattir. İnsanın sadakati ölçüsünde iyi amelleri de artacaktır.⁴⁷¹

Sadakatın kalbe yerleştiğinin belirtisi orada bir *nur* oluşmasıdır. Bu nur sayesinde kişinin kalbinde bir coşku ve heyecan meydana gelir ve bu coşku ile birlikte sadakat tüm bedeni kaplar. Muhâsibî, sadakat halinin bazen insanı çok fazla coşturarak insanın adeta aklını başından alıp ona dünyayı unutturduğunu, hüzünlendirdiğini, yeme içme isteğini kestiğini ve gözyaşı dökmeye sebep olduğunu söylemektedir. Hatta kişi sadakatının ölçüsüne göre bazen vecd haline girdiğinde insanlardan uzaklaşır, hasta olup yataklara düşer ve amellerini yapamaz hale dahi gelebilir. İşte tüm bu haller Muhâsibî'ye göre kalpte sadakatın, hayada sadakatın, korkuda sadakatın, hüsn-ü zanda

⁴⁷⁰ el-Muhâsibî, *Tevbenin İlk Adımı (El-Kasd ve'r Rucu İlallah)*, 81; el-Muhâsibî, *Allah'a Dönüş (El-Kasd ve'r Rucu İlallah)*, 41; el-Muhâsibî, *Allah'ı Arayış (El-Kasdu ve'r-Rucu'u İlallah)*, 49.

⁴⁷¹ el-Muhâsibî, *Tevbenin İlk Adımı (El-Kasd ve'r Rucu İlallah)*, 82; el-Muhâsibî, *Allah'a Dönüş (El-Kasd ve'r Rucu İlallah)*, 42; el-Muhâsibî, *Allah'ı Arayış (El-Kasdu ve'r-Rucu'u İlallah)*, 50.

sadakatin ve muhabbette sadakatin bulunduğu göstergesidir.⁴⁷² Bu halin insanda yerleşmesi için sadık insanların yoluna tabi olmak, onların yolunu takip etmek ve onların ahlakı ile ahlaklanmak gereklidir.⁴⁷³ Nitekim Allah-u Teala “*Ey iman edenler! Allah’a karşı gelmekten sakının ve doğrularla beraber olun.*” buyurmaktadır.⁴⁷⁴

Muhâsibî’ye göre sadık insanın özelliklerinden birkaçı şunlardır: “*Doğru söz söyler, diline hâkim olur, konuştuğu zamanda sözü ölçülü ve doğru olur. Kalbi her türlü kirden arınmıştır, her nefesinde Mevla onun nefisini arındırır.*”⁴⁷⁵ Başka bir ifadesinde ise şu özelliklerden bahseder: “*Baktığında ibret alır, sustuğunda tefekkür eder, konuştuğunda zikreder, karşısına bir engel çıktığında sabreder, verilene şükreder, başına bir musibet geldiğinde bir gün muhakkak Allah’a döneceğini düşünerek “Biz Allah’tan geldik ve yine O’na döneceğiz” (Bakara, 156) der, kendisine karşı bir saygısızlık yapıldığında anlayışlı davranarak hilm ile muamele eder, bilgisi olsa bile mütevazi davranır, başkalarına öğretirken rıfk ile muamele eder ve bir soruya muhatap olduğunda elinden gelen bütün çabayı göstererek meseleyi açıklamaya çalışır.*”⁴⁷⁶

Sadık insanın başkaları ile ilişkisine de değinen Muhâsibî, kişinin kalbinde sadakat bulunması nedeniyle dışardan gelen etkilere kapalı olduğunu ve insanlar nezdinde bütün değerini yitirse dahi bu durumu umursamayacağını savunmaktadır. Hatta sadakat sahibi kimse hiçbir iyi amelinin bilinmesini istemediği gibi kusurlarının insanlar tarafından görülmesinden de rahatsızlık duymayacaktır.⁴⁷⁷

Nevzat Tarhan sadakati, “hiçbir karşılık beklemeden bir objeye, kuruma ya da kişiye bağlanmak” olarak tarif etmektedir.⁴⁷⁸ İnsanın biyolojik yapısına baktığımızda bebeklikten itibaren bağlanma dürtüsüyle dünyaya geldiğimizi görürüz. Anne çocuk arasındaki bağ son derece güçlü bir duygudur. Annede bulunan oksitosin hormonu

⁴⁷² el-Muhâsibî, *Tevbenin İlk Adımı (El-Kasd ve’r Rücu İllallah)*, 82-83; el-Muhâsibî, *Allah’a Dönüş (El-Kasd ve’r Rücu İllallah)*, 43; el-Muhâsibî, *Allah’ı Arayış (El-Kasdu ve’r-Rucu’u İllallah)*, 51.

⁴⁷³ el-Muhâsibî, *Hakikati Arayanlara Kılavuz (Risaletü’l Müsterşidin)*, 170-71.

⁴⁷⁴ Tevbe, 9/119.

⁴⁷⁵ el-Muhâsibî, *Tevbenin İlk Adımı (El-Kasd ve’r Rücu İllallah)*, 85; el-Muhâsibî, *Allah’a Dönüş (El-Kasd ve’r Rücu İllallah)*, 44; el-Muhâsibî, *Allah’ı Arayış (El-Kasdu ve’r-Rucu’u İllallah)*, 53.

⁴⁷⁶ el-Muhâsibî, *Hakikati Arayanlara Kılavuz (Risaletü’l Müsterşidin)*, 163-164.

⁴⁷⁷ el-Muhâsibî, *Tevbenin İlk Adımı (El-Kasd ve’r Rücu İllallah)*, 85.

⁴⁷⁸ Nevzat Tarhan, *Değerler Psikolojisi ve İnsan* (İstanbul: Timaş Yayınları, 2021), 123.

sayesinde çocuğa duyulan ilgi zamanla artarak devam eder ve bağıllık şeklinde bir sadakate dönüşür. Anne ile çocuk arasında kurulan sağlıklı bağlanma ileriki yaşlarda psikolojik iyiliği sağlarken, bu bağın kurulamaması ise bireyin yaşantısında sonraki süreçlerde bağımlı bir kişiliğe dönüşebilmesine neden olmaktadır. Bu bağımlılık bazen insana, bazen hayvana, bazen ise maddi bir şeye veya teknolojiye karşı olabilir. Nitekim modernizmin amacı insanları bir şeylere bağlayarak onları uyuşturmadır. Özellikle gençler marka takıntısı, lüks yaşama özendirme gibi tuzaklarla karşı karşıya kalarak bunlara bağlanmaktadır. Bağlanmak insan için temel duygusal ihtiyaçlardan biridir. Ancak bu ihtiyaç bir anlam ile bütünleştiği zaman insan için faydalıdır. İnsanın bu bağlanma ve sadakat duygusunu boş ve geçici şeylere değil Bâki olana yani Allah'a yönlendirmesi sadakatini besleyerek ruhen huzurlu olmasını sağlamaktadır.

d) Sıdk (Doğruluk) Sahibi Olmak

Sıdk (doğruluk) sahihi olmak için insanda bulunması gereken bazı özellikler vardır. Muhâsibî bunun gerçekleşmesi için şu dört hasletin yerine getirilmesi gerektiğini vurgular:

- 1) Bir amel işlemek,
- 2) Bu amelin karşılığını sadece Allah'tan beklemek,
- 3) Yapılan ameli başkalarının başına kakmamak,
- 4) Doğru sözlü olmak.⁴⁷⁹

Sıdk sahibi kişilerin özelliklerini kazanmak ve ahlaki davranışlarında sadakat oluşmasını isteyen kişi nefisini kulluk görevleriyle terbiye etmeli, insanların kendisine karşı bakışlarından dolayı hissedeceği korku ve saygı duygularından arınmalı ve bu duyguları yalnızca Allah'ın yüceliğini anmak amacıyla kullanmalıdır. Bu durumu güçlendirecek şey ise kişinin tüm işlerinde vahdaniyeti esas alarak Allah'a yönelmesi olacaktır. Bu halin kulda devamlı olması halinde ise artık bu makamdan kişi ihlas makamına geçecektir.⁴⁸⁰ Ayrıca kendisini ilgilendirmeyen boş işlerin peşine

⁴⁷⁹ el-Muhâsibî, *Nefis Adabı (Adabu'n Nüfus)*, 48.

⁴⁸⁰ el-Muhâsibî, *Tevbenin İlk Adımı (El-Kasd ve'r Rücu İlallah)*, 86; el-Muhâsibî, *Allah'a Dönüş (El-Kasd ve'r Rücu İlallah)*, 44-45; el-Muhâsibî, *Allah'ı Arayış (El-Kasdu ve'r-Rucu'u İlallah)*, 54.

düşmemeli, muhtaç olmadığı şeyi almamalı, korumakla yükümlü olduğu şeyleri aksatmamalı ve insanlara güven vermelidir.⁴⁸¹ Sıdkın bir insanda gerçekten var olduğunun alameti ise; sözle ve amelle sadece Allah'ı murad etmek, konuşurken doğruyu söylemek, insanlara karşı şatafatı terk etmek ve başkalarının da sevap kazanmasına sevinmektir.⁴⁸²

Muhâsibî insanın doğruluk (sıdk) yolunu seçmesinin onu kazançlı çıkaracağını söylemektedir. Ona göre doğruluğa giden yol boş-fuzuli işleri terk etmekten geçmektedir. Doğruluk (sıdk) insanı erdemli olmaya ve salih amel işlemeye, salih amel ise Allah'ın rızasını kazanmaya sevk eder.⁴⁸³ Ayrıca Muhâsibî sabır, kanaat, zühd, rıza ve ünsiyet gibi temel erdemlerin de doğruluktan kaynaklandığını savunmaktadır. Bunun yanında doğruluğa üç haslet eklendiğinde tamam olur. Bunlar ise: İnsanın kalbinde tahkiki imana sadık kalması, ameller konusunda sadık olması ve konuşurken sözlerinde doğruluktan ayrılmamasıdır.⁴⁸⁴

İnsanın doğru tercihler yapmasını sağlayan bazı eğilimler/güdüler vardır. Bunlar; vicdan ve kültürel etkenlerdir. Özellikle çocuklar üzerinde daha net görülen doğruyu tercih etme eğilimi içlerinde bulunan vicdanın sesini duymalarından kaynaklanmaktadır. Freud'a göre de vicdan, insanın hangi davranışların ahlaki olduğunu belirleyen bir unsurdur. Ancak ahlaki bir davranışın temelinde her zaman vicdan olmayabilir. Gerçek doğruluk sahibi kimseler çıkarlarına ters düşse dahi doğru bildiğinden ve sözünden dönmeyen kişilerdir. Yaptıkları, söyledikleri ve düşündükleri her zaman aynıdır. Doğruyu söylemek iyi bir şeydir, ancak her doğrunun her yerde konuşulmaması gerektiğini de bilmek gerekir. Bu noktada karşısındaki insanın kırılacağını, incineceğini düşünmeden söz sarf etmemek gereklidir. İlişkilerinde art niyet ve hile olan insan insanların kendisine bir kötülük yapacağı ve kendisi hakkında konuşulduğu endişesine kapılır. Her şeyin arkasında bir art niyet aramak insanı bir süre sonra yoracağı gibi psikolojik çöküşe de zemin hazırlamaktadır. Doğruluk sahibi ve doğru sözlü olmak ise insanı psikolojik olarak rahatlatan bir durumdur. Bir kimse doğru olmayı, sözünde durmayı, yalan söylememeyi, prensip haline getirmiş ise insani ilişkilerinde son derece rahattır ve kendinden emin olduğu için insanların güvenini de

⁴⁸¹ el-Muhâsibî, *Hakikati Arayanlara Kılavuz (Risaletü'l Müsterşidin)*, 169.

⁴⁸² el-Muhâsibî, *Nefis Adabı (Adabu'n Nüfus)*, 150-51.

⁴⁸³ el-Muhâsibî, *Hakikati Arayanlara Kılavuz (Risaletü'l Müsterşidin)*, 133-34.

⁴⁸⁴ A.g.e., 235.

kazanır. Kaygı, stres ve endişeden ise uzaklaşır. Dolayısıyla insanın doğru sözlü olması endişelerinden kurtulup huzurlu bir yaşantı yaşaması için son derece önemlidir.

e) *İhlas Sahibi Olmak*

İhlas kelimesi Arapça kökenli bir kelime olup terim anlamı “*halis kılmak, başkasını karıştırmamak*” demektir. Ameli her türlü noksandan arındırdığından dolayı bu tür davranışlara *ihlas* ismi verilmiştir. Muhâsibî’ye göre ihlas: “*Allah ile ilişkisinde insanları gözünden silip atmak, başkasının övmesini arzulamadan veya kınamasından korkmadan, sadece Allah’ın vereceği sevabı hedeflemektir.*” Diğer bir deyişle ihlas: “*Amelin bütün afetlerden halis olması demektir.*” Yani ihlas üzere olmak riya, gösteriş, övülme tutkusu, yerilme korkusu olmadan amel etmektir.⁴⁸⁵ İhlas; insanın amel işlerken ancak Allah’ın rızasını talep etmesi durumunda gerçekleşir.⁴⁸⁶ Kişi Allah Teala’nın eşi, benzeri ve dengi bulunmayan tek ilah olduğuna inanmadıkça ihlas sahibi değildir. Her işinde Allah Teala’yı murad etmesi, tevhidi gözetmesi ve farz-nafile tüm amellerini Allah için yapması gereklidir.⁴⁸⁷

İhlasın kaynağının bir ameli işlemeden önce hissedilen azap korkusu ve sevap ümidi (havf ve reca) olduğunu söyleyen Muhâsibî, bütün amelleri sadece Allah için yapmak anlamındaki ihlasın farz olduğunu savunmaktadır. Çünkü O’na göre Allah, kullarına ihlas ile amel etmeyi emretmiştir. Buna göre kişi amelinde riya, gösteriş, övülme tutkusu, yerilme ve itibar kaybetme korkusu, kendini beğenme gibi şeyleri karıştırdığı takdirde bu ameller Allah katında kabul edilmemektedir.⁴⁸⁸

Muhâsibî ihlas ile yapılan ameli ağacın köklerinin toprakta gizli kalışına benzetmektedir. Nasıl ki ağacın kökleri topraktan dışarı çıktığında suyu iyi alamayıp dalları güzel beslenemez ve yaprakları kuruyup meyve veremezse; ağacın kökleri toprağın altında gizli kaldığında suyunu iyi alıp dalları büyür ve yaprakları yeşerir,

⁴⁸⁵ el-Muhâsibî, *Tevbenin İlk Adımı (El-Kasd ve’r Rücu İlallah)*, 87; el-Muhâsibî, *Allah’a Dönüş (El-Kasd ve’r Rücu İlallah)*, 46; el-Muhâsibî, *Allah’ı Arayış (El-Kasdu ve’r-Rucu’u İlallah)*, 55.

⁴⁸⁶ el-Muhâsibî, *Nefis Adabı (Adabu’n Nüfus)*, 139.

⁴⁸⁷ el-Muhâsibî, *Hakikati Arayanlara Kılavuz (Risaletü’l Müsterşidin)*, 238-241.

⁴⁸⁸ el-Muhâsibî, *Tevbenin İlk Adımı (El-Kasd ve’r Rücu İlallah)*, 87-88; el-Muhâsibî, *Allah’a Dönüş (El-Kasd ve’r Rücu İlallah)*, 47; el-Muhâsibî, *Allah’ı Arayış (El-Kasdu ve’r-Rucu’u İlallah)*, 56.

meyvesi bollaşır. İşte ihlas ile yapılan amelin de kalpte gizli ve insanlardan saklı kökleri vardır, bu ameller insana fayda ve sevap kazandırır. Ancak yapılan amel insanlara görünür olursa fayda vermez ve insanda övülme tutkusu hastalığı başlar. O'na göre Allah rızası için amel eden kimse kendini ne kadar insanların bakışlarından gizlerse ihlas derecesi ve sevabı o kadar artar.⁴⁸⁹

İhlas ile amel etmede gizliliğin esas olduğunu savunan Muhâsibî, kişinin Allah'tan başka kimsenin kendisini görmediği bir yerde amel ederken karşılaşacağı en tehlikeli durumun ise ucb yani kendini beğenme hastalığı olduğunu söylemektedir. Bu durumda olan kişi amelini çok beğendiği için içten içe insanların ne kadar ihlaslı bir şekilde amel ettiğini bilmelerini istemektedir.⁴⁹⁰

İhlasın insan davranışlarında görülen tarafı samimiyettir. İnsanın düşündükleri, söyledikleri ve yaptıkları arasında bir tutarlılığın bulunması gerekir. Samimiyet adeta kapının kilidini açan bir kilit gibidir. Bu sebeple insanın gerek insani ilişkilerinde gerekse Rabbi ile ilişkisinde temel ölçüt onun samimiyetidir. Samimiyetin olmadığı yerde ise insanın kendi hırsları, tutkuları ve çıkarları devreye girmektedir.

Günümüzde müslümanlar da dahil olmak üzere bütün insanlık bir samimiyetsizlik ve ahlak krizi ile baş başa kalmış durumdadır. Teoride çokça zikredilen güzel ahlakın maalesef pratikte yaşanmadığı bir gerçektir. Bunun temel sebebi ise insanlardaki ihlas halinin eksikliğidir. İhlâstan uzak bir insan zamanla yalnızca kendi çıkarını düşünür, başkalarının ve toplumun isteklerini göz ardı eder hale gelir. Bu noktada insan şuurunu ihlas ile desteklemelidir. Ancak ihlas ile gerçekleştirilen davranışlar değerlendirilir. Çünkü insanın davranışlarının ölçütü ne kadar samimi olduğuna bağlıdır. Hz. Peygamber (sav) de bu noktada: “*İnsanlar helâk olur, ancak bilenler kurtulur. Bilenler de helâk olur, ancak bildiklerini yaşayanlar kurtulur. Bildiklerini yaşayanlar da helâk olur, ancak ihlâslı olanlar kurtulur. İhlâslı olanlar da her an onu kaybetme tehlikesiyle karşı karşıyadırlar.*” (Keşfü'l-Hafâ, II, 312) buyurarak insanın davranışlarında belirleyici olanın ‘ihlas’ olduğunu vurgulamaktadır. Ayrıca ibadetlerin geçerliliğinin şartı da

⁴⁸⁹ el-Muhâsibî, *Tevbenin İlk Adımı (El-Kasd ve'r Rücu İlallah)*, 88; el-Muhâsibî, *Allah'a Dönüş (El-Kasd ve'r Rücu İlallah)*, 48-49; el-Muhâsibî, *Allah'ı Arayış (El-Kasdu ve'r-Rucu'u İlallah)*, 57.

⁴⁹⁰ el-Muhâsibî, *Tevbenin İlk Adımı (El-Kasd ve'r Rücu İlallah)*, 89.

samimiyetten geçmektedir. Samimiyetle ibadetlerini yerine getirerek Allah'a yakınlaşan insan psikolojik olarak kendini daha huzurlu hissetmektedir.

f) Takva Sahibi Olmak

Muhâsibî takvayı “Allah’ın hoş karşılamadığı şeyden kaçınarak korunmaktır.” şeklinde tanımlamaktadır.” Bu tanıma göre kul iki ahlaki davranış hususunda korunmalıdır. Birincisi Allah’ın hakları ihlal etmek, diğeri ise O’nun haram kılıp yasakladığı herhangi bir şeyi açık ya da gizli işlemek noktasında olmalıdır. İkincisi ise Allah’ın zorunlu kıldığı sorumlulukları yerine getirmektir.⁴⁹¹ Ona göre insanı cennete eriştirecek takvanın özellikleri şunlardır: Allah’a ortak koşmamak ve O’nun yasakladığı her türlü hatadan kaçınmak ve Allah’ın sorumlu tuttuğu vazifeleri titizlikle yapmaya gayret etmektir.⁴⁹²

Muhâsibî’ye göre takvanın temelinde ‘sakınmak’ vardır. Sakınmak ise Allah’tan ve O’nun istemediği şeylerden çekinmek ile olur. İnsan Allah’tan çekindiği ve cezasından kendisini emin saymadığı takdirde Allah kendisine güven vadetmektedir.⁴⁹³ Nitekim Cenab-ı Hak şöyle buyurmaktadır: “Kuşkusuz sakınanlar güvenli bir makamdadır.”⁴⁹⁴

İnsanın dünya ve ahiret saadetini elde etmesi Allah’tan korkmasına yani takva sahibi olmasına bağlıdır.⁴⁹⁵ Sürekli Allah’a karşı sorumlulukların bilincinde hareket edilmesi yani takva sahibi olunması gerektiğini vurgulayan Muhâsibî, bu konuyu son derece önemseyerek Müslümanın elinden ve dilinden diğer Müslümanların emin olması gerektiğini ifade eder. Bunun için ise insanın elini Müslümanların canından ve kanından, midesini onların mallarından, dilini de onların onurlarını kıracak sözlerden uzak tutmasını ve aklına gelen her düşüncede nefsinin hesaba çekmesi gerektiğini söyler.⁴⁹⁶

⁴⁹¹ el-Muhâsibî, *er-Riaye: Nefs Muhasebesinin Temelleri*, 74.

⁴⁹² A.g.e., 69.

⁴⁹³ A.g.e., 70.

⁴⁹⁴ Duhân, 93/51.

⁴⁹⁵ el-Muhâsibî, *Hakk’ı Arayanlara Nasihatler*, 21.

⁴⁹⁶ el-Muhâsibî, *Hakikati Arayanlara Kılavuz (Risaletü’l Müsterşidin)*, 96; el-Muhâsibî, *Ahlak ve Arınma (Risaletü’l Müsterşidin)*, 20-21; el-Muhâsibî, *Selefi Tasavvuf (Risaletü’l Müsterşidin)*, 43-44.

Allah'ın takva ehline verdiği birtakım dünya nimetleri vardır. Bu kişilerin Allah kalblerini nurlandırır, onları yüceltir, yarattıklarına muhtaç etmeyerek kendisine itaat ile nimeti ile zengin kılar. Bunun neticesinde ise kişi Allah hakkında hüsn-ü zan besleyerek O'na iştihakı artar, içindeki bu sevgi ile karşı karşıya kaldığı zorluklara karşı direnç kazanır. Zira takva sahibi kişiler yakarışlarını yalnızca Allah'a arz ederler ve O'nun huzurunda sırlarını açarak ihtiyaçlarını yalnızca Allah'a bildirirler. Çünkü onlar Allah'ı bir *zırh*, bir *kalkan* ve bir *sığınak* olarak görürler.⁴⁹⁷ Ayrıca aklını doğru bir şekilde kullanarak ulaşabileceği seviye takva seviyesidir. Takva seviyesine erişmiş kişiye Allah iman nimetinden sonra ilim vererek ihya eder, yakın bilgi ile onu basiret sahibi kılar ve ona nefsinin kusurlarını görebilecek bir anlayış verir.⁴⁹⁸ Bunların dışında takvanın belirtileri; insanın Allah'ın kendisine haram kıldığı şeylerden titizlikle uzaklaşması, emirlerine itaat ederek yerine getirmesi ve mekruh olan şeylerden kalbini arındırmasıdır.⁴⁹⁹

Hâris takvayı insanın aklından asla çıkarmaması gerektiğini öğütler ve takvanın insanın sermayesi olduğunu vurgular. Bir tüccar gibi insanda öncelikle sermayesini tamamlamalıdır. Ardından gelen nafîle ibadetler ise artık kul için takva ile işlendiği takdirde kişiye kâr olarak geri döner. İşte böyle bir kimse O'na göre hem akıllı hem de beceriklidir.⁵⁰⁰

Muhâsibî takvanın aranması konusunda insanların farklı seviyelerde olduklarını ve bu konuda insanların üç gruba ayrıldığını savunmaktadır. En üst seviyede olanı ise sürekli Allah ile meşgul olması nedeniyle zorluk ve zahmet çekmez, dünyaya karşı bir tutku beslemez, günahlarından pişmandır, cehaletten Allah'a sığınır, nefis ve alışkanlıkların akıbetlerinden kendini sakındırır, Allah'ın haklarına karşı titizlik ile uyar ve kalbi tertemizdir.⁵⁰¹

Takvaya ulaşmak isteyen kişi marifet ve itaat ile ancak bu mertebeye ulaşabilir. Bundan dolayı insan Allah'a karşı sakınmalı ve korunmalıdır. Niçin yaratıldığını ve bu geçici yurda neden getirildiğini düşünerek boşuna yaratılmadığını ve başıboş da bırakılmayacağını idrak etmelidir. Bu yolun kılavuzu Allah'ın kitabı ve O'nun

⁴⁹⁷ el-Muhâsibî, *er-Riaye: Nefs Muhasebesinin Temelleri*, 72-73.

⁴⁹⁸ el-Muhâsibî, *Hakikati Arayanlara Kılavuz (Risaletü'l Müsterşidin)*, 156-57.

⁴⁹⁹ el-Muhâsibî, *Hakk'ı Arayanlara Nasihatler*, 21.

⁵⁰⁰ el-Muhâsibî, *er-Riaye: Nefs Muhasebesinin Temelleri*, 78.

⁵⁰¹ A.g.e., 87-89.

elçisinin sünnetidir. Ancak bu sayede Allah'ı bilip itaat eden kişi kurtuluşa erecektir. İtaatin temelinde vera bulunmaktadır. Vera duygusu ancak takva ile olur. Takva da nefis muhasebesi ile mümkündür. Nefis muhasebesinin temelini ise korku ve ümit oluşturur.⁵⁰²

g) Şükür Sahibi Olmak

Muhâsibî'ye göre şükür: “*Kulun bütün nimetlerin Allah tarafından bahşedildiğini bilmesi, yerde ve gökte olan tüm varlıklara gelen nimetlerin sadece O'nun kudretinde olduğunu anlaması ve hem kendine hem de başkalarına gelen nimetler nedeniyle hamd etmesidir.*” Şükürün belirtisi ise, ‘Eğer şükrederseniz size olan nimetlerimi artırırım.’ (İbrahim 14/7) ayeti gereğince nimetlerin artmasıdır.⁵⁰³ Diğer bir tanım ile şükür, ‘*imtihanları idrak edebilmek*’ demektir. İnsan başına gelen imtihanların, musibetlerin veya nimetlerin tümünün Allah tarafından geldiğine kalbiyle inanır, bunları Allah'ın kendisine vermiş olduğu bir lütuf olarak görürse ve kendisinin veya bir başkasının bu nimetlerde bir payının olmadığını bilincine varırsa şükretmiş olur.⁵⁰⁴ Şükürün bir insanda gerçekten var olduğunun alameti ise; nimetlerin kalpten inanarak başkasından değil, sadece Allah'tan geldiğini bilmek, dil ile Allah'a hamd etmek, kimseden nimet talep etmemektir.⁵⁰⁵

Nimetlerin şükürü insanın o nimetleri kendisine ihsan edenin Allah Teala olduğunu bilmesi ve O'na ta'zim göstermesi ile yapılır. Şayet kişi nimeti verenin Allah olduğunu aklından çıkartmaz ise gözünde o nimetin kıymeti artar. Hatta kişi kendisine verilen rızıkla Allah'ın rızasını ümit etmeye başlar ve o nimetleri veren Rabbine karşı yakınlık duymaya başlar. Eğer insan verilen nimetlere karşı şükretmezse gerçek manada insanları da sevemez. Çünkü Allah'a şükretmeyen insan, insanlara da teşekkür edemez.⁵⁰⁶

⁵⁰² A.g.e., 78-79.

⁵⁰³ el-Muhâsibî, *Tevbenin İlk Adımı (El-Kasd ve'r Rücu İlallah)*, 97; el-Muhâsibî, *Allah'a Dönüş (El-Kasd ve'r Rücu İlallah)*, 53; el-Muhâsibî, *Allah'ı Arayış (El-Kasdu ve'r-Rucu'u İlallah)*, 65.

⁵⁰⁴ el-Muhâsibî, *Nefis Adabı (Adabu'n Nüfus)*, 48-49.

⁵⁰⁵ A.g.e., 148-149.

⁵⁰⁶ A.g.e., 188.

Şükür konusunda insanları iki gruba ayıran Muhâsibî birinci gruptakileri şükretmeyi isteyenler, ikinci gruptakileri ise sürekli Allah'a şükredenler olarak ele alır. Bu gruptakilerin özellikleri aldıkları her nefeste Allah'a etmeleri gereken şükürde kusur etmiş olma ihtimallerinden dolayı kendilerini kınamaları ve kendilerini Allah'a şükre adanmış olmalarıdır.⁵⁰⁷ Şükürün bu derecelerinde de üstünde olan bir türü ise başa gelen bela ve musibetleri birer nimet saymaktır.⁵⁰⁸

İnsan elindeki nimetler için şükretmelidir. Şükretmesi gereken nimetlerin başında ise Allah'ın kendisine nasip etmiş olduğu marifet duygusu yer almaktadır. Bunun dışında akıl, irade ve hikmet insana bahşedilen ve şükürünün eda edilmesi gereken nimetlerdendir.⁵⁰⁹ Ona göre insanların, Allah'ın kendilerine tevbe nimetini vermesinden dolayı şükretmeleri vaciptir. Şükür ehli olmanın bazı alametleri vardır. Kişinin şükürünü eda etmeye gayret etmesi ve Allah'tan kendisine şükretmeyi ihsan etmesini dilemesi bunlardandır. Şükür ehli olan kişinin hali ise az da olsa dünya malı ile yetinen ve çok malın şükürünü eda edememekten korkan endişeli bir hal olmalıdır. Ayrıca şükür ehli kişi dünya malını çoğaltmak yerine az nimete sabreder ise bu sayede Allah kendisini şükür ve sabır ehli kimseler makamına yükseltir.⁵¹⁰

İnsan az şükrettiğini fark edince şükürünü arttırmak için Allah'ın verdiği nimetleri ve hatta şükretmenin dahi Allah'ın büyük bir nimeti olduğunu düşünmelidir. İnsan Allah'ın nimetlerine karşı aklının ve takatının yeteceği kadar dahi şükretse O'na göre yetersiz kalır, her şükür daha fazla şükretmeyi icap eder.⁵¹¹ Bununla birlikte kulun Allah'ın kendisini şükretmeye muvaffak kılmasından dolayı da şükretmesi gerekir. Böylece ilahi hüküm kişinin kalbine feyz verir ve bu sayede kul bütün nimetler içerisinde bir de bunların Allah'ın kendisine verdiği bir nimet olduğunun bilinciyle yeniden şükretmelidir. Muhâsibî bu durumu '*şükür nimetinin şükürü*' olarak tanımlar ve şükretmenin sonunun olmadığını vurgular.⁵¹²

⁵⁰⁷ el-Muhâsibî, *Tevbenin İlk Adımı (Şerhu'l Marife ve Bezlu'n Nasihâ)*, 198.

⁵⁰⁸ el-Muhâsibî, *Nefis Adabı (Adabu'n Nüfus)*, 49.

⁵⁰⁹ A.g.e., 162-163.

⁵¹⁰ el-Muhâsibî, *Tevbenin İlk Adımı (Bed-ü Men Enabe İlallah)*, 41-42.

⁵¹¹ el-Muhâsibî, *Tevbenin İlk Adımı (El-Kasd ve'r Rücu İlallah)*, 98; el-Muhâsibî, *Allah'a Dönüş (El-Kasd ve'r Rücu İlallah)*, 54; el-Muhâsibî, *Allah'ı Arayış (El-Kasdu ve'r-Rucu'u İlallah)*, 66.

⁵¹² el-Muhâsibî, *Tevbenin İlk Adımı (El-Kasd ve'r Rücu İlallah)*, 97; el-Muhâsibî, *Allah'a Dönüş (El-Kasd ve'r Rücu İlallah)*, 53; el-Muhâsibî, *Allah'ı Arayış (El-Kasdu ve'r-Rucu'u İlallah)*, 65.

Şükür sahibi olup teşekkür etmek insanın canlı ve bilinçli bir varlık olduğunun ispatıdır. Şükrün bilinçli ve bilinçsiz yapıyor olması insanın değerini belirleyen önemli bir faktördür. İnsanın diğer canlılardan farklı olarak bilince sahip olduğu için, idrak ile şükretmelidir. Kendisine ikram vereni düşünerek yiyip içmesi, nimetlerin asıl sahibini düşünmesi gereklidir. Hayrın ve şerrin Allah'tan geldiği anlayışı ile her hal ve duruma şükretmek psikolojik olarak insanın iç huzura kavuşmasını sağlamaktadır. Şükürsüzlük ise nimetleri vereni yalanlamak anlamına gelmektedir. Şükürsüzlük insanda doyumсуuzluk ve hırs gibi olumsuz duyguları ortaya çıkarırken, şükür insanda kanaat, tevekkül ve memnuniyet gibi güzel duyguların ortaya çıkmasını sağlamaktadır.

h) Adaletli Olmak

Adaletli olmak temel erdemlerden biridir ve bu yönüyle bütün duygu ve davranışları etkiler. Adaleti kendine iyilik edene iyilikte bulunmak aynı zamanda kötülük yapana da haksızlıkta bulunmamak olarak ifade edebiliriz.

Adaleti ikiye ayıran Muhâsibî adaleti ahirete giden kurtuluş yollarından biri olarak görür. Adalet çeşitlerinden ilki; insanlar ile kişinin arasındaki zahiri (görünen) adalettir. Diğeri ise; Allah ile kişi arasında olan batini (görünmeyen) adalettir. Ona göre sabır ve vera da insandaki adalet duygusundan doğmaktadır.⁵¹³

Adalet sahibi insanın sahip olması gereken özellikler: İyi ve kötüyü ayırt edebilecek bir ilim, fiiliyat ve sabırdır. Şayet bu özellikler kişi de bulunmuyorsa o insana adalet sahibi demek mümkün değildir. Ayrıca kişinin kendi nefsinin seviyesini bilmesi ve ona bulunduğu mertebeden fazla değer vermemesi de gereklidir. Adalet sahibi insanlar arasında en ihtiyatlı olanı ise nefsinin hoşuna giden veya gitmeyen konuları iyice düşünüp analiz eden kişidir.⁵¹⁴ İnsanda adaletin bulunduğu alâmeti ise kendisi için istediğini başkası için de istemesi ve insanlara karşı insafli muamele göstermesidir.⁵¹⁵

Toplumumuzda adalet denildiği zaman ilk akla gelen suçluların cezalandırılmasıdır. Ancak adalet her işte ve davranışta temel ölçü olarak kabul edilmelidir. Nitekim adalet yalnızca mahkeme duvarlarına asılı kurallar bütünü değildir. Eğer insan içtiği suda,

⁵¹³ el-Muhâsibî, *Nefis Adabı (Adabu'n Nüfus)*, 39.

⁵¹⁴ A.g.e., 40.

⁵¹⁵ A.g.e., 149.

konuştugu lafta bile dikkatli davranıp dengeyi dikkate alıyorsa işte o zaman adaleti gözetiyor demektir. Aciz bir insana veya hayvana kötülük yapmamak, bulunduğu ortamda insanlara zarar vermeyip işini iyi yapmak da yazılı olmasa dahi yine adalet kapsamında değerlendirilir. Bu manada gerçek adalet insanın merhameti ve yaptığı iyilikler ile ölçülebilir. Çağımızda empoze edilen faydacı ve kendi çıkarı uğruna yaşayan insan modeli bir ahlaksızlık ve adalet yoksunluğudur. Nitekim özellikle iş dünyasında insanların birbirinin kuyusunu kazmak için çeşitli hilelere başvurduklarına şahit olmaktayız. Bu tipteki insanlar benmerkezcı bir tavırla yalnızca kendileri için fayda sağlayacak şeyleri doğru kabul ettiklerinden başkasının ne yaşadığı umurlarında değildir. Bu noktada insanın kısa süreli mutluluklar uğruna vicdanını devre dışı bırakması zamanla psikolojik sorunlara neden olacaktır. İnsana düşen planlı bir şekilde hareket etmesi, vicdanının sesini dinlemesi, kendinden başkalarının da değere layık olduğunu kabul etmesi ve kaygılarından kurtulmaya çalışmasıdır.

i) Dengeli, Sorumlu, Bilinçli (Savab) ve Teyakkuzda Olmak

Dengeli olmak insanın tüm işlerinde sebat etmesini ve başına gelebilecek afetlerden korunmasını sağlayan güvenli bir limandır. Özellikle insana öfke anında dengeli davranmak fayda sağlar aynı zamanda dünyevi zenginliğe kavuştuğunda zarara uğramaktan korur.⁵¹⁶

Muhâsibî, Savab yani bilinçli olmayı sünnet olarak kabul etmektedir. Ona göre insanın bilinçli hareket edebilmek; Allah'ın kitabına, Peygamber'in (s.a.v.) sünnetine uymakla elde edilir. Akıl ise tek başına bilinçli davranmak için yeterli değildir. İnsan sünnet yoluna tabi olmalı ve bu yola aklıyla ve kendi anlayışı ile değil, itaati ile devam etmelidir. Bu şekilde devam ettikçe nihayet hayra erişecektir.⁵¹⁷

Teyakkuz ise insanın ecelini aklından çıkartmayarak ölümü ve öldükten sonra başına gelecekleri düşünerek hareket etmesidir. Böylece kişi yaptığı her ameli ve attığı her adımı bilinçli atar. İhlas ile dua etmek, fayda vermeyen işlerle meşgul olmamak, hayır

⁵¹⁶ A.g.e., 170.

⁵¹⁷ A.g.e., 47.

yolunda koşmak, hayırlı arkadaşlar edinmek insanı teyakkuzda halinde kılan durumlardandır.⁵¹⁸

Dengeli, sorumlu, bilinçli ve teyakkuzda olmak hayatımızdaki işlerin önemini belirlememize yardımcı olur. Ayrıca insanın hedef belirlemede ve bu hedefleri gerçekleştirmesi için gereklidir. İnsanın bir hataya düşmesini engellemekle birlikte dengede tutulmayan sorumluluk bilinci kişinin hayatını zorlaştırabilir ve gereksiz detaylarda boğulmasını sağlayabilir. Şayet bilinç ve sorumluluk gibi özellikler hedefe yönelik olursa doğru sonuçlar elde etmek daha mümkün olacaktır. Özellikle günümüzde insanların sosyal hayatlarında bilhassa iş hayatlarında fazla ayrıntıcı olmaları ve sorumluluk duygusu ile hedeflerinden sapmaları sonucu anksiyete gibi rahatsızlıklara yakalandıkları görülmektedir. Bu noktada kişiye düşen yapması gereken işi en güzel şekilde yaptıktan, mesuliyetlerini yerine getirmesi ve o işin sonucunu beklemesidir. Sosyal hayatta da fazla ayrıntıya takılmak, ufak meselelere takılmak insanın hayatını zorlaştırabilmektedir. Örneğın; bir örtünün yamuk durması, koltuğun kirlenmesi, yerin ıslanması gibi olaylar nedeniyle insanlar kendi hayatlarını zorlaştırabilmektedir. Bu meselelere karşı toleranslı davranmak, ayrılması gerektiğı kadar vakit ayırmak insan psikolojisini olumsuz etkilememek açısından önemlidir. Aksi takdirde kişi sorumluluğunu yanlış yerde kullanarak asıl işlerini ihmal etme durumu ile karşı karşıya kalacaktır.

j) Kanaat Etmek ve Tutumlu Olmak

Muhâsibî kanaatin hem başı hem de sonu olduğunu savunur. Ona göre kanaatin başı bolluk içinde olsa bile gereksiz-fuzuli harcamaları terk etmektir. Sonu ise, darlık ve yokluk hallerinde bile sabrederek tutumlu davranmaktır.⁵¹⁹ Tutumlu davranmak insanın dinini düzeltmesinin de bir yoludur.⁵²⁰ Muhâsibî bu halde olan insanın rıza makamından daha üstün olacağını söylemektedir. Çünkü rıza halinde insan bir nimete kavuştuğunda veya o nimetten mahrum kaldığında halinde değışim olmaz. Ancak

⁵¹⁸ A.g.e., 110-111.

⁵¹⁹ el-Muhâsibî, *Hakikati Arayanlara Kılavuz (Risaletü'l Müsterşidin)*, 236.

⁵²⁰ el-Muhâsibî, *Hakk'ı Arayanlara Nasihatler*, 65.

kanaat ehli ise yoklukta kaldığında dahi halinden memnundur, Rabbinin varlığı ona yeter.

Kanaatte bulunması gereken bazı özellikler vardır. Muhâsibî kanaatin gerçekleşmesi için şu üç hasletin yerine getirilmesi gerektiğini vurgular:

- 1) Bolluk içinde olsa bile zengin bir hayat sürmemek.
- 2) Yokluk çekse dahi fakirliğe sabredip rıza göstermek.
- 3) İhtiyaç ve fakirlik hallerinde bile Allah'ın belirlediği vazifelere tam itimat etmek.⁵²¹

İnsan dünyada sahip olduğu şeylere kanaat getirdiği zaman kalbinde oluşan kibir duygusu da zamanla yok olmaya başlar. Yüksek makam-mevkilere sahip olmadığı için üzülmez, dünyanın aldatmacasından ve günahlardan kendisini muhafaza eder. Kanaat ehli olmak insanı hem dünyada mesut eder hem de Allah katında değer kazandırır ve ahiret saadetine ulaşır.⁵²²

Kanaatin zıddı, doyumsuzluktur. Doyumsuzluk insanda sürekli bir şikâyet haline, gerilime ve mutsuzluk haline neden olmaktadır. Elindeki ile yetinemeyen insan hep fazlasını ister. Bu durum ise insanın kendisini hep eksik hissetmesini sağlar. Kapitalist yaşam insanı elindeki ile yetinmemeye ve daha fazlasını istemeye yönlendirmektedir. Özellikle reklam filmleri ile toplumlar yeni şeylere özendirilmekte ve sürekli tüketime sevk edilmektedir. Aynı şekilde Siyonist kültürün pompaladığı kendini üstün görme ve maddi zenginlikleri ön planda tutma bakış açısı insanı kendini mutlu edecek arayışlara yönlendirmektedir. Bunun çözümü ise maddi değerlerin doğru şekilde yorumlanmasından geçmektedir. İnsan sahip olduğu şeylere bağlanmak yerine ihtiyaç olarak görüp tükettiğinde kanaat duygusunun yönetilmesi daha kolay olacaktır. Zekât ve sadaka ile cimriliğin önüne geçmeye çalışan İslam dini, insanın kendisi kadar herkesi düşünmesi gerektiğini ve verdikçe daha kazançlı olacağını vurgulamaktadır. Netice itibariyle; insanın sahip olduklarının farkına varıp kıymetini bilmesi ve elindekiler ile yetinmesi olarak tarif edebileceğimiz kanaat, insanda güzel hasletlerin ortaya çıkmasını sağlamaktadır. Bunun gerçekleşebilmesi için ise insanın elinde

⁵²¹ el-Muhâsibî, *Hakikati Arayanlara Kılavuz (Risaletü'l Müsterşidin)*, 236.

⁵²² el-Muhâsibî, *Hakk'ı Arayanlara Nasihatler*, 57.

bulundurduğu maddesel değerleri doğru yorumlaması ve onlara kalbini bağlamaması gerekmektedir.

k) İyilikleri Gizlice Yapmak

İnsanda bulunan beğenilme arzusundan dolayı herkesin takdirini almak ve başkalarına örnek olmak amacıyla iyilikleri açığa vurmak büyük bir fitnedir ve Muhâsibî bu fitne ile baş etmenin çok zor olduğunu söylemektedir. Bundan dolayı yaptığı iyilikten dolayı insanın kendini ifşa etmemesini tavsiye etmektedir. Şayet insan yaptığı iyiliği ifşa ederse şeytanın hilelerine maruz kalacağını ve şeytanın bu hileleri ile insanı yoldan çıkaracağını bildirmektedir. Şeytanın hilesine maruz kalan insana yaptığı iyiliklerin bilinmesi gerektiğini düşündürür ve yaptığı iyilikleri herkese anlatmaya başlayan insan şeytanın başına ördüğü tuzaktan habersiz yaptığı iyiliğin sevabından mahrum kalır.⁵²³ Bu yüzden insan iyilikleri gizlice yapmaya ve bir iyilik yaptığı takdirde bunu kimseye anlatmamaya son derece dikkat etmelidir.

İnsan fitratı gereği iyilik yapmaya meyilli bir varlıktır. Bu meylinin temelinde merhamet, şefkat, acıma gibi duygular da bulunmaktadır. İyilik potansiyelinde olan insan başkalarını düşünerek hareket eder. Bir durumla karşı karşıya kaldığında olumlu düşünceler ile iyilik yapma hedefinde bulunur. İyilik yapmak insanlar tarafından suistimal edilmeye ve fitneye çok açık bir durumdur. Yapılacak iyiliklerin muhtemel eleştiri ve olumsuz olaylara karşı tedbirli ve gizlice yapılması hem yapılacak iyiliğin hem de iyiliği yapacak kişinin sıhhati açısından önemlidir.

l) Dini Titizlik (Vera') Sahibi Olmak

Muhâsibî vera'nın manasını şöyle tarif eder: “*Kalp bir fiile hücum edecek, onu yapmaya yeltenecek olduğu zaman onu durdurmak ve o fiili işlemeyen önce, onun hak mı batıl mı olduğunu iyice anlayıp ortaya koymaktır.*” Başka bir tarifte ise “*kalbini sarıp sarmalayan şeyleri bir kenara bırakmak ve şüpheli şeyleri terk etmek*” olarak tanımlamaktadır. Diğer bir deyişle “*Vera'; şüpheli olan şeyleri bırakıp helal*

⁵²³ A.g.e., 155.

olduğunda hiçbir şüphe olmayan şeylere yönelmektir.”⁵²⁴ Bunun dışında ise, “*Allah’ın hoş görmediğinden kaçınmaktır.*”⁵²⁵

Vera hali insanda korkudan kaynaklanır. Nitekim Muhâsibî, Arapların vera kelimesini ‘korkmak’ anlamında da kullandıklarını aktarmaktadır. Bu korkudan dolayı vera’nın en üstün hali kişinin harama düşme korkusuyla helalleri bile terk etmesidir. İnsanda vera halinin görülmesinin alameti ise kalbindeki ve zahirindeki düşmanlık, kin, kötülük gibi duyguları ortaya çıkartması ve içinde herhangi bir şeyi gizlememesidir.⁵²⁶

Muhâsibî, insanda vera’ davranışını azaltan şeyleri ve bunun yanında onu güçlendirmenin yollarını da zikreder. Ona göre vera’yı azaltan şeyler kişinin dünyaya aşırı rağbet etmesi, dünyalık işlere hırs ve tutkuyla bağlanmasıdır. Bu durumdan kurtulup vera’yı arttırmanın yolu ise marifetten geçmektedir. Kişinin kalbinde marifet ne kadar fazla olursa Allah korkusu çoğalır ve bu korku neticesinde de vera’ hali güçlenir.⁵²⁷

m) Hikmet Sahibi Olmak

Muhâsibî hikmeti şöyle tanımlar: “*Mükemmel bir şekilde yapılmış olan şey.*” Başka bir tanımı ise şudur: “*Kendisini zaafa uğratacak veya lekeleyecek hiçbir kusurun olmamasıdır.*” Daha geniş bir ifade ile ise hikmet: “*Hakikati ortaya koymak, isabet etmektir.*”⁵²⁸

⁵²⁴ el-Muhâsibî, *Tevbenin İlk Adımı (El-Kasd ve’r Rücu İlallah)*, 63; el-Muhâsibî, *Allah’a Dönüş (El-Kasd ve’r Rücu İlallah)*, 26; el-Muhâsibî, *Allah’ı Arayış (El-Kasdu ve’r-Rucu’u İlallah)*, 26.

⁵²⁵ el-Muhâsibî, *er-Riaye: Nefs Muhasebesinin Temelleri*, 75.

⁵²⁶ el-Muhâsibî, *Tevbenin İlk Adımı (El-Kasd ve’r Rücu İlallah)*, 63; el-Muhâsibî, *Allah’a Dönüş (El-Kasd ve’r Rücu İlallah)*, 26; el-Muhâsibî, *Allah’ı Arayış (El-Kasdu ve’r-Rucu’u İlallah)*, 27.

⁵²⁷ el-Muhâsibî, *Tevbenin İlk Adımı (El-Kasd ve’r Rücu İlallah)*, 64; el-Muhâsibî, *Allah’a Dönüş (El-Kasd ve’r Rücu İlallah)*, 27; el-Muhâsibî, *Allah’ı Arayış (El-Kasdu ve’r-Rucu’u İlallah)*, 28.

⁵²⁸ el-Muhâsibî, *Tevbenin İlk Adımı (El-Kasd ve’r Rücu İlallah)*, 125; el-Muhâsibî, *Allah’a Dönüş (El-Kasd ve’r Rücu İlallah)*, 81; el-Muhâsibî, *Allah’ı Arayış (El-Kasdu ve’r-Rucu’u İlallah)*, 97.

İnsanı hikmete ulaştıran haller; doğruluktan ayrılmaması, dünyaya ve lezzetlerine karşı mesafeli davranmak, kalbi ve uzuvları muhafaza etmek, malayani şeyleri terk etmek, her daim hakikati kavramaya çalışmak gibi vasıflara sahip olmasıdır.⁵²⁹

Bir kimsede hikmetin bulunduğu yani hikmet ehli olduğunun alametleri şunlardır: Cehaleti ortadan kaldırıp hakkı ifade etmesi, günahı çirkin görerek çirkinliğini göstermesi, ibadet ve taatte istekli olması, hak ile batılı ayırt etmesi, kalbi kirden ve gūnahtan arındırması, basiret ile hareket etmesi, konuştuğunda isabetli cevaplar vererek hakikati açıkça ifade etmesidir. Ayrıca hikmet ehli kişiler başkalarının kalplerinin gafletten uyanmasına, evhamlarını gidermelerine ve ölmüş kalpleri diriltmeye yardımcı olurlar.⁵³⁰ Bunun yanında hikmet sahibi insan yaptığı işleri kontrol altına alır, işlerine özen gösterir ve keskin bir zekâ ile olaylara bakar.⁵³¹

Hikmetin dile dökülmesi toprağa dikilen ve olgunlaşması beklenen ağaç gibi zaman alan bir durumdur. Ancak iyice olgunlaştığında işte o zaman kişinin hikmeti tam olur, kalbine hikmet pınarları dolar ve dilinden dökülmeye başlar. Hikmetle söylenen sözleri Muhâsibî hedefi vuran oklara benzetmektedir. Ona göre hikmet ehlinin sözleri hedefi vuran oklar gibi ağızdan çıktığında dinleyenleri etkiler, hakikatler kalplerine apaçık görüldüğü için itiraz edemezler ve kalpleri o sözlere itaat eder.⁵³²

Hikmet halini muhafaza etmek için gerekli olan durumlar öncelikle hikmetin değerini kavramak, onu elde etmek için çaba harcamak ve ona ulaşmada istekli olmak, kerametlerini korumak, şükrünü eda etmek, hikmete sahip olmak nedeniyle tevazuyu bırakmamak, hikmet halinde de Allah'ın çokça anmak ve O'na itaat etmek, hikmeti önce kendi nefsi için yaşamak ve onu yaymaya çalışmaktır.⁵³³

⁵²⁹ el-Muhâsibî, *Tevbenin İlk Adımı (El-Kasd ve'r Rücu İlallah)*, 123; el-Muhâsibî, *Allah'a Dönüş (El-Kasd ve'r Rücu İlallah)*, 81; el-Muhâsibî, *Allah'ı Arayış (El-Kasdu ve'r-Rucu'u İlallah)*, 97.

⁵³⁰ el-Muhâsibî, *Tevbenin İlk Adımı (El-Kasd ve'r Rücu İlallah)*, 126; el-Muhâsibî, *Allah'a Dönüş (El-Kasd ve'r Rücu İlallah)*, 84; el-Muhâsibî, *Allah'ı Arayış (El-Kasdu ve'r-Rucu'u İlallah)*, 101.

⁵³¹ el-Muhâsibî, *Nefis Adabı (Adabu'n Nüfus)*, 106.

⁵³² el-Muhâsibî, *Tevbenin İlk Adımı (El-Kasd ve'r Rücu İlallah)*, 124-126; el-Muhâsibî, *Allah'a Dönüş (El-Kasd ve'r Rücu İlallah)*, 82-83; el-Muhâsibî, *Allah'ı Arayış (El-Kasdu ve'r-Rucu'u İlallah)*, 99.

⁵³³ el-Muhâsibî, *Tevbenin İlk Adımı (El-Kasd ve'r Rücu İlallah)*, 124-125; el-Muhâsibî, *Allah'a Dönüş (El-Kasd ve'r Rücu İlallah)*, 83; el-Muhâsibî, *Allah'ı Arayış (El-Kasdu ve'r-Rucu'u İlallah)*, 99-100.

4.2.3.2. Haris El-Muhâsibî’de İnsanın Olumsuz Davranış Özellikleri

a) *Adaletten Uzak Olmak*

Muhâsibî, adaletten en uzak olan insanlar kendini hesaba çekmeyen, gaflet halinde olan ve bir işe hükmettiğinde adaleti hafife alan kimselerdir. Bu durumdan kurtulmanın yolu Allah’ın her an yanında olduğunu düşünmek, haya ve korku duygularını hissederek Allah’ın kudretinin insanın kalbinden geçenleri bilmeye muktedir olduğunu hatırlamaktır. Nefsini kendi değeri altında görmek, insanlardan uzakta en gizli hallerde dahi aşikâr olarak yapılan işlerden daha güzel işler yapmak, insanlara haklarını dağıtmak ve onlara insaflı davranmak insan için en faziletli davranışlardır.⁵³⁴

Adaletli olmak temel erdemlerden biridir ve bu yönüyle bütün duygu ve davranışları etkiler. Önyargı, korku ve gurur insanı adaletten alıkoyan duygulardır. Korku zihnin sağlıklı düşünmesini engeller. Bu histen dolayı insan kendini savunmaya yönelik olarak adalet ters düşen kararlar alabilir. Gurur ise insanın karşısındaki hakkında düşüncelerinde tamamen egosantrik bir bakış açısıyla düşünmesini sağladığı için adaleti yok eder. Psikolojik açıdan zayıf karakterli olan gurur sahibi insanlar üstün olduklarını düşündükleri için olayları etraflıca değerlendirmeden kendilerini rahatsız edecek durumlardan kaçarlar. Bu da adaletle hükmetmelerinin önünde büyük bir engeldir. Netice itibariyle insan sağlıklı kararlar alabilmek ve adaletle hükmedebilmek için kendisini adaletten uzaklaştıracak tehlikeli duygu ve düşüncelere karşı son derece dikkatli olmalıdır.

b) *Cimrilik Yapmak*

Muhâsibî, cimriliğin insanı hem dünya hem de ahiret nimetlerinden mahrum etmektedir. O, cimrilikten uzak durmanın Hz. Peygamber’in (s.a.v.) bir sünneti olduğunu zikretmektedir. Bunun dışında cimrilik Allah’a karşı küfürdür. Çünkü Allah insana çok mal bahşettiği halde insan bu malın asıl sahibini unutarak nimetleri

⁵³⁴ el-Muhâsibî, *Nefis Adabı (Adabu’n Nüfus)*, 40-42.

kendinden bilmektedir. Bundan dolayı cimrilikten titizlikle kaçınmak gerektiğini savunmaktadır.⁵³⁵ Zira Allah Teala şöyle buyurmaktadır:

*“Nefsinin cimriliğini dizginleyen kimseler kurtuluşa erenlerdir.”*⁵³⁶

Cimriliğin tedavisi ancak verici olmaktan geçmektedir. Hiçbir beklenti olmaksızın temiz duygular ile yapılan yardımlar sosyal ilişkileri geliştirmektedir. Bu duygunun artık insanda bir karakter haline dönüşmesi ise cömertlik olarak ifade edilmektedir. Günümüzde maalesef insan ilişkilerinde çikarsız iyilik yapılmadığı için herkes birbirinden bir karşılık bekler durumdadır. Oysaki maddi değerlerin sağladığı haz, insana cömertliğin verdiği mutluluğun hiçbirini yaşatmayacaktır. Cömert insanların malları görünürde eksilse de karşılık beklemeden fedakarlıkta buldukları için elde ettikleri huzur ve Allah’ın rızasını kazanma düşünceleri sebebiyle aslında kazançlı çıkmaktadırlar. Ayrıca cömertliğin bir toplumda karşılık bulması o toplumdaki yaşlılar, çocuklar, muhtaçlar için de bir umut ışığı olacaktır. Cömertliğin yaygınlaştığı toplumda paylaşma, sevgi, huzur ve güven ortamı da oluşmaktadır.

c) Gevşeklik (Fetret) Göstermek ve Gaflete Düşmek

Muhâsibî gevşekliği (fetret) şöyle tanımlar: *“Hevanın isteklerinin ortaya çıkması ve nefsin ona icabet etmesi sonucunda, çaba ve gayreti terk etmenin verdiği ruh ile fetret haline girip gevşekliğe düşmektir.”*⁵³⁷ Bu tanımdan da anlaşılacağı üzere kişinin iradesini bertaraf ederek heva ve hevesinin istekleri doğrultusunda ilerlemesi neticesinde kişi bir yılgınlık ve gevşeklik haline girmektedir.

Gevşeklik insanı en çok kalbinden yakalamaktadır. Özellikle kişinin kalbine, kaçırdığı ilahi nimetler hakkındaki bilgisinin azlığından ve Allah’tan kendisine gelen büyük nimetleri azımsaması düşüncesi yoğun bir şekilde gelir. Bundan dolayı kalp dünyalık

⁵³⁵ el-Muhâsibî, *Hakk’ı Arayanlara Nasihatler*, 67-68.

⁵³⁶ Haşr, 59/9.

⁵³⁷ el-Muhâsibî, *Tevbenin İlk Adımı (El-Kasd ve’r Rücu İlallah)*, 53; el-Muhâsibî, *Allah’a Dönüş (El-Kasd ve’r Rücu İlallah)*, 18; el-Muhâsibî, *Allah’ı Arayış (El-Kasdu ve’r-Rucu’u İlallah)*, 15.

işlerle meşgul olursa ve kişi her şeyin kolayına meylederse işte o zaman insan fetrete meyleder, gaflet kalbini kuşatır ve kendisine esir eder.⁵³⁸

Ona göre insan gevşekliğe düştüğünü anlayabilir ve bu hale düşmesinin en önemli sebebi tembelliktir. Kişi tembelliğe düştüğünde Allah korkusunun egemenliğinden çıkarak halinden memnuniyet duyma durumuna geçer. Bunun neticesinde hataları, günahları kişiyi helake sürükleyecek kadar çoğalır, alenen günah işlemeye başlar ve halinden memnuniyet durumu onu perişan eder. Kişi şayet vazifelerine riayet etmekte gayret ederse tembellik ondan yok olup gider fakat tembelliğe devam ederse bu durum gittikçe artar ve kişi ilahi emirlere itaat etmekten uzaklaşır. Yalnızca kişinin kalbindeki salih niyet onu ıslah ederse bu halden kurtulabilir aksi halde Allah'tan uzaklaşması gittikçe artar ve sonunda Hakkı terk eden ve doğru yoldan kopmuş biri haline gelir.⁵³⁹

Muhâsibî gevşeklik karşısında çok dikkatli olunması gerektiğini bilhassa ibadetlerde gevşeklik gösterilmemesi gerektiğini vurgulamaktadır. Çünkü insanın düşmanı olan şeytan ve nefis insanı en çok ibadetler konusunda kandırmak istemektedir. Bunların dışında insanın bazen bidate yönelme konusunda bazen de sünneti terk etme konusunda gevşekliğe düşebileceğini söyleyen Muhâsibî, insanın azmi kırıldığında ümitsizliğe düşmeyerek hemen Allah'tan yardım dilemesini tavsiye etmektedir.⁵⁴⁰

Gaflet ise insanın ahireti unutarak dünya için uzun emelli olarak hareket etmesidir. Kişi devamlı gaflet halinde olursa zamanla hayır işlemeyi terk eder ve günahlara dalar. Gaflet halinin en şiddetlisi insanın gaflet içerisinde olup da bunun farkında olmamasıdır. Bunun yanında Allah'ın hoşlanmadığı şeyler konusunda gafil davranmak insanın kalbinde kasvete sebep olmaktadır. Kalpteki gaflet amellerden lezzet almayı giderir ve bu da Allah'a karşı itaati zayıflatır. Gafletin en belirgin alametleri ise insanın şımarıklık göstermesi ve elde ettiği nimetlerden dolayı azgınlık yapmasıdır. Gafleti terk etmede insana yardımcı olacak durumlar şunlardır: İhlasla dua

⁵³⁸ el-Muhâsibî, *Tevbenin İlk Adımı (El-Kasd ve'r Rücu İlallah)*, 53; el-Muhâsibî, *Allah'a Dönüş (El-Kasd ve'r Rücu İlallah)*, 18; el-Muhâsibî, *Allah'ı Arayış (El-Kasdu ve'r-Rucu'u İlallah)*, 15-16.

⁵³⁹ el-Muhâsibî, *Tevbenin İlk Adımı (El-Kasd ve'r Rücu İlallah)*, 54; el-Muhâsibî, *Allah'a Dönüş (El-Kasd ve'r Rücu İlallah)*, 18-19; el-Muhâsibî, *Allah'ı Arayış (El-Kasdu ve'r-Rucu'u İlallah)*, 16.

⁵⁴⁰ el-Muhâsibî, *Tevbenin İlk Adımı (Şerhu'l Marife ve Bezu'n Nasih)*, 203.

etmek, nefisini hesaba çekmek, kendisi ile ilgisi olmayan şeyler ile alakayı kesmek ve oruç tutmaktır.⁵⁴¹

İçinde bulunduğumuz çağda insanlar kendilerine sunulan imkanlar nedeniyle rehavete kapılmış durumdadır. Modern çağın sağladığı teknolojik imkanlar ve rahatlık artık öyle bir hale gelmiş durumda ki kendi işini bile yapmaktan imtina eden kişiler görmekteyiz. Özellikle çocuklar ve gençler arasında kronik hale gelen gevşeklik davranışının erken dönemde önünün alınması gerekmektedir. Gafletin giderilmesi için en etkili yöntem gayreti arttırmaktır. Gayreti, insanı harekete geçiren dürtü olarak tanımlayabiliriz. İnsanı hayata istekle bağlanmasını sağlayan ve gayretini arttıran şeylerden biri ümit duymasıdır. Şayet insan yapacağı bir işle ilgili ümit besliyorsa o işten elde edeceği başarı da o derece yüksek olur. Ayrıca insanın gayretini arttıran ve başarılı kılacak bir başka husus ise onun inancıdır. Yaptığı işte başarılı olacağını düşünen bir insanın başarılı olma ihtimali daha yüksekken, bu inanca sahip olmayan kimselerin kaybetme ihtimali daha olasıdır. Gayreti arttıran bir diğer husus ise, yapılan işi sevmektir. Sevilerek yapılan işlerin insana bir eziyet vermediği tam aksine yüksek motivasyon sağlayarak hem ruhen hem de bedenen daha sağlıklı bir birey olmayı sağladığı bir gerçektir. Netice itibarıyla insan kalbini kontrol ederek hem dünya hem de ahiret işlerinde gevşekliğe düşmemek için gayrete sarılmalıdır.

d) Kişinin Kendini ve Amelini Beğenmesi/Böbürlenmek (Ucb)

Muhâsibî ucba şöyle tanımlar: “Allah’ın verdiği nimetlere ve muvaffakiyetlere değil de kendi yaptığın amellere bakar ve amellerini güzel ve çok görürsen, bunları yaptığın için kendini beğenirsen işte buna ucb denir.” Amellerini güzel ve çok yapan kişiye şeytan ve nefsi bu makamı abartmak suretiyle kendini beğenmişlikten kaynaklanan vesveseler ile bazı tuzaklar kurarak kişinin bu davranışları kendinden bilmesini sağlamaktadır. Kişi Allah’ın vermiş olduğu lütfu ve nimeti unutarak, bu makama kendi akli, kavrayışı, çalışması, iradesi ve gücüyle geldiği düşüncesine kapılır.⁵⁴²

Kişinin amellerinin Allah katında kabul edileceğini düşünmesi de ucba neden olmaktadır. Kalpten ucba temizlemenin yolu insanın lütfu sayesinde kendisini amele

⁵⁴¹ el-Muhâsibî, *Nefis Adabı (Adabu'n Nüfus)*, 109-112.

⁵⁴² el-Muhâsibî, *er-Riaye: Nefs Muhasebesinin Temelleri*, 111.

yöneltenin ve hiçbir şey yapmadığı halde merhameti sayesinde kendisine hidayet verenin Allah olduğunu aklından çıkarmamasıdır. Ayrıca kişinin yapmış olduğu amellerin Allah tarafından kendisine ihsan edilmiş birer nimet olduğunu bilmesi, o amelleri yapma konusunda kendisine güç verenin Allah olduğunu idrak etmesi de kalbinden ucbu temizlemek için önemlidir. Bundan dolayı insan amellerinin Allah tarafından kabul edilmesini ümit etmeli ve şeytanın vesveselerine kapılarak amellerinin ifsat olmasından endişe duymalıdır.⁵⁴³

Ucb yani böbürlenmenin kalbi kör ettiğini savunan Muhâsibî, bu halde olan kimsenin kötülük yaparken dahi kendini iyilik yapıyor; helak olmuşken kurtulacağını, hata ettiği zaman ise isabet ettiğini sandığını ifade etmektedir. Böbürlenmiş kişi bir süre sonra günah işleme noktasında serbest davranmaya başlar, işlediği günahları küçük görür ve çoğunu önemsemediği için unuttur. Böylece gaflete dalar ve daha çok günah işlemeye devam eder, Allah korkusu azalır. Kişi günahını fark etse bile içine düştüğü gafletten dolayı tevbe etmesi gerektiğini dahi fark edemez.⁵⁴⁴ Bunun neticesinde ise o insanlara karşı kibir göstermeye başlar ve Allah'a karşı amellerinde ise kendini sanki O'na ihsanda bulunuyormuş gibi görür. Artık Allah içine düştüğü bu halden dolayı kulunu korumaz; nefsiyle bırakır ve kişi zalimlerden olsa dahi kendini iyilerden sanır.⁵⁴⁵

Muhâsibî kendini beğenen kişinin nefsinin temiz olduğunu iddia edeceğini; böyle olunca da nefsinin suçlamayacağını, nefsinin kurtulduğunu sanacağını ifade etmektedir. Fakat kişi nefsinin hatalardan arındırır ve nefsinin temize çıkarır ise ayıplarını görmez hale gelir.⁵⁴⁶ Zira Allah Teala “Kendinizi temize çıkarmayın.”⁵⁴⁷ buyurmaktadır. Yani kişi nefsinin hatalardan uzak görmeme ve kendini hesaba çekmelidir. Hz. Aişe'ye (r.a.), “İnsan ne zaman kötülük yapmış olur?” diye sorulduğu zaman, “kendisinin iyilik yapan olduğunu sandığı zaman” diyerek cevap vermiştir. Dolayısıyla insan kendini beğenerek sadece karşısındaki insanlara veya Allah'a karşı değil en çok kendine karşı kusur işlemiş ve kötülük yapmış olacaktır. Böbürlenmiş kimse yaptığı iyilikleri başa kakar ve nimetlerin asıl sahibinin Allah olduğunu unutarak şükürünü eda etmez ve

⁵⁴³ el-Muhâsibî, *Tevbenin İlk Adımı (El-Kasdu ve'r Rücu İlallah)*, 93-94; el-Muhâsibî, *Allah'a Dönüş (El-Kasdu ve'r Rücu İlallah)*, 50-51; el-Muhâsibî, *Allah'ı Arayış (El-Kasdu ve'r-Rucu'u İlallah)*, 61-62.

⁵⁴⁴ el-Muhâsibî, *er-Riaye: Nefs Muhasebesinin Temelleri*, 355-356.

⁵⁴⁵ A.g.e., 357.

⁵⁴⁶ A.g.e., 356-357.

⁵⁴⁷ Necm, 53/32.

böylece alacağı sevabı da zayi etmiş olur.⁵⁴⁸ Nitekim Allah Teala, “*Sadakalarınızı başa kakma veya eza etmekle boşa çıkarmayın.*” buyurmaktadır.⁵⁴⁹

Muhâsibî'ye göre dinle ilgili böbürlenme dört çeşittir: Amelle böbürlenme, ilimle böbürlenme, doğru görüşlerini beğenerek böbürlenme ve hatalı görüş belirtse bile böbürlenme. Kişinin amelini, ilmini ve doğru görüşlerini beğenmesi aynı durumlardır. Çünkü Muhâsibî bunların her birini kula verilen Allah'ın bir ihsanı ve nimeti olarak görmektedir. Fakat burada dindeki güzel davranışları sebebiyle böbürlenmeye neden olan kişinin amelini ve ilmini çok ve büyük görmesi, amel ve ilmi sebebiyle nefsinin övmesi, ilmini iyi ve doğru kabul etmesi ve bunları nasip edenin Allah olduğunu unutup kendi nefsinden bilmesidir.⁵⁵⁰ Doğru görüşten maksat Kitap, Sünnet, İcmâ ve Kıyas ile çıkarılmış hükümlerdir. Hatalı görüş ise bunlardan çıkarılmayan nefse uyularak verilen hükümlerdir. Muhâsibî Kitap, Sünnet ve İcmâ'ya dayanmayan görüşlerin insanı ucb'a sevk edeceğini savunur. Bu sebeple hatalı görüşte ısrar edenler dalalete, küfre ve bid'ate düşerler.⁵⁵¹ Hatalı görüşü güzel görmek nefsin arzularından kaynaklanmaktadır. Daha açık bir ifade ile kişinin nefsinin suçlamayı bırakması, iyi bildiği bir ilim hakkında delil olmaksızın belirttiği bir görüşünü güzel kabul etmesinden ortaya çıkmaktadır. İşte kişinin bu durumdan hoşlanması ve bunu bir nimet olarak görmesi böbürlenmeye sebep olur. Oysa bu durum onun için bir nimet değil tam tersi bir musibettir.⁵⁵² Bunun dinde bir musibet, yardımsız bırakılma ve noksanlık sebebi olduğunu ifade ettikten sonra Muhâsibî, insanın bu böbürlenmeden nasıl kurtulacağını da zikreder. Ona göre kul, hatalı görüşüyle övünmekten ancak, nefsinin suçlayarak, dini dayanaklardan açık deliller olmadıkça görüşünü iyi ve güzel kabul etmeyerek ve bu hal üzerinden gidinceye dek hüküm vermekten uzaklaşarak kurtulabilir.⁵⁵³

Ameli nefse izafe etme noktasında Muhâsibî nefsinden başkasının yapmadığını bildiği şeyi nasıl başkasına izafe edeceğini merak eder. Ona göre yaptığını ve bildiğini bilmek böbürlenme değildir. Böbürlenme, Allah'ın ihsanını unutup hamd etmeyi nefse

⁵⁴⁸ el-Muhâsibî, *er-Riaye: Nefs Muhasebesinin Temelleri*, 357.

⁵⁴⁹ Bakara, 2/264.

⁵⁵⁰ el-Muhâsibî, *er-Riaye: Nefs Muhasebesinin Temelleri*, 358-359.

⁵⁵¹ A.g.e., 366.

⁵⁵² A.g.e., 367.

⁵⁵³ el-Muhâsibî, *er-Riaye: Nefs Muhasebesinin Temelleri*, 373.

yapmaktır; bunun Allah'ın ihsanı olduğunu unutmaktır. Fakat kişi bu durumun Allah'ın bir ihsanı olduğunu, nefsini sevdiği şeylerle baş başa bıraktığında sadece Allah'a hamd ederse böbürlenmiş olmayacaktır.⁵⁵⁴

Muhâsibî yaptıkları iyilikler sebebiyle böbürlenmeye kapılmanın, en çok Allah'a itaat eden ve onu isteyen kimselerde görüldüğünü savunmaktadır.⁵⁵⁵ Ona göre böyle kimseler böbürlenmeyi kendileri için büyük bir felaket olarak görmelidirler. Nitekim Allah'ın dinine hizmet eden Huneyn ashabından birinin, “Bugün çokluğumuzdan dolayı yenilmeyiz” demesi, çoklukları ile böbürlenmeleri⁵⁵⁶, kendi kuvvetlerine güvenmeleri, zaferin ancak Allah'ın yardımı ile olacağını unutmaları üzerine Allah onların üzerlerinden yardımını kaldırmış; böylelikle onlara çoklukları ile böbürlenmenin işe yaramayacağını, onlara yardım edenin ve galip getirecek olanın Allah olduğunu öğretmiştir. Daha sonra Hz. Peygamber'e ve müminlere bir ikram olarak yardım göndermiş;⁵⁵⁷ ayetler indirerek böbürlenmelerinden dolayı yaptıkları hatayı ve dilediğinin tövbesini kabul edeceğini kendilerine bildirmiştir.⁵⁵⁸ İşte bu durum Allah'a itaat eden kimselerde de böbürlenme görülebileceğinin en büyük kanıtıdır.⁵⁵⁹

Dindeki güzel gidişatı sebebiyle böbürlenmeden kişi, elde ettiği nimete Allah'ın ihsanıyla kavuştuğunu; O'nun ihsanı olmasaydı bu işi nefsiyle başaramayacağını, nefsinden böyle bir şey beklemenin dahi mümkün olmayacağını; nefsinin kötülüğü emrettiğini, ancak Allah'ın kendisine yardım etmesi ve aklını, nefsini, hevasını yok sayarak nefsinin isteğinin tersine hareket etmesi gerektiğini hatırlayınca kurtulacaktır. Ayrıca kişi yaptığı amellerin Allah'ın ihsanıyla olduğunu; bunların nefsinin eseri olmadığını, bunda ona düşenin şükretmek olduğunu bilip bunu yapmadığı için kusurlu olduğunu; bu sebeple Allah'ın nimetlerine layık olmadığını kendisine itiraf etmelidir. Çünkü nefis daima insana yaptığı ameli kendisininmiş gibi gösterir, onu yapanın bizzat kendisi olduğunu iddia eder. Bundan dolayı nefsin kötülüğü emredici olduğunu hatırlamak gereklidir.⁵⁶⁰ Muhâsibî'ye göre hamd yalnızca Allah'adır, korkulup

⁵⁵⁴ A.g.e., 359-360.

⁵⁵⁵ A.g.e., 361.

⁵⁵⁶ Tevbe, 9/25.

⁵⁵⁷ Tevbe, 9/26.

⁵⁵⁸ Tevbe, 9/27.

⁵⁵⁹ el-Muhâsibî, *er-Riaye: Nefs Muhasebesinin Temelleri*, 362-363.

⁵⁶⁰ A.g.e., 368-369.

yerilmesi gereken ise nefstir. Kişinin onu tanıması ve ona güvenmemesi gerekir. Zira kim nefsinin tanır ise kendisinden böbürlenme hali yok olup gider, Rabbine şükür artar ve nimetleri veren Allah'a karşı sevgisi çoğalır.⁵⁶¹

e) *Dünya Hayatına Karşı Düşkünlük*

Dünya hayatını son derece değersiz gören Muhâsibî'ye göre insan onu terk etmeli, dünyaya karşı zahid olmalı, dünya lezzetlerinden ve ona meyledip çok değer veren kimselerden uzaklaşmalıdır.⁵⁶² Nitekim Allah Resulü (s.a.v.) şöyle buyurmuştur: “Eğer dünya, Allah katında sivrisineğin kanadı kadar bir değere sahip olsaydı, Allah hiçbir kâfire dünyadan bir yudum su bile içirmezdi.”⁵⁶³

Bu hadisi şeriften de anlaşılacağı üzere dünyanın ve içindekilerin Allah katında hiçbir değeri yoktur. Dünya hayatı insan için ebedi hayatını geçireceği yer olan ahireti kazanmak için yaratılmış bir imtihan alanıdır. Bu nedenle Allah Teala kimin daha iyi işler yapacağını sınamak üzere dünyayı, insanları, hayatı ve ölümü yaratmıştır.

Muhâsibî insanın dünya hayatına olan sevgisini görünen ve görünmeyen olmak üzere ikiye ayırmaktadır. Dünya sevgisinin görünmeyen yönü; kalbe yerleşmiş gizli nefsanî arzulardır. Yani kin, kibir, kıskançlık, kötü zan beslemek, övülme isteği, mal biriktirme arzusu, böbürlenmek, çoklukla övünmek, itibar görme arzusu gibi duygular dünya sevgisinin görünmeyen yönüne örnektir. Dünya sevgisinin görünen yönü ise, para, elbise, ev, araba gibi maddi şeylerdir. Burada zikrettiğimiz görünen ve görünmeyen tüm dünyalık nimetlerden yararlanmakta bir zarar yoktur. Ancak insan dünyanın gereksiz, faydasız malı ve duygularını yermeli, kendisine ahiretini unutturacak olanlardan uzak durmalıdır.⁵⁶⁴

Dünya sevgisi zamanla insanı esir alan bir duygudur. İnsan dünya sevgisini kalbine koymaya başlayınca bu duygu zamanla kalbini kuşatır, helallerden sonra şüphelileri daha sonra da haramları sevimli göstermeye başlar. İnsan dünyayı sever ve dünya ile

⁵⁶¹ el-Muhâsibî, *er-Riaye: Nefs Muhasebesinin Temelleri*, 372; el-Muhâsibî, *Hakk'ı Arayanlara Nasihatler*, 76.

⁵⁶² el-Muhâsibî, *Nefs Adabı (Adabu'n Nüfus)*, 149.

⁵⁶³ Tirmizî, *Zühd*, 13; İbni Mâce, *Zühd*, 3.

⁵⁶⁴ el-Muhâsibî, *Allah'a Dönüş (El-Kasd ve'r Rucu İlallah)*, 36-37; el-Muhâsibî, *Allah'ı Arayış (El-Kasdu ve'r-Rucu'u İlallah)*, 42-44.

meşgul olursa ahiretin korkusu kalbinden çekilip alınır.⁵⁶⁵ Helal olan durumlarda dahi dünya sevgisine yer verilmemesi gerektiğini savunan Muhâsibî bu sevginin kişinin rızkının artmasına engel olacağını ifade etmektedir. Bundan dolayı insan ihtiyacı olmayan şeyleri terk ederek ve ihlas ile amel ederek dünya hayatına düşkünlükten kurtulmaya çalışmalıdır.⁵⁶⁶

f) *Mal Sevgisi ve Mal Biriktirme Arzusu*

Muhâsibî'nin, şeytanın insanı kandırma noktasında *en büyük tuzaklardan biri ve bütün belaların başı* olarak gördüğü mal sevgisi; insanda haramlara, günahlara dalmaya, ilahi emirleri hafife almaya, zamanla büyük günahları işlemeye ve günahta ısrarcı olmaya neden olur.⁵⁶⁷ Bu arzudan dolayı insan kendini ve dünyasını perişan edebilir. Nitekim Hz. Peygamber (s.a.v.) şöyle buyurmuştur: *“Dünya malı biriktirme peşinde koşan kibirli kimseler helak olacaklardır; ancak biriktirdiği malı her vesileyle çokça infak eden kimseler müstesna! Fakat böyle kimseler de ne kadar azdırlar!”*⁵⁶⁸

Mal sevgisine sahip olan kişi zengin olduğunda malını tuğyan ederek elindeki bolluktan dolayı haddi aşar, nimetlerin sahibine şükretmeyi aklına dahi getirmez. Fakirlikten nefret eder, yoksulluğa kınayarak bakar ve hor görür. Fakirlik korkusu duyduğu için ise sürekli mal toplayarak Allah'ın kendisine rızık vermeyeceğini düşünür. Muhâsibî'ye göre insanın içine düştüğü bu hal acınacak bir haldir ve ahirette hesabı ağır olacaktır.⁵⁶⁹ Zira kendisine yetecek kadar mal ile yetinmeyip mal biriktirme arzusu ile hareket eden insana Allah Teala şöyle buyurmaktadır: *“Mal biriktirme yarışı sizi kabirlere varıncaya kadar oyaladı. Hayır! Yakında anlayacaksınız! Hayır hayır! Elbette yakında anlayacaksınız.”*⁵⁷⁰

Mal biriktirme konusunda sahabeyi örnek gösteren Muhâsibî, ashabın fakirliği sevdiğini, geçim endişesi taşımadığını, rızık konusunda Allah'a tam güvendiklerini, mal sevgisinden titizlikle kaçındıklarını, varlıkta şükredici ve yoklukta sabredici

⁵⁶⁵ el-Muhâsibî, *Hakk'ı Arayanlara Nasihatler*, 43.

⁵⁶⁶ el-Muhâsibî, *Nefis Adabı (Adabu'n Nüfus)*, 165.

⁵⁶⁷ A.g.e., 27-28.

⁵⁶⁸ İbn Mace, *Zühd*, 8.

⁵⁶⁹ el-Muhâsibî, *Hakk'ı Arayanlara Nasihatler*, 41.

⁵⁷⁰ Tekasür, 102/1-4.

davrandıklarını vurgular. İnsan sahabenin bu özellikleri kendine referans alarak onlara benzemeye gayret göstermesi gerekmektedir.⁵⁷¹ Ayrıca Muhâsibî sadece günlük lokma ile yetinmeyi, sevap işleme ve infak etme gayesi ile dahi olsa mal biriktirmemeyi ve çetin hesaptan insanın kendisini korumasını tavsiye etmektedir.⁵⁷² Helal ve haram da bellidir, bunların arasında ise şüpheli şeyler bulunur. İnsanlar helal olup olmadığını düşünmeden mallarını infak etseler dahi onları örnek almadan malların helal ve temiz olanından harcamak gerekmektedir. Bazı insanlar haram malı harcadığı için Allah'tan sevap talep eder, lakin bu sevabın aksine günah bir iş yapmaktır. Bazı insanlar ise Allah korkusundan dolayı haram yemekten ve haram malı infak etmekten çekinirler. İşte böyle kimseler Allah'ın takdirine ve sevap kazanmaya layıktır. Bundan dolayı insan kendini haramlardan sakındırarak temiz ve helal olanlardan Allah yolunda infak etmeli ve malını nimetlere şükretmek cimrilikten sakınmak maksadıyla harcamalıdır. Şüpheli mallardan infak etmekten de kaçınmalıdır, çünkü şüpheli şeylerden sakınmayan insan her an harama düşme tehlikesi ile karşı karşıya kalır.⁵⁷³ Muhâsibî mal ile meşgul olmayı terk ederek kalbi zikir, Allah'ı hatırlama ve ibret nazarı ile olaylara bakmayı tavsiye etmektedir. Çünkü O'na göre insanın dünya hayatında mutlu olmasının, hesap gününde kurtuluşa ermesinin ve Allah nezdinde üstün derecelere sahip olmasının en iyi yolu budur.⁵⁷⁴

Muhâsibî'ye göre, insanın Allah tarafından kendisine verilen malın şükrünü eda etmesi gereklidir. Mal nimetinin şükrü onu Allah yolunda harcamakla ve O'nun istemediği şeylerde harcamaktan kaçınmakla yapılmalıdır.⁵⁷⁵

g) Makam-Mevki, Şöhret Düşkünlüğü

Şöhreti insan için bir *fitne* olarak gören Muhâsibî özellikle alim olmak isteyen kimselerin bu tehlikeye düşmemeleri için uyarılarda bulunmaktadır. Ona göre insanın şöhretten uzak ve kendi halinde yaşasa dahi kurtuluşa ermesi garanti değilken bu fitneye dalmış bir şekilde kurtuluşa ermesi hiç mümkün değildir. Bu duruma iki örnek

⁵⁷¹ el-Muhâsibî, *Hakk'ı Arayanlara Nasihatler*, 39-40.

⁵⁷² A.g.e., 47.

⁵⁷³ A.g.e., 137-141.

⁵⁷⁴ A.g.e., 51.

⁵⁷⁵ A.g.e., 147.

verir: Birincisi, sahip olduğu ilmi herkese yayan ve şöhret peşinde koşan kimsedir. İkincisi ise, kendini ve ilmini, şöhretini gizleyen kimsedir. İşte bu kimselerden şöhretini gizleyenler selef-i salih'in yolunu izleyen kişilerdir. İnsana düşen şey kendini gizlemek ve şöhretten uzak durmaktır.⁵⁷⁶

Muhâsibî, makam-mevki ve şöhret düşkünlüğünün Allah Teala'nın kerih gördüğü davranışlardan olduğunu, bu şekilde davranmanın insanın Allah katındaki değerini düşüreceğini ifade etmektedir. Bundan dolayı Allah'ı bilen, irade sahibi insan bu duyguya kapılmaktan hicap etmelidir.⁵⁷⁷

4.3. Haris El-Muhâsibî'de İnsanın Sosyal Boyutu

4.3.1. Zühd Sahibi Olmak

Zühd; “*terk etmek, bırakmak ve buğz etmektir.*”⁵⁷⁸ Muhâsibî zühd sahibi olmayı “*dünyadan, dünya lezzetlerinden ve şehvetlerinden uzaklaşmak*” olarak tanımlamaktadır. İnsanın dünyadan uzaklaşması, nefsinin tabiatında var olan şeyleri bırakarak sadece Allah'ın çağıracağı şeylere meyletmesi ile gerçekleşir. Bunun başka bir yolu ise kulun kendini sadece Allah'ın hizmetine vakfetmesidir.⁵⁷⁹ Zühd hayatının iki türlü olduğunu ifade eden Muhâsibî farz olan zühdü, haramı terk etmek, onu işlemeyi reddetmek olarak nitelendirirken, fazilet olan zühde ise helal olan şeyleri terk etmeyi de dahil etmektedir.⁵⁸⁰

Muhâsibî hayata karşı zühdü ‘Allah Teala'nın yanına gitmeyi arzu etmek ve Allah'a yakın kimseler ile birlikte olmayı istemek’ olarak görür. Zühd sahibi olmak için kişinin önce şehvetleri terk etmesi daha sonra ise kalbini kanaate alıştırması gerekmektedir.

⁵⁷⁶ A.g.e., 152-153.

⁵⁷⁷ el-Muhâsibî, *Nefis Adabı (Adabu'n Nüfus)*, 165-166.

⁵⁷⁸ el-Muhâsibî, *Tevbenin İlk Adımı (El-Kasd ve'r Rücu İlallah)*, 66; el-Muhâsibî, *Allah'a Dönüş (El-Kasd ve'r Rücu İlallah)*, 28; el-Muhâsibî, *Allah'ı Arayış (El-Kasdu ve'r-Rucu'u İlallah)*, 30.

⁵⁷⁹ el-Muhâsibî, *Tevbenin İlk Adımı (El-Kasd ve'r Rücu İlallah)*, 65; el-Muhâsibî, *Allah'a Dönüş (El-Kasd ve'r Rücu İlallah)*, 28; el-Muhâsibî, *Allah'ı Arayış (El-Kasdu ve'r-Rucu'u İlallah)*, 29.

⁵⁸⁰ el-Muhâsibî, *Tevbenin İlk Adımı (El-Kasd ve'r Rücu İlallah)*, 70; el-Muhâsibî, *Allah'a Dönüş (El-Kasd ve'r Rücu İlallah)*, 32; el-Muhâsibî, *Allah'ı Arayış (El-Kasdu ve'r-Rucu'u İlallah)*, 35.

Bunların yanında rahatı terk etmesi ve tüm gayreti ile nefsi ile dünya nimetlerine karşı mücahede etmesi icap eder.⁵⁸¹

Zühdü arttıracak yani dünyayı terk etme konusunda insanı kuvvetlendirecek durumlar Muhâsibî'ye göre şunlardır: “Kalbin, ahiretteki kötü akıbetini bilmesi, dünyada alınan nimetlerin hesabı konusunda çok düşünmek, bu nimetleri veren yaratıcıyı her daim hatırda tutmak, dünyadaki zerre miktarı şeyin bile karşılığında bir ceza olduğundan korkmak.” Dünyayı terk etmekle insan Allah'tan razı olarak O'nunla yakınlık kurmayı ümit etmiş olur.⁵⁸²

Zühd sahibi insanların özellikleri: “Kalplerinden dünyayı silmiş, fakirlik korkusunu içlerinden atarak dünyadan müstağni olmalarıdır.” Bu kimseler nefislerinin dünya köleliğine son vererek azad edip dünyaya değil Allah'a hizmetkarlık etme şerefine nail olmak isterler. Kalpleri hikmetle doludur ve basiretleri açıktır. Bu sayede vehimlerini terk ederek dünya işleri için gayret etmeyi en aza indirmişlerdir. Hırs ve tamahkarlık neticesinde oluşan sıkıntı ve kaygılardan kurtulmuş ve manevi olarak rahatlamışlardır.⁵⁸³

Zühdde bulunması gereken bazı özellikler vardır. Muhâsibî zühdün gerçekleşmesi ve bir insana zahid denilebilmesi için şu üç hasletin yerine getirilmesi gerektiğini vurgular:

1. Mal-mülkü önemsemeyip el çekmek.
2. Helalden dahi uzak durmak.
3. Dünyalık işleri önemsemeyip, dünyadan uzaklaşarak Allah Teala'ya daha çok vakit ayırmak.

Ayrıca Muhâsibî insana zühd özelliğini kazandıran üç özelliği ise şöyle zikreder: “İstekler ardı arkasına geldiği zaman nefsi koruma altına almak, zenginlik sağlayan

⁵⁸¹ el-Muhâsibî, *Tevbenin İlk Adımı (El-Kasd ve'r Rücu İllallah)*, 71; el-Muhâsibî, *Allah'a Dönüş (El-Kasd ve'r Rücu İllallah)*, 33; el-Muhâsibî, *Allah'ı Arayış (El-Kasdu ve'r-Rucu'u İllallah)*, 37.

⁵⁸² el-Muhâsibî, *Tevbenin İlk Adımı (El-Kasd ve'r Rücu İllallah)*, 66.

⁵⁸³ el-Muhâsibî, *Tevbenin İlk Adımı (El-Kasd ve'r Rücu İllallah)*, 66-67; el-Muhâsibî, *Allah'a Dönüş (El-Kasd ve'r Rücu İllallah)*, 35; el-Muhâsibî, *Allah'ı Arayış (El-Kasdu ve'r-Rucu'u İllallah)*, 41.

yerlerden kaçmak, ihtiyaç söz konusu olduğunda hakkında bilgi olan hususlara tutunmak."⁵⁸⁴

Muhâsibî'ye göre nefsin rahata alıştırılması, fıkıh alimlerinin fetvalarından en kolay olanı tercih etmek, sürekli lüzumsuz ve malayani şeylerin peşine düşmek zühdü ifsat eder. Bu davranışlar insanda gizli arzuların oluşmasına ve nefse düşkünlüğün Allah sevgisinin önüne geçmesine sebep olmaktadır. Bunun neticesinde ise insan artık zühdü yavaş yavaş terk etmeye, ruhsatları tercih etmeye, dünyaya yönelmeye başlar ve kendinde manevi hastalıklar görülür, kalp gözü kapanır. Zira dünyaya meyil ve dünya nimetlerinin peşinden koşmak insanın kalbini karartan bir durumdur. Tam tersi dünya nimetlerini terk etmek ise kalbin nurlanmasına ve kişinin nefsinin terbiye etmesine vesiledir.⁵⁸⁵

Kalpleri marifete erişmiş arif insanlar dünyayı terk etmenin yanında insanlardan, makam-mevkiden, şan-şöhretten de uzak durmalıdırlar. Daima alçak gönüllü olarak istek ve arzularını azaltmalıdırlar. Bunu başarabilmenin sırrı ise adı sanı bilinmeden yaşamaktan, zahid olduğunu ifşa etmemekten, orta yolu izlemekten, sıradan insanlardan farklı görünmemekten ve manevi makamını gizlemekten geçmektedir.⁵⁸⁶

Muhâsibî, insanların beden bakımından en rahatı ve zihni olarak kaygılarından en uzak olanı olarak dünyaya gönül bağlamayan zühd ehli kişiler olarak görür. Kişinin zühd halini kazanması için en etkili yöntem dünyaya karşı uzun emel beslememesidir. Bunun yanında cahil insanların ahlaki özelliklerinden, günahkâr kişilerle birlikte olmaktan, gururlu ve kendini beğenmiş kişilerin sözlerinden, aldanmış kişiler gibi davranmaktan, nefsi arzulara uyarak amel etmekten, hakkı terk edip batıla uymaktan ve Allah'tan ümidini kesenler gibi yeis halinde olmaktan sakınmalıdır. Allah'a güvenmeli, iyiliği emredip kötülükten sakındırmalı ve Hak ile amel etmelidir.⁵⁸⁷

Zühd konusunda insanlar farklı mertebelere sahiptirler. Bunun sebebi herkesin aklının farklı derecelerde olması, dünyalık işlere duyulan istek ve özlemin farklılaşması ve Allah'a karşı kalplerdeki haşyet duygusunun aynı olmamasıdır. Bu mertebelerden en üstün olanları Allah'ın en iyi tanıyanlar olduklarından dolayı en akıllı olanlarıdır. Bu

⁵⁸⁴ el-Muhâsibî, *Hakikati Arayanlara Kılavuz (Risaletü'l Müsterşidin)*, 236.

⁵⁸⁵ el-Muhâsibî, *Tevbenin İlk Adımı (El-Kasd ve'r Rucu İlallah)*, 69.

⁵⁸⁶ A.g.e., 73.

⁵⁸⁷ el-Muhâsibî, *Hakikati Arayanlara Kılavuz (Risaletü'l Müsterşidin)*, 226-232.

kimseler Allah'tan en çok korkan ve Allah'ın takdirine en güzel şekilde rıza gösterenlerdir. Bu durumun belirtisi ise kişinin dünyadan çok fazla uzaklaşarak ahiret nimetlerini en çok arzulayan olmasıdır.⁵⁸⁸

4.3.2. Kendinden Önce Başkasını Düşünmek/Ahireti Tercih Etmek (İ'sar)

Muhâsibî İ'sar kavramını *Şerhu'l-Ma'rife ve Bezlu'n-Nasîha* adlı risalesinde *ahireti tercih etmek* manasında ele almaktadır. Ona göre ahireti tercih etme konusunda insanlar iki çeşittir. Birinci gruptakiler dünyadan ufak bir nasip aldıktan sonra ahireti tercih ederler. Diğer gruptakiler ise ihtiyaç sahibi dahi olsalar ahireti dünyaya tercih ederler. Bu kimseler dünyadan tamamen vazgeçerek ahireti merkeze alırlar.⁵⁸⁹

Tasavvufi düşüncede i'sar kavramı “*bir şeyi ya da birini diğerine tercih etme*” anlamında kullanılmaktadır. Nitekim Kur'an-ı Kerimde: “*Kendileri ihtiyaç halinde bulunsalar bile onları (muhacirleri) kendilerine tercih ederler.*” (Haşr Suresi 9. Ayet) buyrulurken Ensar halkının muhacirler için yaptığı fedakârlık i'sar olarak değerlendirilmektedir. İ'sar düşüncesinin temelinde beklentisizlik ve Allah'ın rızasını kazanma düşüncesi bulunmaktadır. Kendisine hoş gelen bir şeyi veya durumu ulvi beklentiler ile başkasını önceleyerek kendi isteğini gerçekleştirilmeme düşüncesi de denilebilir. İnsanın elindekileri vermesi bakımından cömertlik olarak da değerlendirmek mümkündür ancak i'sar ruhunun cömertlikten daha ileri de olduğunu söyleyebiliriz. Hz. Peygamber'in (sav) hayatına baktığımızda da onun i'sar ufkunun gerek yoklukta gerek varlıkta hep kendinden önce başkalarını önceleyerek gerçekleştirdiğini görmekteyiz.

Günümüzde maalesef insanların yalnızca çıkarları uğruna bir şeyler yaptığı bir dönemden geçiyoruz. Bencilik olarak da ifade edebileceğimiz bu durum gelişmemiş insan profilidir. Yetişkin bir insanın bencil tavırlar sergilemesi ise aslında onun iç dünyasında fırtınalar koptuğunun ve güçsüz olduğunun bir göstergesidir. Diğer bir deyişle bencilik, acziyetin yanlış bir şekilde dışarıya yansımalarıdır. Menfaati

⁵⁸⁸ el-Muhâsibî, *Tevbenin İlk Adımı (El-Kasd ve'r Rücu İlallah)*, 74; el-Muhâsibî, *Allah'a Dönüş (El-Kasd ve'r Rücu İlallah)*, 34; el-Muhâsibî, *Allah'ı Arayış (El-Kasdu ve'r-Rucu'u İlallah)*, 40.

⁵⁸⁹ el-Muhâsibî, *Tevbenin İlk Adımı (Şerhu'l Marife ve Bezlu'n Nasihah)*, 197-198.

olmayanın başkası için kılını dahi kıpırdatmadığı toplumlarda zamanla ahlaki yozlaşmalar da baş göstermektedir. Sosyal bir varlık olarak insanın başkalarıyla beraber yaşamasının en önemli şartı ise yardımlaşmaktır. Ayrıca insanın merhamet, şefkat ve empati gibi duygularını geliştirmesinin yolu da insanların hayatında güzellikler meydana getirecek iyilikler yapmasından geçmektedir. Bu bakımdan dünya ve ahiret işlerinde toplumda bulunan her ferdin kardeşlerinin çıkarlarını kendi çıkarlarından önce görmesi son derece önemlidir.

4.3.3. Başkalarını Küçük Görme, Kendini Büyük Görme (Kibir)

Muhâsibî kibri *büyük bir felaket* olarak tanımlar.⁵⁹⁰ Kibir büyüklenmedir. İnsan, nefsinin değerini bilmezse onu bir şey zanneder; insanlara karşı büyüklenir durur, kimseyi beğenmez, kendisinde bir yücelik görür, övünür ve kendini beğenir. Bunun sebebi insanın kendi değerinin ne kadar küçük olduğunu bilmemesidir. İnsan kendi değerinin küçük olduğunu unuttuğu zaman kibre kapılır. Kibir bazen kinden, bazen hasedden, bazen riyadan, bazen de ucb'dan kaynaklanmaktadır. İnsanın başına gelen birçok musibet ve kötü huy kibirden doğmaktadır. İnsan kendini aşan ve kendine yakışmayan kibir davranışını sergileyince büyüklük taslayarak Allah'ın öfkesini celb etmiş olur. Çünkü haddini aşarak, yaratılmışlara uygun olmayan bir hale bürünmüştür. Bundan dolayı Allah katında en büyük günah kibirdir.⁵⁹¹ Hz. Peygamber'den (s.a.v.) rivayet edildiği üzere *“Kim Allah için tevazu gösterirse Allah onu yüceltir; kim de kibre kapılırsa Allah onu aynı şekilde aşağılara indirir.”*⁵⁹² Abdullah b. Sellâm da şöyle demiştir: *“Rasulullah'ı şöyle derken işittim: ‘Kalbinde hardal tanesi kadar kibir olan cennete giremez.’*⁵⁹³

İnsanlardan herhangi birini küçümsemekten kesinlikle sakınılması gerektiğini savunan Muhâsibî'ye göre Allah Teala kibirli insanları hiç sevmez ve kibirli kimseleri küçültüp rezil eder. Kalpten kibri söküp atmak için her daim Allah hatırda tutulmalı ve asıl

⁵⁹⁰ el-Muhâsibî, *er-Riaye: Nefs Muhasebesinin Temelleri*, 391.

⁵⁹¹ A.g.e., 391-395.

⁵⁹² Ahmed b. Hanbel, *Müsned*, I, 33.

⁵⁹³ Müslim, *Sahih*, İman, 147-149; Tirmizi, *Birr*, 61; İbn Mâce, *Sünen*, Mukaddime, 9; Ahmed b. Hanbel, *Müsned*, I, 399, 312, 416.

küçük görülmeye layık olanın kendisi olduğunu düşünmek ve Allah'tan yardım dilemek gereklidir.⁵⁹⁴

Muhâsibî kibri ikiye ayırır. Bunlardan ilki, kul ile Rabbi arasında olandır ki bu, kibrin en büyüğüdür; ikincisi kul ile kul arasında olandır. “Onlara, “*Rahmân'a secde edin*” denildiğinde, “*Rahmân da neymiş! Biz, senin istediğin şeye secde eder miyiz?*” derler ve bu istek onları haktan daha da uzaklaştırır.”⁵⁹⁵ ayeti insan ile Allah arasındaki kibre bir örnektir. Araplarda eskiden beridir birinin önünde eğilmekten imtina etmek bir büyüklenme göstergesidir, bundan dolayı eğilmekten kaçınmışlardır. Hatta eğilmemek için secde etmekten dahi yüz çevirmişlerdir. Bu ayette belirtildiği gibi İblis de kibre kapılarak Rabbine karşı gelmiş ve bu kibri kendisine emredilmiş olan secdeye varmaktan onu alıkoymuştur. Yine Firavun kibrinden dolayı Allah'a kul olmaktan çekinmiş ve hatta Rabblık iddiasında bulunmuştur.⁵⁹⁶

Muhâsibî'ye göre kibir, insanı Allah'ın emirlerini reddetmeye ve inkâra sevk eder, isyana yakınlaştırır. Ayrıca kim kibre kapılırsa Allah onu alçaltır ve kalbinden hikmeti anlama gücünü alır; tevazu sahibi olur ise de hikmeti anlama ve ondan faydalanma gücünü verir.⁵⁹⁷

İnsanlar arasındaki kibir ise iki şekildedir: Birincisi; karşısındaki kişiyi hakir görmek ve yüz çevirmek. Bu durumda olan kişi, kendini diğer insanlardan daha hayırlı görür, onlara tepeden bakar. İkincisi; doğru olduğunu bildiği halde karşısındakinin bütün doğrularını reddetmek. Bu kimsenin birisiyle tartıştığı zaman tek önem verdiği şey, bu tartışmadan galip ayrılmak ve karşısındaki kişiyi reddetmektir. Başkasından bir bilgi öğrenmeye tenezzül etmez, bunu zillet kabul eder ve karşısındakini hakir görerek ona galip gelmeye çalışır. Kur'an-ı Kerim'de İsrailoğulları'nın anlatıldığı “*Gönülleri kesin olarak kabul ettiği halde, haksızlık ve büyüklenmelerinden ötürü onları bile bile inkâr ettiler.*”⁵⁹⁸ ayeti bu duruma bir örnektir. İşte insan, etrafındakileri hakir görerek kendini başkalarından üstün ve hayırlı görürse veya doğru olduğunu bildiği halde söylenen doğru sözleri reddederse insanlara karşı yapılan kibri işlemiş olur. İblis örneğinde olduğu gibi insanlara kibir gösteren kişi bir yönü ile Allah'a da büyüklenmiş

⁵⁹⁴ el-Muhâsibî, *Hakk'ı Arayanlara Nasihatler*, 77.

⁵⁹⁵ el-Furkan, 25/60.

⁵⁹⁶ el-Muhâsibî, *er-Riaye: Nefs Muhasebesinin Temelleri*, 396-398.

⁵⁹⁷ A.g.e., 393-395.

⁵⁹⁸ en-Neml, 27/14.

olur.⁵⁹⁹ Özetleyecek olursak Allah'a karşı kibir insanın büyüklenip Allah'ın emrettiğini kabulden, O'na itaat edip boyun eğmekten, O'nun önünde tevazu ile eğilmekten yüz çevirmesi iken; insanlara karşı kibir ise insanın karşısındakini hakir görerek kendisini ondan daha üstün görmesidir.

Kibir kinden kaynaklandığı takdirde insan kendisine zulmetmiş, sövmüş veya alakasını kesmiş olduğu için karşısındaki kimseyle helalleşmekten, karşılaştıklarında ilk selam veren olmaktan, düşmanlığından dolayı hakkını teslim etmekten kaçınır. Böylece kin ve nefret insanı kibirlendirir ve onu hakkı reddetmeye götürür.⁶⁰⁰ İnsan bazen de dünyalık şeyler sebebiyle kibirlenir. Bunlar soy-sopla, güzellikle, kuvvetle, malla ve kalabalık olmaktan dolayı kibir duymaktır. Soy-sopla övünen kişi herkesi kendi kölesi, kendi hizmetçisi gibi görerek kibre kapılır ve karşısındakini hakir görür, ona karışmaya tenezzül etmez. Güzellikle övünen kişi de böyledir: Güzellikte kendinden aşağı olanları hakir görür, ayıplar, "çirkin" der, onlara karşı övünür, dış görünüşünden dolayı onları ayıplar. Kuvvetle övünen ise zayıf olanı tahkir eder, onun zayıflığını ayıplar, kuvvetiyle ona karşı övünür, üstünlük taslar. Bu durumu malının çokluğu ile de yapar; onunla gururlanır, şımarır, elbisesinin süsü ve çokluğu ile kibirlenerek yürür. Allah'ın Karun'un hazinelerini anlattığı *"Karûn gösterişli bir şekilde kavminin karşısına çıkardı. Dünya hayatını arzulayanlar, "Keşke Karûn'a verilenin bir benzeri bize de verilseydi! Doğrusu o çok şanslı!" derlerdi. Kendilerine ilim verilmiş olanlar ise şöyle derlerdi: "Yazıklar olsun size! İman edip iyi işler yapanlar için Allah'ın mükâfatı daha üstündür. Ona da ancak sabredenler kavuşabilir." Sonunda biz onu ve evini barkını yerin dibine geçirdik. Artık Allah'a karşı ona yardım edecek adamları olmadığı gibi, kendi kendini kurtarabilecek durumda da değildi. Daha dün Karun'un yerinde olmayı isteyenler bu defa, "Yazıklar olsun bize! Demek ki Allah rızkı kullarından dilediğine bol bol, dilediğine de ölçülü veriyormuş. Allah bize lütufta bulunmuş olmasaydı, bizi de mutlaka yerin dibine geçirmişti. Vah ki vah! Demek inkârcılar iflâh olmazmış!" der oldular.*"⁶⁰¹ ayetleri bu duruma bir örnektir. Yine çoluk çocuk, hizmetçi, yakın-akraba ile övünmek de buna

⁵⁹⁹ el-Muhâsibî, *er-Riaye: Nefs Muhasebesinin Temelleri*, 401-403.

⁶⁰⁰ A.g.e., 411.

⁶⁰¹ el-Kasas, 28/79-82.

benzer: İnsan bunlardan dolayı kibire kapılır, üstünlük taslar, akrabaları ve köleleri az olanları ise küçük görür.⁶⁰²

Kibirden kurtulmanın yollarını da zikreden Muhâsibî'ye göre insan din ve dünyadaki değer ve kıymetini bilmesiyle kibirden uzaklaşabilir. Bunu elde etmek için insan kendisinin başlangıcını, yaşadığı hayatı ve akıbetini düşünmelidir. Başlangıcı hakkında insan henüz var olmadığı zamanda Allah'ın kendisini yokluktan var ettiğini; Allah'ın kendisini cansız bir varlıkken aşamalar halinde topraktan, nutfeden, kan pıhtısından sonra bir et parçasından yarattığını; bir süre cansız varlık olarak kaldıktan sonra kendisine can verdiğini düşünmelidir. Ayrıca sağır, dilsiz, kör, çıplak, zayıf, fakir ve dalalette iken Allah'ın kendisini duyan, konuşan, gören, giyinik, kuvvetli, zengin kıldığını ve hidayete erdirdiğini idrak etmelidir. İşte insan, kendini bu başlangıçtaki hali ile tanıyarak zilletini, zayıflığını, küçüklüğünü, muhtaçlığını, görmeli; böylece elinde olan nimetlerden dolayı kadrinin küçüklüğünü bilmeli; kibir, övünme ve kendini beğenmekten geri durmalıdır. Böylelikle Allah'a şükrederek tevazu içinde olan kullardan olur.⁶⁰³

Kibirli insanlar genellikle çok çalışkan ve yetenekli insanlardır. Çok çalıştıkları ve kabiliyetleri nedeniyle insanlardan saygı görmek isterler. İnsanlar da onların yaptıkları işlere saygı duyarlar. Bu durumu nefislerine çevirmezler ve yaptıkları işi kendilerinden bilmezler ise bu olumlu bir durumdur. Ancak kendilerinden bilmeleri nedeniyle insanlar zamanla uzaklaşır ve sevmezler. Kibirli insanların özelliklerinden biri empati yoksunluğudur. Psikolojik olarak kendini zayıf hisseden, olgunluk kazanamamış kimselerin büyüklenme istekleri daha fazladır. Bu kimseler başkalarının ne hissettiğini ne düşündüğünü önemsemmezler. Çünkü en çok önem verdikleri şey kendi egolarıdır. Alkışlanmaktan zevk alırlar. Ancak dikkat edilmelidir ki kibir insanı pek çok güzellikten mahrum etmektedir. İnsanlar tarafından dışlanmaya ve yalnızlığa itmektedir. Kibrin tedavisi ise insanın tevazu sahibi olmasından geçmektedir. Bu bakımdan insan yaptığı iş ve eylemlerinde üstünlük duygusunu bırakarak alçakgönüllülüğe sığınmalıdır. Bu durum ile baş etmenin en iyi yolu alçakgönüllü olmaktan geçmektedir. İnsan kendi sınırlarını ve gücünü fark edip kendisinin de diğer

⁶⁰² el-Muhâsibî, *er-Riaye: Nefs Muhasebesinin Temelleri*, 413-415.

⁶⁰³ el-Muhâsibî, 416-417.

insanlardan bir üstünlüğünün olmadığını fark edip düşüncelerini kontrol altına almalıdır.

4.3.4. Gösteriş Yapmak (Riyâ)

Riyânın manası: “*güzel davranışlarından dolayı insanların kendisini takdir edip övmelerini istemektir.*” Muhâsibî riyanın sebebinin *dünya sevgisi* olduğunu ifade etmektedir. Ona göre insanda dünya sevgisi oluştuğunda herkes tarafından beğenilmek, adil ve güvenilir bulunmak, övgüyle anılmak ve şöhretinin duyulmasını isteyecektir. Riyakâr insanda üç belirti bulunmaktadır. Bunlar: “*Toplum içinde ibadetlere düşkün ve gayretli olmak, yalnız başına iken amelde tembellik etmek, her yaptığının takdir edilip övülmesini istemek.*”⁶⁰⁴

Riyâ, Allah’ı murakabe eden, O’nu zikreden, Allah’ın haklarını gözetken kişinin yaptığı tüm bu amellerin sevabını yok eden ve kalbinde bunların tatlılığını gideren en büyük zararlardan biridir.⁶⁰⁵ Bundan dolayı Muhâsibî insana aklını kullanmasını ve amellerinin boşa gidip, kötülüklerinin iyiliklerinden daha ağır basıp kalbinin pişmanlıkla dolmaması için ihlâsa yönelmesini tavsiye eder. Ona göre ihlâs, abidlerin ve Allah katında seçkin olan kulların bulunduğu bir makamdır.⁶⁰⁶

Riyâyı “*kulun Rabbine itaatinde kulları kastetmesi*” şeklinde ifade eden Muhâsibî’ye göre riyânın delili Allah’ın şu ayetleridir:

“*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.*”⁶⁰⁷

Muhâsibî bu ayetlerde kastedilen kimselerin gösteriş yapanlar (riyakârlar) olduklarını savunmaktadır.⁶⁰⁸ Buradan anlaşılmalıdır ki dünya hayatını ve süsünü istemek riyadır.

⁶⁰⁴ el-Muhâsibî, *Tevbenin İlk Adımı (El-Kasd ve’r Rûcu İlallah)*, 91; el-Muhâsibî, *Allah’a Dönüş (El-Kasd ve’r Rûcu İlallah)*, 49; el-Muhâsibî, *Allah’ı Arayış (El-Kasdu ve’r-Rucu’u İlallah)*, 59; el-Muhâsibî, *Nefis Adabı (Adabu’n Nüfus)*, 139.

⁶⁰⁵ Ebû Abdillâh Hâris b. Esed el-Muhâsibî, *Riya ve Korunma Yolları*, çev. Alim Yücer (İstanbul: Polen Yayınları, 2017), 7.

⁶⁰⁶ A.g.e., 10-11.

⁶⁰⁷ el-Hud, 15-16.

⁶⁰⁸ el-Muhâsibî, *Riya ve Korunma Yolları*, 15.

İbadetlerinde veya dünyevi işlerinde gösteriş yapanların ellerinde boş amelden başka hiçbir şey kalmayacaktır, ahirette de hiçbir kazançları olmayacaktır. İster dini olsun ister dünyevi olsun tüm işler kullara beğendirmek maksadıyla değil yalnızca ibadet maksadıyla ve Allah'ı razı etmek için yapılmalıdır.

Riyâ ağır ve hafif olmak üzere iki çeşittir. Riyânın büyüğü ve en ağırı, insanın Allah'a itaatte Allah'ı değil de kulları arzulamasıdır. Hafif olan riya ise kişinin Allah'a olan itaatinde hem Allah'ın sevabını hem de kulların takdirini istemesi, her ikisini de kalbinde bulundurmasıdır. Muhâsibî'ye göre bu, kişinin ameline şirk karıştırmasıdır. Çünkü ameline bu şekilde riya karıştıran bir kişi kulların övgüsü ile Allah'ın takdirini eş tutmaktadır.⁶⁰⁹ Hz. Peygamber'in (s.a.v.): "Allah, 'Ben ortakların ortaklıktan en uzak olanıyım. Kim benim için bir amelde bulunurda o amele benden başkasını ortak ederse ben ondan beriyim. O amel bana ortak koşulana aittir.' diye buyurmaktadır."⁶¹⁰ şeklinde ifade ettiği kudsi hadis de bu durumun delilidir.

Riyâ insanda farklı hallerde meydana gelebilir. Bazen amel ile, bazen bedenle, bazen kıyafetle, bazen arkadaş ve akraba ile, bazen de sözle riya yapılır. Muhâsibî bu beş durum ile insanın gösterişe gireceğini bildirerek dünyevi meseleler ile riyâyâ girmenin amel etme ile riyaya girmekten daha basit olduğunu savunmaktadır. Beden ile yapılan riyâ, insanın başkaları tarafından çok ibadet eden olarak bilinme gayesi ile bedeninin zayıflığı, gözlerinin çökmesi vb. durumlarını göstermesi ile riyaya girmesidir. Kıyafetle yapılan riya insanın Hz. Peygamber'in (s.a.v.) kılık kıyafetine uyduğunu göstermek maksadıyla saçlarını ortadan ikiye ayırması, yün ve sert elbise giymesi, bıyıklarının tıraş edilmesi, elbisesinde sadeliğe gitmesi şeklinde riyaya girmesidir. Sözle yapılan riya kişinin hikmetli sözler söylemesi, tartışmada güçlü deliller sunması, ilim öğrenmesi, hadis ezberlemesi, konuşurken alçak sesle konuşması, diliyle Allah'ı zikrettiğini hissettirmek, güzel ve hüzünlü sesle Kur'an okuma suretiyle riyaya girmesidir. Amelle riya ise insanın namazının uzunluğu, rükû ve secdeleri uzatması, amellerini huşu ile yaptığını göstermesi, orucu, cihadı, haccetmesi, uzun uzun susması, malından sadaka vermesi, başını öne eğmesi, yavaş yavaş yürümesi, gözlerini

⁶⁰⁹ A.g.e., 17-19.

⁶¹⁰ Müslim, Zühd, 46; İbn Mace, Zühd, 21.

yumması ve kendisine soru sorulduğunda vakarlı bir şekilde durması ile riya yapmasıdır.⁶¹¹

Riyânın kalpte oluşmasının bazı sebepleri vardır. Bunlar: Övülme sevgisi, yerilme korkusu ve insanların elindekine karşı aşırı arzu beslemektir. İnsan ibadetinden dolayı insanlar tarafından övüleceğini bundan dolayı da mallarını kendisine vereceklerini düşünür. Bu sebeple bu üç özelliğin temelinde övülme arzusunun olduğunu söylemek daha doğru olur.⁶¹² Övülme isteğini ortadan kaldırmak ise iki şeyi bilmekle mümkündür. Birincisi: İnsanın kendisini Allah'tan uzaklaştıran, kalbini ıslahtan mahrum eden ve ahirette Allah'ın insana vereceği mükafatı azaltan şeyleri bilmesidir. İkincisi ise: İnsanın elde edeceği amellerin karşılığının kullardan değil Allah'tan geldiğini bilmesidir.⁶¹³

Riyanın ortaya çıktığı zamanlar olduğunu söyleyen Muhâsibî bu vakitleri sıralar. Riya duygusu bazen amele başlamadan önce doğar. İnsan bu durumda amele başlarken başkalarının övgüsünü istediğinden riyaaya düşmüş olur. Bazen de ihlas ile amele başlar; ancak amele başladıktan sonra dünyevi beklentileri arzularından dolayı riyaaya düşer. Bazen ise riya, ameli bitirdikten sonra belirir, burada kişi amelini bitirdikten sonra insanların övgüsünü kazanmak için yaptıklarından bahsederek riyaaya girer.⁶¹⁴

İnsanın riyakâr olup olmadığını anlamak için bazı özelliklere bakmak gerekir. İkisinin arasındaki farklılıklar şunlardır: Riyakâr kişinin emeli dünyada makam-mevki ve insanların nazarında itibar kazanmaktır. Riyakâr insan yaptığı işlerden dolayı insanlar tarafından övülmeyi sever, yerilmekten hoşlanmaz. Riyakâr olmayan insan ise yaptığı işler karşılığında sadece Allah'ın rızasını ve ahiret yurdunu talep etmektedir. İnsanlar kendi övdüğünde Allah'ın hoşnutluğunu kazanacağından dolayı sevinir niyeti yalnızca budur, yerilmekten de yine Allah'tan korktuğu için çekinmektedir. Aynı zamanda sadık niyetle ve ihlasla amel işlemektedir.⁶¹⁵

⁶¹¹ el-Muhâsibî, *Riya ve Korunma Yolları*, 33-37.

⁶¹² A.g.e., 21-23.

⁶¹³ A.g.e., 28.

⁶¹⁴ A.g.e., 63-65; el-Muhâsibî, *Nefis Adabı (Adabu'n Nüfus)*, 139-40.

⁶¹⁵ el-Muhâsibî, *Nefis Adabı (Adabu'n Nüfus)*, 81-82, 116.

İnsan riya ile amele devam ettiği müddetçe kendisinde bazı kötü huylar oluşmaya başlar. Bunlar: Riyaset (saygı duyulma isteği, insanları küçük görme), övünme, böbürlenme, hasetleşme, galip olma sevdası, ucb, ameli görüldüğü için sevinmedir.⁶¹⁶

Muhâsibî riyanın ne olduğunu, riyanın özelliklerini, riyanın çeşitlerini ve riyanın insanda ortaya çıkarttığı halleri açıkladıktan sonra riyaı ortadan kaldırmanın yollarını da açıklar. Ona göre riyaı ortadan kaldırmanın iki şekli vardır. Biri, insanda riya duygusunu oluşturabilecek ve onu destekleyebilecek olan şeyleri ortadan kaldırmaktır. Diğeri ise, nefis ve şeytan kendisini riyaıya çağırduğunda bunu kabul etmemektir. Şeytanın riya konusunda insanı kandırabileceği üç vesvese hali vardır. Şeytan insanı ya etrafındakilerin onu görüp bilecekleri ümidiyle riyaıya düşürür, ya etrafındakilerin övgüsünü kazanma veya kınanmalarından sakınma şeklinde riyaıya düşürür. Muhâsibî, bu vesveseleri kaldırmanın en etkili yolu olarak insanın kendisine ilk vesvese geldiğinde etrafındakileri önemsemeyerek yaptığı şeyi yalnızca Allah'ın bildiğini yeterli görmesi ve bu vesveseyi hemen reddetmesidir. Ardından ise insanların övgü ve yergisine kulak tıkayarak Allah'ın övgü ve yergisine önem vermesidir.⁶¹⁷ Bunun yanında niyeti gözden geçirmek ve nefret etmekle riyaıdan kurtulabilir. Muhâsibî buna ancak *Allah'ın verdiği ilimle riyanın zararlarını ve ondan kaçınmanın faydalarını hatırlayıp aklı ile nefsinin engelleyen kişinin ulaşabileceğini* vurgular. Ona göre riya duygusunu yok etmede en güçlü yöntem ise *ihlastır*.⁶¹⁸ İhlasla amel yapabilmenin şartı kişinin yapacağı amele başlamadan önce bu ameliyle başkasını değil sadece Allah'ın rızasını istediğine inanmasıdır. Şayet sadece Allah'ın rızasını irade ettiğinden emin değilse bu işe girişmemelidir.⁶¹⁹

Riyakâr insanların ortak karakteristik özelliklerine baktığımızda övülmekten hoşlanmaları, zevk ve tutkularına bağlı olmaları, yalan söylemekten çekinmemeleri, bencil ve korkak olmaları, iradelerinin zayıf olması, tutarsız olmaları ve narsist tutumlar sergilemeleri en çok göze çarpan yönleridir. En belirgin özellikleri ise bencil ve menfaatlerine düşkün kişiler olmalarıdır. Özü itibarıyla riyakarlık davranış bozukluğu kapsamında değerlendirebileceğimiz bir hastalıktır. Bu kişiler beğenilme arzusu ve şüphenin esiri olmuşlardır. Bu tip insanlar daha çok dindar ve güvenilir bir

⁶¹⁶ el-Muhâsibî, *Riya ve Korunma Yolları*, 78-87.

⁶¹⁷ A.g.e., 38-39.

⁶¹⁸ A.g.e., 44-47.

⁶¹⁹ A.g.e., 96-97; el-Muhâsibî, *Nefis Adabı (Adabu'n Nüfus)*, 142.

profil çizerek kendi menfaatleri uğruna insanlar arasında yer edinmeye ve iyi görünmeye çalışırlar. Günümüz dünyasında da insanların kendi çıkarları ve menfaatleri uğruna meşru görmedikleri halde her şeyi yapmaktadırlar. Gayri ahlaki bu tutumun mümin kişilerde bile sıklıkla görülüyor olması oldukça üzücü bir durumdur.

Netice itibariyle riya insanın hem diğer insanlarla hem de yaratıcısı ile arasını bozan olumsuz bir durumdur. Aynı zamanda riya insanın iç dünyasını kirleten ve psikolojik çöküşe götüren bir duygudur. Eğer bu hastalıklı duygu ihlas ile tedavi edilmezse insan ruhen karanlığa düşer. Bu hastalıklı durumun tedavisi için ise yapılması gereken samimi bir biçimde düşünce, hal ve tavırları yalnızca Allah'a has kılmak ve dünyevi işlerinde kimseden bir menfaat beklememektir. Kalbi yalnızca Allah'a bağlayarak O'ndan başkasının rızasını ummadan imanî davranışlar ile bir bütün haline getirmektir.

4.3.5. Uzlet (Yalnızlık)

Uzlet, insanların içine fazla girmemek diğer bir tabirle yalnızlıktır. Muhâsibî insanların içine çok fazla karışmaktan sakınılması gerektiğini savunmaktadır. Çünkü bilinçli veya bilinçsiz olarak birçok aşırılık ve günahın sebebi insanlarla çok fazla birlikte olmaktan kaynaklanmaktadır. Bu tür bir tehlikeden sakınmak için vera sahibi, helal-haram konusunda titiz ve kendini sürekli hesaba çekmek gereklidir. Bunun yanında insanın dünyadaki halini düzeltmesine, kendisine iyilik ve takva noktasında yardımcı olacak kişiler ile birlikte olması lazımdır. Çünkü bu özelliklere sahip olmayan insanlar din konusunda kişiye en büyük zararı vermektedir. Bundan dolayı en güvenli yol bu tarz insanlardan uzak durmaktır.⁶²⁰

Her insanın kendi ile baş başa kaldığı zamanları olmalıdır. Modern çağın kaos ortamından kaçmak insanın ruhunu rahatlatacağı gibi bireyin iradesi ile yaptığı davranışları sorgulaması, nefsinin hesaba çekmesi karakterinin olgunlaşmasına katkı sağlayacaktır.

⁶²⁰ el-Muhâsibî, *Hakk'ı Arayanlara Nasihatler*, 69.

4.3.6. Övülmeyi Sevmek, Galibiyet Tutkusu ve Baş Olma Sevdası

Muhâsibî övgüye karşı insanın son derece dikkatli olması gerektiğini savunur. Çünkü O'na göre övgü, insanı gaflet anında yakalayan nefsin tuzaklarından biridir. İnsanın iyilikleri başlangıçta yalnızca iyilik niyeti ile yaptığını fakat heva ve hevesinin isteği ağır basınca övgülerden hoşlanmaya başlar. İşte bu tuzağa karşı çok dikkatli olmak ve kalpten onun fitnesini atmaya çalışmak gerekmektedir.⁶²¹

Öven ve övülen kimsenin her ikisini de cahil olarak gören Muhâsibî, bu durumun Hz. Peygamber'in (s.a.v.) tavsiyelerinin tersine hareket etmek olduğunu ifade etmektedir. İnsana düşen; nefsini övgüye, şan-şöhrete layık görmeyerek kendini kınayan ve eleştirenleri kerih görmemek, haklı eleştiri yapanlara kızmamaktır. Bu konuda sahabelerin hayatlarının örnek alınması gerektiğini ifade eden Muhâsibî sahabelerin Allah'a herkesten daha yakın ve O'ndan daha fazla korkuyor olmalarına ve daha ihlaslı olmalarına rağmen övülmekten hoşlanmadıklarını söylemektedir. Bunun nedeni ise fitneye düşme tehlikesinden korkmalarıdır. Hz. Peygamber'in (s.a.v.) uyarılarını dikkate almak ve onun sakındırdığı övgüden korunmak, zararlarından kurtulmak için çabalamak, övülme fitnesi ile karşı karşıya kaldığında bunun kalbe sirayet etmemesi için gayret göstererek Allah'a sığınmak övgüden bir zarar gelmez düşüncesinden ve övülmeyi sevmekten daha hayırlıdır. Çünkü dünyevi şeylere sevinmek Muhâsibî'ye göre hem *yakışıksız* ve *çirkin* bir durumdur hem de *batıl* ve *aldatmacadan* ibarettir.⁶²²

Muhâsibî övülmeye layık olanın sadece Allah olduğunu, başkalarının buna layık olmadığını vurgular. Çünkü Allah insana tevhid ve iman nimetini veren, ibadet etme ve günahlardan korunma lütfunu bahşeden yegâne İlahtır. Övülme isteğinden kurtulmanın yolu Allah'ı murakabe etmek, imanının çekilip alınmasından korkmak, ibadetlerinin boşa gideceğini düşünmek, Allah'a şükretmek, gönülde en ufak bir övgüden dolayı sevinç duyulduğunda hemen tevbe etmek ve kendisini öven kişinin şerrinden Allah'a sığınmaktır.⁶²³

Muhâsibî baş olma sevdasını ise şöyle tanımlar: “*Kullara karşı büyük olma, onları hizmetine ram etme ve dolayısıyla onları aşağı görme sevgisidir.*” Bu durumda olan

⁶²¹ el-Muhâsibî, 157.

⁶²² A.g.e., 158-164.

⁶²³ A.g.e., 164-167.

kişinin gözü adeta kördür, kendisine söylenen sözlere, verilen ilme, verilen öğüde burun kıvrır ve hiçbirini kabul etmez.⁶²⁴

Galibiyet tutkusu ya da galebe çalma arzusu kişinin bir tartışma esnasında başkasının kendisine üstünlük sağlamasını, kendisine galip gelmesini ve bundan haberi olan kişiler yanında küçük düşmeyi hoş görmemesidir. Amacı karşısındaki insana karşı galibiyet kazanmak, ondan ulu görünmek, saygınlık kazanmak, kendisinin tercih edilen kişi olmasını sağlamaktır. Bu davranışı sergileyen kimse kendisinin haklı çıkmasını beklerken karşısındakinin hata yapmasını ister. Bu özelliğinden dolayı Muhâsibî bu huyu İblis'in tavrına benzetir. Çünkü İblis de kulların Allah'ın dininde hataya düşmelerini, istikamet üzere olmalarını ister.⁶²⁵

Sosyal hayatta insanlar arasında bir mücadele söz konusudur. Öne geçme, insanlar tarafından her türlü övgüye mazhar olma ve baş olma sevdası ile hırslarının kurbanı olup hayatını mahveden pek çok insan görmekteyiz. Öne geçme, baş olma sevdasındaki insanlar genellikle daha çok para kazanma ve çok tüketim adına bu davranışı sergilemektedirler. Bu öyle bir mücadeledir ki hem kendi içlerinde hem de rakipleri ile kıyasıya yarış içerisine girerler. Daima kendilerinin kazanması ve önde olması gerekir. İşler bekledikleri gibi gitmeyip bu yarışta geriye düştükleri zaman ise psikolojik olarak bunalıma düşerler. Bunun neticesinde ise sürekli tüketen ama asla tatmin ve mutlu olmayan bir insan profili ortaya çıkmaktadır. İşte bu yüzden galibiyet tutkusu ve öne geçme arzusunun insan için bir zaaf ve şeytanın bir tuzağı olduğunun farkına varıp bu hataya düşmemek için son derece hassas davranmalı ve tatminkâr olmayı tercih etmelidir.

4.3.7. Çekememezlik (Tehâsüd)

Muhâsibî'ye göre çekememezlik: *“İnsanı ikiyüzlülük ve benzeri şeye sürükleyen durumdur.”* Diğer bir tabirle *“hak ettiği beğeniden daha fazlasını aramak”* demektir. Bu durumda bulunan kişi, riya ve hased duyguları ile birlikte rekabet ettiği kişilerin buldukları mertebenin üstüne yükselmesini istemez. Hatta başkalarının kendisine

⁶²⁴ el-Muhâsibî, *er-Riaye: Nefs Muhasebesinin Temelleri*, 242-243.

⁶²⁵ A.g.e., 246.

üstünlük sağlamaması için, ellerindeki nimetleri kaybetmelerini dahi arzular ve kendinden daha aşağı bir yerde olmalarını ister.⁶²⁶

Çekememezlik insanın gizlediği durumlardan biridir. Genellikle içten ve sinsice bir duygu olan tehâsüd ateşin odunu yediği gibi insanı yer bitirir. Genel tavırları huzursuz ve endişelidir. Karşısındaki insanları tarafsız olarak değerlendirmekten uzaktırlar. Bundan dolayı sağlıklı kararlar almaları ve doğru değerlendirmelerde bulunmaları pek mümkün değildir. Örneğin, karşısındakini çekemeyen bir insan onun yardım yaptığını gördüğünde “gösteriş yapıyor” gibi değerlendirmelerde bulunabilir. Bu dürtüye karşı kişinin alabileceği en iyi tedbir ise düşüncelerini kontrol altına almak ve hüsn-ü zan etmek için kendini zorlamak olmalıdır.

4.3.8. Fitne

Muhâsibî iyi ameller işleyenlerin fitneye düşme tehlikesinin kötü ameller işleyenlere göre daha yüksek olduğunu savunmaktadır. Çünkü iyi amel işleyen insanın kalbinde duyduğu korku, yaptığı amele duyduğu sevgiden fazladır ve dünyevi beklentisinden dolayı fitneye düşecektir. İnsanı en çok fitneye iten durumlar ise: makam-mevki elde etme, lider olma, itibar kazanma, emir ve yasaklarının dinlenmesi, ihtiyaçlarının karşılanması, arkadaşları arasında yaptığı iyiliklerle anılma arzularıdır.⁶²⁷

İnsan yaptığı iyi-güzel amelleri bazen kendisi için kurtarıcı olarak görmektedir. Fakat bu amellere riya, insanlar tarafından övülme, makam-mevki beklentisi ve fitne gibi hasletler girdiği takdirde o ameller artık insanı helak edici hale gelir ve amellerini boşa çıkarır. Bundan dolayı fitne tehlikesine düşmemek için adeta dikenli bir yolda yürüyormuşçasına dikkatli olunması gerekir.

4.3.9. Hased Etmek

Muhâsibî'ye göre Kitap ve Sünnet'e dayalı hased iki çeşittir. Birincisi, haram kılınmamış olanıdır. Bir kısmı farz, bir kısmı mübah, bir kısmı ise amelde noksanlık olarak kabul edilirler. Haram olmayan hasede, “münâfese” (kendinden üstün olanın

⁶²⁶ A.g.e., 245.

⁶²⁷ el-Muhâsibî, *Nefis Adabı (Adabu'n Nüfus)*, 58-60.

derecesini yakalama arzusu) de denilir. Buna delil Kur'an-ı Kerim'de Allah'ın, “İyi şeyler için yarışanlar, bunun için yarışsınlar.”⁶²⁸ ve “Rabbinizin mağfiretini elde etmek için yarışın.”⁶²⁹ ile, “Rabbinizin mağfiretine koşuşun.”⁶³⁰ âyetleridir. Burada kast edilen insanların ibadetleri hususunda birbirlerine heveslenmeleridir. Hz. Peygamber (s.a.v.), “Hased, ancak iki şeyde olur: Biri, Allah'ın kendisine verdiği malı hak yolunda harcayıp tüketen kimse, diğeri, Allah'ın kendisine verdiği ilimle yerli yerince hükmeden ve onu başkalarına öğreten kimse.”⁶³¹ buyurarak hasedin ancak bu iki şeyde olabileceğini belirtmiştir.⁶³² Bu hadis-i şerifte belirtilen helal kabul edilen hased çeşidinin gıpta olarak anlaşılması daha doğru olur. Zira hased, birinin elindeki nimetin, onun elinden çıkarak kendisine geçmesini istemek iken; gıpta, hayır işleyen ve iyilikler yapan bir kimsenin elindeki nimetin yok olmasını düşünmeden, öyle bir imkâna sahip olmayı arzu etmektir.⁶³³ Diğer bir deyişle hased, kıskançlık yapmaktır. Kıskanç insan, kıskandığı kimsenin içinde bulunduğu nimet karşısında üzülmek, elindeki nimetin yok olup gitmesini ister. Münâfese, dini ve dünyevi olmak üzere iki durumda meydana gelir. Dini bir nimetten dolayı münâfese, Allah'a tâatten hoşlanmaktan ve bu tâate ulaştırın sebepler verildiği takdirde, taatte bulunmaya azmetmekten kaynaklanmaktadır. Dünyevi bir nimetten dolayı münâfese ise dünyadan, dünyevi rahatlık ve nimetlerden hoşlanmaktan kaynaklanmaktadır.⁶³⁴ Münâfese olan hasedi haram olan hasedden ayırt edebilmek için daha açık bir şekilde ifade etmek gerekirse münâfese: “Bir kimsede dini veya dünyevi bir nimet görüp, Allah'ın kendisine bu nimeti vermeyişine üzülmek ve o nimete kavuşup o kişi gibi olmayı istemektir.” Burada söz konusu olan nimet sahibinin nimet içerisinde olmasına değil, kendisinin onun gibi olmadığına üzülmektir. Zira kişi Allah'ın farzlarını yerine getirip, haramlarından kaçınan kimseye özenip onun gibi olamıyor oluşunu kıskanıyor ise zaten bu durum Muhâsibî'ye göre olması gereken ve insana nafîle sevabı kazandıran bir ameldir. Fakat başkasında gördüğü nimetler; haram kazanmak,

⁶²⁸ el-Mutaffifin, 83/26.

⁶²⁹ el-Hadid, 57/21.

⁶³⁰ Âl-i İmrân, 3/133.

⁶³¹ Buhârî, İlim 15, Zekât 5, Ahkâm 3, İ'tisâm 13; Müslim, Müsâfirîn 268. İbni Mâce, Zühd 22.

⁶³² el-Muhâsibî, *er-Riaye: Nefs Muhasebesinin Temelleri*, 497-498.

⁶³³ “Ancak İki Kişiyi Gıpta Edilir”, İslam ve İhsan, [05 Mart 2022], <https://www.islamveihsan.com/ancak-iki-kisiye-gipta-edilir-hadisi.html>.

⁶³⁴ el-Muhâsibî, *er-Riaye: Nefs Muhasebesinin Temelleri*, 505.

kazandığını helal olmayan yerlere harcamak ise ve insan bu haramları işleyen kimse gibi olamadığı için üzülyorsa ve onun gibi olmayı istiyorsa bu caiz görülmemektedir. Özetle hasedin helal olanı yani münâfese, kişinin karşısındakinin bulunduğu konumdan aşağı düşmesini, nimetin ondan gitmesini istemeden, onun derecesinden aşağıda olmaktan hoşlanmayıp onunla aynı olmak ve ona yetişmek istemektir.⁶³⁵

İkincisi, tamamen haramdır ve insanı helal olmayan yöne sevk etmektedir.⁶³⁶ Bunun haram olmasının delili ise Kitap ve Sünnette belirtilmesi aynı zamanda ulema tarafından üzerinde icmâ edilmesidir. Haram olan hased insanda kibir, ucb, kin, düşmanlık, nefret, riya, makam-mevki sevgisi, dünya sevgisi veya mala olan tutkusundan dolayı başkasında bir nimet gördüğünde nefsinin bu durumu çekememesinden kaynaklanır.⁶³⁷ Allah'ın kitabında ve Rasulullah'ın (s.a.v) sünnetinde yerilen ve haram kılınan bu hased, insanın karşısındaki kişinin elinde bulunan nimetten dolayı hoşlanmaması, o nimetin ondan gitmesini, yok olmasını istemesidir. Daha açık bir ifade ile bir insanda dini veya dünyevi bir nimet gördüğünde ya da işittiğinde üzülp o nimeti kaybetmesini dilemektir. Bu durumu anlatan ayetlerden bazıları şunlardır: *“Ehl-i kitaptan çoğu, hakikat kendilerine apaçık belli olduktan sonra, sırf içlerindeki haset duygusundan ötürü, sizi imanınızdan vazgeçirip küfre döndürmek istediler.”*⁶³⁸ Ve *“Yoksa onlar, Allah'ın lütfundan verdiği şeylerden dolayı insanlara haset mi ediyorlar?”*⁶³⁹ Muhâsibî'ye göre bu ayetler de belirtildiği üzere Allah onları bir araya getirmek için onlara ilim vermişken onlar sırf hasedleri yüzünden ayrılığı düşmüşlerdir. Bunun temel sebebi ise onların başkasına tabi olmamak ve başkasının sözünü kabul etmek istememeleri ve kendileri üstün olmak istedikleri için başkasının üstün olmasını nefislerine yedirememiş olmalarıdır. Haram olan hased ile ilgili Sünnette bulunan delillerden birkaçı ise şu hadis-i şeriflerdir: *“Haset etmekten sakının. Zira, ateşin odunu (veya otları) yiyip bitirdiği gibi haset de iyilikleri yer bitirir.”*⁶⁴⁰, *“Birbirinizden nefret etmeyin, birbirinize haset etmeyin, birbirinize sırt çevirmeyin. Ey Allah'ın kulları, kardeş olun.”*⁶⁴¹ Ve *“(Önceki)*

⁶³⁵ A.g.e., 499-500.

⁶³⁶ A.g.e., 497.

⁶³⁷ A.g.e., 505.

⁶³⁸ el-Bakara, 2/109.

⁶³⁹ en-Nisâ, 4/54.

⁶⁴⁰ Ebû Dâvûd, Edeb 44. Ayrıca bk. İbni Mâce, Zühd 22.

⁶⁴¹ Buhârî, Edeb, 62.

ümmelelerin hastalığı size de geçmiştir: Hased ve kin.”⁶⁴² Son hadis-i şeriften de anlaşılacağı üzere, hased insan için bir ahlaki/manevi bir hastalıktır ve önceki ümmetlerde olduğu gibi müminler de bu durumun bulunabileceği bildirilmiştir.⁶⁴³

Muhâsibî, başkalarında bir nimet görmekten hoşlanmayan ve bu nimetin gitmesini isteyen bir insan tipini ortaya çıkaran bu haram hasedden kurtulmanın yollarını da zikreder. Bunlardan birincisi; kişinin kıskanıp kin beslediği insanın bir Müslüman olduğunu unutmamasıdır. Bu durum kafirlerin ve İblis’in yaptıklarına benzer. Zira insan din kardeşinin her daim yanında olmalı iken ona düşman gibi davranmaktadır. İşte akıllı bir insan bu hased duygusunun kendisinin dinine ve dünyasına zarar verdiğini düşünerek bu halinden vazgeçmelidir. İkincisi; hased edilen kimse en sevilmeven hatta en büyük düşman bile olsa elinde bulundurduğu nimetin istemekle ondan gitmeyecek oluşunu düşünmektir. Zira Allah, hased edenlerin dediğini yapacak değildir ama bu isteği yüzünden Allah’ın hoşnutsuzluğuna maruz kalır. Bundan dolayı kişi hasedin asıl kendisine zarar vereceğini bilmelidir. Yine mü’min basiret sahibi olmalı ve kendisine neyin faydalı, neyin zararlı olacağını bilerek hareket etmelidir. Üçüncüsü; bütün hasedlerin, İblis’in insanoğluna hased ve düşmanlığından kaynaklandığını bilmektir. Çünkü İblis verdiği fitne ile hased eden kişinin içine düştüğü halden dolayı memnun olur, faziletli amellerden çevirmek ister ve kişinin sevabını engeller. Dördüncüsü; kişinin hased ettiğinde Allah’ın sevdiği ve razı olduğu, vacip kıldığı şeylere muhalefet ettiğini düşünmesidir. Çünkü kişi Allah’ın kendisi için taksim ettiği nimete razı olmayarak hased duygusu beslemektedir. Ayrıca kalbinde bulunan insanlara iyilik etme gibi duygulardan da mahrum kalır. Beşincisi; Allah ve Resulü’nün (s.a.v.) hasedi yermesi ve bunu huy edinenden hoşlanmadığını belirtmesidir. Altıncısı ise; hasedden dolayı insanın kalbinde oluşacak üzüntü, iç daralması, dünyayı elde edemediğine fazla üzölmek gibi durumları düşünmesidir. İşte tüm bu yollar insanın hasedi bırakmasına yardımcı olur.⁶⁴⁴

Hased eden insanın karşısında görüp hoşlanmadığı şey genellikle mal-mülktür. Özellikle akrabalar arasında öne çıkan bu tutum kapitalizmin empoze ettiği “onda var ben de neden yok” düşüncesi ile daha da körüklenmektedir. Hasedin olduğu bir

⁶⁴² Tirmizi, Sünen, K. Kıyameh, 56; Ahmed b. Hanbel, Müsned, I, 165, 167.

⁶⁴³ el-Muhâsibî, *er-Riaye: Nefs Muhasebesinin Temelleri*, 500-503.

⁶⁴⁴ A.g.e., 513-520.

toplumda zamanla huzur yok olur. Halbuki insanın takılması ve düşünmesi gereken nokta, karşısındaki insanın hangi zorlukları aşarak o imkanlara sahip olduğu düşüncesi olmalıdır. Bu düşünce ile hareket eden insan başkalarının ne yaptığını ne giydiğini ne yediğini önemsemek yerine kendi motivasyonunu sağlayarak “ben elimde olan imkanlar ile daha iyisini nasıl yapabilirim?” düşüncesine sarılacaktır. İşte bu bakış açısı bireyin kendi bilincini geliştireceği gibi toplumsal ilişkilerin zarar görmesini de engelleyecektir.

4.3.10. Arkadaş/Dost Seçimi

İnsanın arkadaş/dost seçimi noktasında son derece dikkatli davranması gerektiğini savunan Muhâsibî, bu konuda şu anlamlı tavsiyede bulunmaktadır: “*Önce komşunu seç sonra ev al; önce yol arkadaşını seç, sonra yola çık.*” Buna göre insanın bir işe başlamadan evvel kendisine destek olacak ve yol arkadaşlığı yapacak kişinin belirli özelliklere sahip olması gerekir. Muhâsibî’ye göre insan mü’min ve sadık kimseleri dost edinmeli, gıybetçi, hasetçi, yalancı, iftiracı, iki yüzlü, laf taşıyıcı ve münafık kimseler ile dost olmaktan sakınmalıdır. Bu kişilerin insanı hem dünyada hem de ahirette azaba götüreceğini, bundan dolayı bu özellikleri taşıyan kişilere karşı dikkatli olunması gerektiğini vurgulamaktadır. Bunların dışında Muhâsibî insanın özellikle kendi nefesine karşı dikkatli olması gerektiği çünkü insana hem gizli hem de gerçek düşmanın kendi nefsi olduğunu söylemektedir.⁶⁴⁵

Muhâsibî insanın kimlerle arkadaş olması gerektiği ile alakalı ise yalnızca muttaki ve akıllı insanlarla arkadaşlık kurulması gerektiğini, alim ve basiretli insanlar ile birlikte olunması gerektiğini vurgular.⁶⁴⁶

Atalarımız “bana arkadaşını söyle, sana kim olduğunu söyleyeyim”, “üzüm üzümüne baka baka kararır” demişlerdir. Hakikaten de insanın kaderinde arkadaş veya dost edindiği kişilerin özelliklerinden pay vardır. Bundan dolayı kişinin arkadaş seçimlerinde çok titiz davranması gerekmektedir. Ayrıca iyilik yapanı unutmamak, gördüğü yardımları ve fedakarlıkları akıldan çıkarmamak kişinin vefasının bir göstergesidir. İnsan arkadaş seçimlerinde titiz davrandığı gibi vefa ile bu arkadaşlığını

⁶⁴⁵ el-Muhâsibî, *Tevbenin İlk Adımı (Şerhu'l Marife ve Bezlu'n Nasihâ)*, 202-203.

⁶⁴⁶ el-Muhâsibî, *Hakikati Arayanlara Kılavuz (Risaletü'l Müsterşidin)*, 117-122.

desteklemelidir. Nitekim vefa duygusu beraberinde huzur ve güven ortamını doğurmaktadır.

4.4. Haris El-Muhâsibî'de İnsanın Manevi Boyutu

4.4.1. İnanç Yönüyle İnsanın Manevi Boyutu

Mümin olmanın belirtisi Allah'ın rızasına göre davranmak, amelleri buna göre yapmak ve ahireti dünyaya tercih etmektir. Müminler içerisinde en hayırlıları ise alimlerdir. Bunlar insanlara nasihat eder, onları Allah'a çağırır ve peygamberlerin yolunu takip ederler. Onların peşinden gidenler kurtuluşa erip hem dünyada hem de ahirette mutlu olurlar ve kurtuluşlarına vesile oldukları kişilerin ecirleri kadar sevap kazanırlar.⁶⁴⁷ İşte bu kimseler Allah'ın yeryüzünde en çok sevdiği, O'nun yolunda en çok hayır işleyenlerdir. Nitekim Allah Teala Yüce Kitabında şöyle buyurmaktadır: “*Allah'a çağıran, salih amel işleyen ve ben Müslümanlardanım diyen kimseden daha güzel sözlü kim vardır?*”⁶⁴⁸

Muhâsibî mü'min insanın niyetinin amelinden yani yaptığı işlerden daha kıymetli ve daha hayırlı olduğunu savunmaktadır. Çünkü amele riya karışma ihtimali olduğu halde mü'minin niyeti temizdir ve riyadan uzaktır.⁶⁴⁹

İman insanın hayatına anlam katarak neden var olduğunun bilincine varmasını sağlamaktadır. Yaratıcının varlığına inanan insanda hayata karşı bir motivasyon oluşur. İman eden insan dünyada yalnız olmadığını, onu gören, gözeten ve merhamet eden bir ilahi gücünü hisseder ki bu his insanda ruhsal bunalım, depresyon, anksiyete ve anlamsızlık gibi rahatsızlıkların yaşanmasına engel olur.

Çağımızın en sık görülen psikolojik rahatsızlıklarından olan depresyona en çok yaşam gayesini kavrayamamış, dünya hayatına sıkıca bağlanan ve ilahi bir güce kendini bağlamayan kişilerde rastlanmaktadır. Depresyonun belirtileri konsantrasyon bozuklukları, gerginlik, bunaltı, endişe, karamsarlık, unutkanlık ve dalgınlıktır.⁶⁵⁰ Bu

⁶⁴⁷ el-Muhâsibî, *Hakk'ı Arayanlara Nasihatler*, 30.

⁶⁴⁸ Fussilet, 41/33.

⁶⁴⁹ el-Muhâsibî, *Hakk'ı Arayanlara Nasihatler*, 95.

⁶⁵⁰ Nevzat Tarhan, *Mutluluk Psikolojisi Stresi Mutluluğa Dönüştürmek* (İstanbul: Timaş Yayınları, 2004), 102-107.

hale giren insanda geleceğe karşı kaygı ve ümitsizlik hali görülür ve değersiz bir varlık olduğunu düşünür. Bu psikolojik rahatsızlığın temelinde manevi boşluk, teslimiyet ve tevekkül eksikliği bulunmaktadır.

İman eden insan, yüce bir varlığa dayanıp güvendiğinden teslimiyet içerisinde hayatına devam eder ve psikolojik olarak sağlıklı ve dengeli bir yaşam sürer. Karşısına çıkan olumsuzluklara karşı teslimiyet içerisinde yaratıcısına sığınır ve güç bulur. İnancı ve teslimiyeti sayesinde hiçbir zaman ümitsizliğe düşmez, çektiği sıkıntıların mükafatını alacağını bilmesi ona kuvvet verir.

İnsan zor zamanlar geçirdiğinde ve kendini çaresiz hissettiğinde yüce bir varlığa sığınma ve inanma ihtiyacı hissetmektedir. Bunun yanında maddi zorluklar ve hastalıklar karşısında sahip olduğu inanç dayanıklı olmasını sağlamaktadır. İnancın insana sağladığı olumlu psikoloji ile motivasyon artar ve birey hem kendine hem de etrafındakilere karşı faydalı hale gelir. Ayrıca inanma duygusu insanda ruhsal yönde olumlu etkiler uyandırdığı gibi bedensel olarak da pek çok rahatsızlığın giderilmesinde de etkilidir. Bilindiği gibi bedensel pek çok rahatsızlığın altında stres, kaygı, öfke, depresyon vb. psikolojik rahatsızlık bulunmaktadır. İşte bu noktada inanç insanın ruhsal problemlerine çözüm bulduğu gibi bedensel rahatsızlıkların ortaya çıkmasına da engeldir. Dolayısıyla inancın vermiş olduğu ruhsal motivasyon insanın fiziksel olarak da iyi olmasına olumlu katkı sağlamaktadır. Öyle görülüyor ki inanma duygusu insanın olumlu ve sağlıklı bir psikolojiye sahip olabilmesi için son derece gereklidir.

4.4.2. İbadet Yönüyle İnsanın Manevi Boyutu

4.4.2.1. Allah'ı Anmak/Zikir Çekmek

Muhâsibî zikir konusunda insanları iki grupta değerlendirmektedir. Birinci gruptakiler, Allah'ı dilleri ile zikrederler fakat kalpleri bundan gafilidir. Bu kimseler zikrin lezzetinden mahrum kalırlar. Diğer gruptakiler ise, Allah'ı hem dilleri ile hem de kalpleri ile zikrederler. Bu kişileri ise imanları ve kalplerindeki zikir sayesinde şeytanın kandırması çok zordur.⁶⁵¹

⁶⁵¹ el-Muhâsibî, *Tevbenin İlk Adımı (Şerhu'l Marife ve Bezlu'n Nasihâ)*, 198.

Zikir sanıldığı gibi aksine Allah'ın isim ve sıfatlarının yalnızca dil ile ifade edilmesinden ziyade Allah'a teslimiyetin kalp ile anılmasıdır. Ayette: “*Rabbini gönülden (samimi) ve korkarak, içinde hafif bir sesle sabah-akşam zikret; gafillerden olma*” şeklinde buyrulması da zikrin kalpten ve samimi bir şekilde yapılması gerektiğini vurgulamaktadır. Kur'an'ın bu şekilde vurguladığı zikir, kalbin fonksiyonlarından biridir. Bundan dolayı zikir kalbe huzur ve sükûnet verir. Zikir sayesinde insan kalbindeki katılıklardan arınır, kalbinde oluşan gam ve kederden, hüznün ve sıkıntıdan kurtulur. Zikir bir tür bilinç hali olduğundan ruhun uyanık kalmasını sağlar. Dünyevi korkulara ve endişelere karşı Allah'ın varlığına sığınarak umut aşılar.

4.4.2.2. Namaz Kılmak

Muhâsibî, namaz öncesinde ve namaza başlarken bazı hususların yerine getirilmesi ile namaza hazırlık yapılması gerektiğini vurgular. Namaz öncesinde insanın şu üç hususa riayet etmesi gerekmektedir: İlk olarak; namaz için abdest alınmalı ve su ile güzel bir temizlik yapılmalıdır. İkinci olarak; beden, elbise ve namaz kılınacak yer temizlenmelidir. Üçüncü olarak ise; Allah'ın rızasını kazanmak amacıyla namaz kılmaya niyet etmektir. Namaz kılınacağı zaman ilk iş olarak içine herhangi bir şey kaçmamış su ile abdest alınması gerektiğini söyleyen Hâris, abdeste niyet ederek ve Allah'ın adını anarak başlanması gerektiğini vurgular. İnsan abdest suyuna değdiği vakit Allah'ın rızası için temizlenmek, O'nun için abdest almak suretiyle O'nu tazim eder. Abdest esnasında insan bütün günahlarından tevbe etmelidir. Her bir uzvunu yıkarken günahlarının uzuvlarından dökülmesi için dua etmelidir. Şayet böyle yaparsa zahiri temizliğin yanında manevi temizlik yani kalp temizliği de yapmış olur.⁶⁵² Nitekim Allah-u Teala şöyle buyurmaktadır:

*“Kuşkusuz ki Allah, tevbe edenleri ve temizlenenleri sever.”*⁶⁵³

Hz. Peygamber (s.a.v.) ise bu hususta şöyle buyurmuştur:

“Bir Müslüman / bir mümin abdest alırken, yüzünü yıkadığında, gözleriyle (harama bakarak) kazandığı günahlar su ile birlikte / veya suyun son damlasıyla

⁶⁵² el-Muhâsibî, *Helal Rızık ve Namazın Anlaşılması*, 101-103.

⁶⁵³ Bakara, 2/222.

birlikte yüzünden akar gider. Ellerini yıkadığında, onların yaptığı kötülüklerden dolayı kazandığı günahların hepsi su ile birlikte / veya suyun son damlasıyla birlikte çıkar/akar gider. Bu adam ayaklarını yıkadığında ise, iki ayağının kötülüğe yürüyerek kazandığı bütün günahlar o su ile / veya suyun son damlasıyla çıkar gider, öyle ki (adam) bütün günahlarından tertemiz olur.”⁶⁵⁴

Namaza başlarken ise şu üç husus önemlidir: İlk husus; kibleye yönelmektir. İkinci husus; namaz esnasında dünyevi şeyler düşünmemeye gayret etmektir. Üçüncü husus ise; elleri kaldırarak tekbir getirmektir. Bunların yanında namaza başlarken Allah'ın rızasını istemek, O'nun kudretini düşünerek tazim etmek ve O'nun huzurunda olduğunu unutmamak gerekmektedir.⁶⁵⁵ Nitekim Hz. Peygamber (s.a.v.) şöyle buyurmaktadır:

“Kul namaza kalktığı zaman yüzünü kibleye çevirdiği gibi bütün istekleriyle ve bütün kalbiyle Allah'a teveccüh ederse, namazını bitirdiğinde anasından doğduğu günkü gibi olur.”⁶⁵⁶

İnsan namaz kılmak için Allah'ın huzuruna çıktığında Allah'tan başka her şeyi unutarak O'nun huzurunda olduğunun bilinci ile adeta dünyayı terk etmelidir. Aklından ve kalbinden dünyevi olan ne varsa atıp Allah'a yönelmelidir. Namaza girdiği sırada Allah'ın kudretinin yüceliğini ve azametini düşünerek O'na olan münacatını bozacak her şeyi terk etmeli; namazı yalnızca Allah'a itaat etmek, O'nun emrine icabet etmek için kıldığını hatırlamalıdır. Namaz esnasında okuduğu ayetlerin ilahi emirlerini, nehiyelerini, vaatlerini ve uyarılarını düşünmeli ve okuduğu tesbihatları ve duaları anlayarak Allah'ın huzurunda huşu ile durmalıdır. Tüm bunların yanında Allah'ın kendisini neden huzuruna davet ettiğini, namaz ibadetindeki maksadın O'na itaat ile yakınlaşmak olduğunu ve namaz davetinin ne kadar muazzam bir lütuf ve nimet olduğunu unutmamalıdır. Kıldığı namazı son namazı gibi kılmalı, belki de bundan başka namaz kılamayacağını düşünerek bu namazı en güzel şekilde kılmak için gayret etmelidir.⁶⁵⁷ Bu hususta Hz. Peygamber (s.a.v.) şöyle buyurmaktadır:

⁶⁵⁴ Müslim, Taharet, 32.

⁶⁵⁵ el-Muhâsibî, *Helal Rızık ve Namazın Anlaşılması*, 107-108.

⁶⁵⁶ Müslim, Kitabu'l-Müsafirîn, 294.

⁶⁵⁷ el-Muhâsibî, *Helal Rızık ve Namazın Anlaşılması*, 108-110.

*“Namazına durduğun zaman veda edenin namazı gibi namaz kıl!”*⁶⁵⁸

İnsan huşu ile namaza yönelir, namazda okuduğu ayetlerin manalarını düşünür, Allah korkusundan gözlerini hiçbir tarafa çevirmeden ve namaz boyunca aklına dünyevi hiçbir şey getirmeden bu haline devam ederse kendisine dinde basiret verilir. Çünkü insanın Allah’tan en çok korktuğu, O’na en çok haşyet duyduğu, kalbini O’na en çok yönelttiği ve O’nun kelamını okuyup O’na en çok münacaat ettiği zamanlar namazda olduğu anlardır. Bu yönüyle namaz, insanda manevi bir atmosfer oluşturması bakımından günahlara girmekten alıkoyar.⁶⁵⁹ Nitekim Allah-u Teala namazı hakkıyla kılan insanın çirkin işlerden uzak duracağını şöyle buyurmaktadır:

*“Kuşkusuz ki namaz, hayâsızlıktan ve kötülükten meneder.”*⁶⁶⁰

Muhâsibî namazı eda etme konusunda insanları üç grupta değerlendirir. Birinci gruptakiler, namaza durduklarında kalplerinde dünyevi şeyleri taşırlar. Dünyalık işleri düşünmekten kalplerini tam olarak namaza veremezler. Bundan dolayı bu kimseler Allah’la buluşmaktan ve onun ikramlarından uzaktırlar. İkinci gruptakiler, namaza durduklarında kalplerinde korku ve ürperti hali olur. Bunun sebebi namazlarının Allah katında kabul edilmeyeceğinden endişe duymalarıdır. Hata yapmaktan çok korktukları için ufak bir hatada dahi namazlarını tekrar iade ederler. Bu kimselerin ecri namazlarındaki huşu ölçüsündedir. Üçüncü grup ise daha namaza başlamadan önce nefislerini hesaba çekerler. Böylelikle kalplerine Allah korkusu yerleşir ve namazda kendilerini Allah’ın huzurunda hissederler. İşte bu kimselerin üzerine kıldıkları namazın güzelliği sayesinde semanın bulutlarından iyilik yağdırılır ve her tarafları melekler tarafından kuşatılır.⁶⁶¹

Namazda hem kalbin hem de bedeninin huşu ile Allah’a yönelmesi gerektiğini savunan Muhâsibî insanın bu durumdan gafil olmaması için çok dikkatli davranması gerektiğini savunmaktadır. Bundan dolayı Allah’ı çokça murakabe etmeli, Allah’ın karşısında adeta kölelerin efendi karşısında durdukları gibi durmalı ve O’nu hakkıyla tazim ederek huzurunda ürperti duyulmalıdır. Ona göre namazda gözleri kısmak ve omuzları tevazu ile indirmek Allah’a duyulan derin saygının bir göstergesidir.

⁶⁵⁸ İbn Mace, Zühd, 15.

⁶⁵⁹ el-Muhâsibî, *Helal Rızık ve Namazın Anlaşılması*, 115-116.

⁶⁶⁰ Ankebut, 29/45.

⁶⁶¹ el-Muhâsibî, *Tevbenin İlk Adımı (Şerhu’l Marife ve Bezlu’n Nasihâ)*, 198-199.

Namazların içtenlikle ve huşu içerisinde kılınması için insanın alimleri ve sahabeleri örnek almaları gerektiğini ifade eden Muhâsibî onların namazlarını şöyle tarif eder:

Alimler namaza durduklarında, kendilerini dünyevi herhangi bir şeyle meşgul edecek, dikkatlerini ve huşularını bozacak bir şey olmasından korkarlardı. Böyle bir şeyi yapmak onlar için ancak unutarak olabilirdi.

Bunun yanında namazlarını titizlikle eda eden hayırlı insanların özelliklerinden ise şöyle bahseder:

Onların kimi namazda adeta katlanmış bir elbise gibi iki büklüm olur, kimi de kuru bir ağaç gibi dış dünya ile irtibatını keserdi. Kimisinin ise namazda Allah'ın huzurunda bulunmanın verdiği mehabet nedeniyle rengi değişir, kimisi sağındaki solundakini tanıyamaz hale gelirdi. Kimisi de namaza kalktığında adeta yontulmuş odun gibi mahzun ve huşu içerisinde olurdu.

İşte bundan dolayı Muhâsibî'ye göre insanlardan pek çoğu namaz kılar ancak aralarında derece farkları bulunur; kimi alimler ve sahabeler gibi kalbini Allah'a yöneltip huşu içerisinde namazını kılarken kimi ise kalbinde gaflet ve aklında dünyalık işler ile Allah'ın huzurunda bulunmaktadır. Muhâsibî insanın namazdan eli boş çıkmamak için düşünerek, okuduklarının anlamını bilerek namazını eda etmesinin önemini vurgular. Zira insan bedenle birlikte kalbin de ilahi huzurda birlikte olmadığı bir namazdan fayda görmeyecektir.⁶⁶²

Gece namazı konusunda da Muhâsibî benzer bir şekilde insanları üçe ayırmaktadır. Bunlar: Ganimet ehli, Selamet ehli, Hüsrân ehli. Ganimet ehli olanlar, insanların gaflette oldukları düşüncesiyle kendilerini ibadete verenlerdir. Bu kimseler ibadetlerinin sevabını alan ganimet ehli kişilerdir. Hüsrân ehli olanlar, geceleri gaflet içinde çeşitli günahlara dalarak kendilerine yazık edenlerdir. Kalbi selim olanlar ise gece ve gündüzlerini ibadet ile geçiren, insanlara karşı hüsn-ü zan besleyen ve kimseye bir kötülük yapmayanlardır.⁶⁶³

Namaz insanın Allah'ın huzurunda yükselmesi ve arınmasıdır. İnsana nefsinin kontrol etme imkânı veren namaz Allah ile bir buluşmadır. Namazla insan dünyevi hırslarından, makamından, nefsinden sıyrılarak kulluğunu ve acizliğini kabul eder.

⁶⁶² el-Muhâsibî, *Hakk'ı Arayanlara Nasihatler*, 111-116.

⁶⁶³ el-Muhâsibî, *Tevbenin İlk Adımı (Şerhu'l Marife ve Bezlu'n Nasihâ)*, 200.

İman eden insan namaz sayesinde gündelik stresten, kaygılardan ve üzüntülerden uzaklaşır. Günlük hayatta pek çok sorun ile karşılaşan insan için namaz adeta bir nefes alma ve ferahlama vesilesidir.⁶⁶⁴ İbadetlerin en ulvisi olan namazda amaç Allah'a teslim olmaktır. Namaz insanı Allah'a yakınlaştırır. Allah'a kendini yakın hissedince umudu güçlenir içinde gönül rahatlığı meydana gelir. Namazın insana huzur verdiğini Hz. Peygamber (sav) de şu şekilde ifade etmiştir: *“Bir topluluk Allah'ı zikretmek üzere oturursa, melekler onları kuşatır, rahmet onları kaplar, üzerlerine sekine (huzur, feyiz) iner ve Allah onları yanındakilere (meleklerle) zikreder.”*⁶⁶⁵

Namaz insanın ruhuna olumlu etki yapar, yüce bir varlığa sığınmak ona rahatlama hissi verir ve ümidini artırır. Karşılaşmış olduğu zorluklar karşısında kaygı ve strese neden olan tüm olaylar karşısında güçlü bir psikolojiye sahip olur.

Namaz ruh sağlığına fayda sağladığı gibi beden sağlığına da iyi gelmektedir. Malay Üniversitesi'nde yapılan bir çalışmada, namazın kalp ve omurga sağlığına olumlu etkisinin olduğu ve namaz esnasında dua okurken hafıza gücünün arttığına dair bulgular saptanmıştır. Ayrıca düzenli olarak beş vakit namaz kılan kişilerin namazda uyguladıkları hareketlerden dolayı daha dinç ve bedenlerinin daha sağlıklı olduğu görülmüştür.

Sonuç olarak namaz, insanın hayatına bir ritüel olarak girerek onun hayatı daha anlamlı, ümitli görmesini sağlamakta; psikolojik bunalıma, anlamsızlığa düşmesini engellemektedir.

4.4.2.3. Kur'an Okumak

Kur'an'ı insan için bir yol gösterici olarak gören Muhâsibî, onu okurken niyetin içerdiği derslerden, öğütlerden, müjde ve uyarılardan ibret almak, helal ve haramlarını bilmek, farzlarını ve diğer hükümlerini anlayıp uygulamak olması gerektiğini vurgular. Allah Teala bu hususta *“Kendilerine kitap verdiklerimiz onu hakkıyla okurlar. İşte onlar ona iman ederler.”*⁶⁶⁶ buyurmaktadır. Ona göre insan Kur'an'ın hükümlerini ne kadar iyi öğrenir ise o kadar çok sevaba nail olur ve üst mertebelere

⁶⁶⁴ Peker, *Din Psikolojisi*, 115.

⁶⁶⁵ Müslim, Zikir 25.

⁶⁶⁶ Bakara, 2/121.

yükselir; ancak Kur'an'ın hükümlerini ihlal eder ve niyeti sadece sevap kazanmak olursa elde edeceği sevaptan da mahrum olur. Çoğu insan Kur'an okur ancak bunların aralarında derece farkları vardır. Kimi Allah'ın kitabını hükümlerini ihlal ederek sırf sevap kazanmak amacıyla okur. İşte bu hiç Kur'an okumamak gibidir. Kimi ise Kur'an okumayı bilmediği halde onun hükümlerini uygular. Böyle bir durumda hükümleri uygulayan insan Allah katında daha değerli ve amelleri de daha makbuldür.⁶⁶⁷

Kur'an okuyan insan Rabbi ile muhatap olma şerefine nail olur. Bu şerefe nail olan insan Rabbi ile konuştuğu bilinci ile psikolojik olarak rahatlar. Çünkü Kur'an okumak iman eden insana Rabbi ile bağ kurduğunu hissettirir. Bu bağ sayesinde kendini, varlığını ve çevresini daha anlamlı görmeye başlar. Netice itibariyle Kur'an okumak ruhu arındırır, güçlendirir ve hem birey hem de toplumda huzur ve güvenin tesis edilmesinde etkilidir.

4.4.2.4. Oruç Tutmak

Muhâsibî'ye göre oruç tutmak, nefsin inadını kırmanın en etkili yoludur. Oruç sayesinde nefsin yeme-içme ile kuvvet kazanan güçleri hafifleyecek ve günahlara olan meyli azalacaktır. Tüm bunların neticesinde ise nefis, kendisini kötülüğe sevk eden şeyleri terk ederek bunların yerine kendini iyiliğe yöneltecek şeyleri geçirecektir.⁶⁶⁸

İnsanların pek çoğu oruç tutarlar fakat aralarında derece farkları vardır. Bunlardan bazıları oruçlu olduğu halde bütün uzuvlarını haramdan korur, iftarını helale uygun hale getirir, hal ve tavırlarında Allah'ın rızasına uygun hale getirir; bazıları ise günahlardan kaçınmadan, iftarını haram karıştırarak yaparak sadece aç durarak orucunu tutmaktadır. Böyle bir durumda ilk bahsedilen kimselerin tuttuğu oruç Allah katında daha kıymetlidir.⁶⁶⁹

Oruç tutarken kişi bazen gündüzünde neredeyse hiçbir iyilik yapacak takatte olmaz, zayıf düşerek ilimlerin peşinden koşamaz, hastaları ziyaret edemez, namaz kılmaya güç yetiremez ise böyle bir durumda nafile oruç tutmaması daha doğrudur. Bazen şeytan ve nefis insanı daha fazla iyilik ve ibadet yapmak hususunda daha güçlü olmak

⁶⁶⁷ el-Muhâsibî, *Hakk'ı Arayanlara Nasihatler*, 133-135.

⁶⁶⁸ el-Muhâsibî, *Tevbenin İlk Adımı (Bed-ü Men Enabe İllallah)*, 20-22.

⁶⁶⁹ el-Muhâsibî, *Hakk'ı Arayanlara Nasihatler*, 119.

düşüncesi ile oruç tutmamak ile kandırmak ister. Bu görevlerden sadece bir kısmı aksarsa yine oruç tutmak doğru olur, kişi nefsinin oruç tutmamak ile aldatmamalıdır.⁶⁷⁰

Orucun insan sağlığına olumlu etkisi tıbben bilinmektedir. Çünkü oruç insan bedenini doğrudan etkileyen yeme-içme ile ilgili bir ibadet biçimidir. Hz. Peygamber (sav) de orucun insan sağlığına olan olumlu etkiyi şöyle ifade etmektedir: “*Oruç tutunuz ki, (madden ve mânen) sıhhat bulasınız!*” (Heysemî, 203 III, 179). Oruç sayesinde vücutta birikmiş toksinler vücuttan atılarak dokular temizlenmektedir. Böylelikle vücut adeta yenilenir ve daha sağlıklı bir hale gelir. Beden sağlığının iyi olması insanın ruh sağlığına da olumlu katkı sağlamaktadır.

Oruç insanın sahip olduğu olumsuz özelliklerini terk ederek, olumlu özellikleri kazanması ve alışkanlık haline getirmesi için bir vesiledir. Aynı zamanda insanın sahip olduğu olumsuz davranışları fark etmesinden dolayı hem iradesini güçlendirmekte hem de ahlaki davranışlar sergileyebilecek erdemler kazanmasına vesile olmaktadır. Bu manada oruç ibadeti ile en çok ilişkili olan erdem sabırdır. Oruç sayesinde insan hayatta karşısına çıkan zorluklara karşı psikolojik olarak dayanıklı hale gelmektedir. Oruç ibadetinin insana kazandırdığı olumlu özelliklerden bir tanesi de kişiye öz denetim becerisi kazandırmasıdır. Öz denetim sayesinde insan bir amaç için çaba sarfederken davranışlarını ve tepkilerini kontrollü olarak gerçekleştirmektedir. Bu açıdan oruç, bedeninin arzu ve isteklerine karşı öz denetim sağlayarak olumsuz özellikleri engelleme konusunda insana güç vermektedir.

İnsan psikolojisi üzerinde orucun psikolojik etkileri incelendiğinde orucun öz denetimi arttırdığı, sabrı güçlendirdiği, merhametli olmayı ve yardımseverliği teşvik ettiği görülmektedir. Ayrıca oruç stres, kaygı, depresyon gibi duygular oruç tutanlarda daha az görülmektedir.

Sonuç itibarıyla oruç insanın manevi yönünü geliştirerek ruhen derinleşmesinde, manevi açıdan olgunlaşmasında ve olumlu psikolojik özellikler kazanmasında önemli bir rol oynamaktadır.

⁶⁷⁰ el-Muhâsibî, *er-Riaye: Nefs Muhasebesinin Temelleri*, 149.

4.4.2.5. Dua Etmek

Duanın gizli yapılmasının gerekliliğini savunan Muhâsibî bu durumu şöyle aktarır: “Dualarınızı sadece sizinle Allah arasında kalacak şekilde gizli yapınız; çünkü böylesi Allah’ın rızasına daha uygun ve sevaba daha layıktır.” Bu görüşünü sahabe uygulamalarına dayandıran Muhâsibî sahabelerin çok dua ettiklerini fakat seslerinin hiç duyulmadığını hatta fısıldayarak dua ettiklerini söylemektedir. İnsanların pek çoğu dua etmektedirler fakat aralarında derece farkları bulunmaktadır. Bunlardan bazıları kalabalık içinde açıkça dua ederler ve ettikleri duaya fitne karıştırırlar; bazıları ise içten, samimi ve gizli bir şekilde dua ederler. İşte insanın bu iki grup arasında tercih etmesi gereken dualarını gizliden yapan kimselerdir. Böyle yaptığı takdirde Allah’ın salih kulları arasında yer alacaktır. Bunun yanında insan sadece dili ile değil aynı zamanda kalbi ile de dua etmelidir; çünkü böyle dua etmek daha etkilidir.⁶⁷¹

Muhâsibî’ye göre Allah’a samimiyetle dua eden, O’na sığınan insan, Allah’ı kendisine merhametle muamele eden bir sığınak olarak bulacaktır. Nitekim Allah-u Teala kalbinde sadece Allah’a yer vererek ve yalnızca kendisini dileyerek huzurunda dua eden kulunun duasına icabet ederek kuluna yardımlarını gönderecektir.⁶⁷²

Dua insan ile Allah arasında bir iletişim biçimidir. Başka bir deyişle dua bireyin Allah’la irtibat kurması, O’na derdini anlatması, O’nunla konuşmasıdır. İnsanın duaya yönelmesi acziyetini fark etmesi ile başlar. İnsan nasıl havaya, suya, ekmeğe muhtaçsa yaratıcısına sığınmaya da muhtaç bir varlıktır. Aynı zamanda sınırsız ihtiyaç ve arzularla donatılmıştır. İnanan insandaki bu acziyet duygusu bir süre sonra içsel bir huzursuzluğa neden olur. İşte dua sayesinde insan bu sıkıntılarından kurtulup rahatlama fırsatı bulur. Psikolojisinin bozulduğunu hissederek sıkıntı yaşayan insan kendisine dua sayesinde bir sığınak oluşturduğunda sıkıntı ve kaygıları azalmaktadır. Bu açıdan dua insan için güvenli bir liman gibidir. Bu rahatlık hissi insanda kendisini duyan, gören, bilen ve ihtiyaçlarını gözetten bir varlık olduğunu bilmesinden kaynaklanmaktadır. Nitekim ayette “Kullarım, beni senden sorarlarsa, (bilsinler ki), gerçekten ben (onlara çok) yakınım. Bana dua edince, dua edenin duasına cevap veririm.” buyrulmaktadır. İnsanın istek ve arzularını, sıkıntılarını, yakarışlarını duyan

⁶⁷¹ el-Muhâsibî, *Hakk’ı Arayanlara Nasihatler*, 129-131.

⁶⁷² el-Muhâsibî, *Hakikati Arayanlara Kılavuz (Risaletü’l Müsterşidin)*, 147-148.

bir yaratıcısının olması ve bu duasına karşılık bulma hissi onda hem ruhsal hem de fiziksel olarak iyileşme oluşmasını sağlar. Şayet bu his olmazsa, insanda ihtiyaçların karşılanmamasından ve yoksunluk hissini vermiş olduğu durumdan dolayı zamanla organizmada psikolojik ve fiziksel rahatsızlıklar ortaya çıkabilmektedir.⁶⁷³ Bu manada dua, insanı isteklerinin duyulmamasından kaynaklı ortaya çıkabilecek sıkıntı halinden kurtararak ruhuna sakinlik vermektedir.

Dua çağımızın en çok rastlanan ruhsal rahatsızlıklarından yalnızlık, anlamsızlık, kaygı, stres, depresyon gibi sorunlara karşı insanın psikolojisini koruyarak ruhsal yönünü güçlendirir. İnsanın ruh sağlığının iyi olması dolaylı olarak toplumun da huzuru açısından önemlidir. Zira ruh sağlığı yerinde olmayan birinin ne kendine ne de başkalarına fayda sağlaması mümkün değildir. Dua eden insan dini yönden vazifelerini yapmaya çalıştığı gibi ahlaki olarak da olgunluk kazanır. Sürekli dua eden insanda alçakgönüllülük, sorumluluk bilinci gibi güzel hasletler görülür ve kin, öfke, kıskançlık, hırs gibi kötü duygu ve düşünceler azalır, etrafındaki kişiler için güzel düşünmeye başlar. Duanın psikolojiye olumlu etki sağladığının en belirgin olduğu zaman ise insanın muhtaç, çaresiz veya hasta olmadığı zamanlarda yaptığı dualardır. Bundan dolayı sadece çaresiz hissedildiğinde değil mutlu ve huzurlu hissedildiğinde de duayı bırakmamak psikolojik iyi oluş açısından son derece önemlidir.

4.4.2.6. Tevbe Etmek

Muhâsibî “Allah tevbe edenler için çok bağışlayıcıdır.” (İsra 17/25) ayetindeki ‘tevbe edenler’ kelimesinin anlamını ‘Allah’a dönenler’ olarak nitelendirmektedir. Buradan hareketle Allah’a varmak isteyen kişinin öncelikle tevbe etmek ile bu yola başlaması gerektiğini söyleyebiliriz. Genel manada ise tevbeyi şu şekilde tanımlamaktadır: “İşlenen kötü fiillerden pişmanlık duymak, bir daha böyle bir şey yapmamaya, günahta ısrar etmemeye, tevbeyi bozmamaya azmetmek, günaha götürecek sebeplerden korkup uzaklaşmaktır.”⁶⁷⁴

⁶⁷³ Baymur, *Genel Psikoloji*, 95.

⁶⁷⁴ el-Muhâsibî, *Tevbenin İlk Adımı (El-Kasd ve'r Rucu İlallah)*, 49; el-Muhâsibî, *Allah'a Dönüş (El-Kasd ve'r Rucu İlallah)*, 13; el-Muhâsibî, *Allah'ı Arayış (El-Kasdu ve'r-Rucu'u İlallah)*, 7; el-Muhâsibî, *Hakikati Arayanlara Kılavuz (Risaletü'l Müsterşidin)*, 177-78.

'Ey iman edenler! Topluca Allah'a tevbe ediniz. Böylece umulur ki kurtuluşa erersiniz.' (Nur, 24/31), 'Ey iman edenler! Nasuh bir şekilde (samimiyetle) Allah'a tevbe ediniz.' (Tahrim, 66/8) ayetlerini delil gösteren Muhâsibî, Allah'ın tevbe etmeyi farz kıldığını vurgulamaktadır. Nasuh kelimesi insanın Allah'a tevbe ettiği günahlara bir daha geri dönmemesidir.⁶⁷⁵

Muhâsibî'ye göre Allah'a tevbeye yönelmenin başlangıcı Allah'ı bilmek, O'nun vaad ve vaidini (müjde ve uyarılarını) bilmek, nefsinin ve kötü isteklerini tanımak ve zaaflarını bilerek nefsinin Allah'ın emrettiği şekilde terbiye ederek ona Allah sevgisi yolunda istikamet vermek ile olmalıdır.⁶⁷⁶

İnsanı günahlardan en iyi temizleyen ve Allah'ın rızasına en çok yaklaştıran durum insanın günahlarla birlikte işlediği günahları değil günahlarından tevbe etmesidir. Bundan dolayı Muhâsibî günahlardan kaçınarak yaşayan insanın çok ibadet eden ancak helal ve harama dikkat etmeyerek yaşayan insanlara göre Allah katında daha üstün olduğunu söylemektedir.⁶⁷⁷

Nasuh bir tevbede bulunması gereken bazı özellikler vardır. Muhâsibî tevbenin gerçekleşmesi için şu dört hasletin yerine getirilmesi gerektiğini vurgular:

- 1) Kalpte bulunan tekrar günaha girme arzusunu söküp atmak.
- 2) Pişmanlık ile istiğfar etmek.
- 3) Girilen kul hakları için helallik almak.

4) Kulak, dil, göz, kalp, burun, eller ve ayaklar olmak üzere yedi azayı günahlardan korumak.⁶⁷⁸

Muhâsibî tevbede nasıl bir yol izlenmesi ve nelere dikkat edilmesi gerektiğini ifade etmektedir. Ona göre insan tevbeye öncelikle günahı işlemeyi terk etmek ile başlamalıdır. İçinden geçen günah arzusunu temizleyerek insanlarla ve Allah'la olan ilişkilerinde hassas davranıp münafıklık yapmamalıdır. Bunların dışında insan haklıya hakkını teslim etmeli, zulme karşı durmalı ve başkalarından fayda sağlamak için her

⁶⁷⁵ el-Muhâsibî, *Tevbenin İlk Adımı (El-Kasd ve'r Rücu İlallah)*, 50; el-Muhâsibî, *Allah'a Dönüş (El-Kasd ve'r Rücu İlallah)*, 15; el-Muhâsibî, *Allah'ı Arayış (El-Kasdu ve'r-Rucu'u İlallah)*, 7.

⁶⁷⁶ el-Muhâsibî, *Tevbenin İlk Adımı (Bed-ü Men Enabe İlallah)*, 15.

⁶⁷⁷ el-Muhâsibî, *Hakk'ı Arayanlara Nasihatler*, 127-128.

⁶⁷⁸ el-Muhâsibî, *Hakikati Arayanlara Kılavuz (Risaletü'l Müstersidin)*, 179-180.

şeye evet dememelidir. Bunlara dikkat eden kişi daha sonra rızkını ıslah etmeli ve helal yoldan kazanmalıdır. Zira helal rızkın dindeki konumu, başın vücuttaki konumu gibidir. Tüm bunlara dikkat eden kişi artık geçmişte yaptığı hatalara pişman olmalı, affı için Allah'a dua etmeli ve gelecekte günah işlememeye gayret göstermelidir.⁶⁷⁹ İnsan tevbesinin kabul edilmesi noktasında ümitvar olmalıdır. Bunu yaparken de korku duymalı, işlediği hatalarından, gafletinden ve umursamazlığından dolayı pişman olarak ileride bu hatalara tekrar düşmemek için kendini sakınmalıdır.⁶⁸⁰

İnsanı tevbeye yönelten ve gaflet uykusundan uyandıran şey Allah'ın gazabından her zaman korkmak ve onun vaat ettiği ödülü hep ümit etmektir. Bu durum kulun durumunu gözden geçirip kendini ıslah etmesine ve kendisi için iyi olana yönelmesine fayda sağlayacaktır.⁶⁸¹ Ölümün çok yakın olduğunu, ecelin aniden gelip yakalayacağını düşünmek ve günahı ısrar etmiş bir şekilde Allah'ın huzuruna çıkanlara verilecek azabın korkusunu hissetmek ise tevbe etme isteğini güçlendireceğini ifade etmektedir. Bunların dışında insandaki tevbe arzusunu kuvvetlendirecek üç haslet vardır. Birincisi; geçmişteki günahları hatırlamak, şehvetleri terk etmek ve yeme içmeyi azaltmak. İkincisi; hep ölümü hatırlamak ve bütün kalp ile Allah'tan talep edilen şeye yönelmek. Üçüncüsü ise bütün bunları hep hatırd tutmaya ve yapmaya çalışmaktır.⁶⁸²

Muhâsibî yapılan iyiliklerde öncelikle günahların affına niyet edilmesi gerektiğine vurgu yapmaktadır. İnsanlardan çoğu tevbe eder fakat bu kimseler arasında mertebe farkları bulunmaktadır. Bazı insanlar Allah karşısında ürperti duyarak O'nun rızasını kazanmaya çalışır ve amaçları günahlarından samimi bir şekilde tevbe etmektir. Bazıları ise kulluk vazifelerini yapmadıkları ve günah işledikleri halde yüksek derecelere ulaşmayı hedeflemektedirler. İşte bu iki grup arasında insanın birinci zikrettiğimiz gruba benzemeli, yaptığı amellerde günahlarının affını temenni

⁶⁷⁹ el-Muhâsibî, *Tevbenin İlk Adımı (El-Kasd ve'r Rücu İlallah)*, 50; el-Muhâsibî, *Allah'a Dönüş (El-Kasd ve'r Rücu İlallah)*, 14; el-Muhâsibî, *Allah'ı Arayış (El-Kasdu ve'r-Rucu'u İlallah)*, 8-9.

⁶⁸⁰ el-Muhâsibî, *Nefis Adabı (Adabu'n Nüfus)*, 73.

⁶⁸¹ el-Muhâsibî, *Tevbenin İlk Adımı (El-Kasd ve'r Rücu İlallah)*, 51; el-Muhâsibî, *Allah'a Dönüş (El-Kasd ve'r Rücu İlallah)*, 16; el-Muhâsibî, *Allah'ı Arayış (El-Kasdu ve'r-Rucu'u İlallah)*, 11.

⁶⁸² el-Muhâsibî, *Tevbenin İlk Adımı (El-Kasd ve'r Rücu İlallah)*, 51; el-Muhâsibî, *Allah'a Dönüş (El-Kasd ve'r Rücu İlallah)*, 16; el-Muhâsibî, *Allah'ı Arayış (El-Kasdu ve'r-Rucu'u İlallah)*, 10-11.

etmelidir. Zira Muhâsibî, en üstün ve en faziletli niyetin bu olduğunu savunmaktadır.⁶⁸³

Tevbe ederek huşu içinde olmaya çalışmak ve haramlardan uzak durarak şüpheli şeylerden sakınmak kişinin temizlenip arınmasını ve kalbinin nurlanmasını sağlar.⁶⁸⁴

Tevbede ısrar eden nefis bir süre sonra ahvalini değiştirir ve eskiden zorlandığı şeyleri kabullenir, çok arzuladığı şeyleri ise terk eder hale gelir. Bütün kalbiyle Allah'ı tazim etmeye başlayarak Allah'ın azabından korkar, O'nun rahmetine olan ümidi artar ve içinde Allah'a karşı derin bir haya duygusu ile Allah ile arasına girebilecek her şeyden uzaklaşır. Allah ile yakınlaşma halinden heyecan duyarak O'ndan başka şeyleri (masiva) terk eder. Bu hal üzere devam eden nefsin tevbelerini kabul buyurur, kalbi nurlanır ve bu sayede içindeki Allah sevgisi artar.⁶⁸⁵

Muhâsibî insanın tevbesinde samimi olduğunun bazı alametler taşıması gerektiğini söylemektedir. Bunlar:

*Tembellik, oyun ve eğlence içinde geçen ömre hayıflanmak, tevbesinin kabul edilip edilmediği düşüncesi ile her daim endişe duymak ve amellerini sadece Allah'ın rızası için yapmak ve bunlarla beraber; bütün genişliğine rağmen yeryüzünün kendisine dar geleceği ve Allah'tan başka sığınılacak hiçbir makam olmadığını anlayacağı gün gelmeden önce her zaman hüzünlü ve boynu bükük halde olup hevedan ve günahlardan kaçarak devamlı surette salih amel işlemeye gayret etmektir.*⁶⁸⁶

İnsan işlediği günahlara karşı gerçekten pişman olup tevbesinde samimi olduğunda ise artık geriye kalan ömründe yaptığı yanlışlara tekrar düşmemek için titiz davranır, Allah'a karşı itaate ciddiyetle sarılır, yaptığı ameli dikkatle ve temiz niyet ile yapar, geçmişte yaptığı hatalar için üzüntü duyar, gözyaşı döker, sabırlı davranır, işlerinde elinden geleni yaptıktan sonra Allah'a tevekkül edip Allah'ın vereceği hükme razı olur, Allah'tan başkasına dayanıp güvenmez.⁶⁸⁷

⁶⁸³ el-Muhâsibî, *Hakk'ı Arayanlara Nasihatler*, 125-126.

⁶⁸⁴ el-Muhâsibî, *Tevbenin İlk Adımı (Şerhu'l Marife ve Bezlu'n Nasih)*, 190.

⁶⁸⁵ el-Muhâsibî, *Tevbenin İlk Adımı (Bed-ü Men Enabe İlallah)*, 31.

⁶⁸⁶ el-Muhâsibî, *Tevbenin İlk Adımı (El-Kasd ve'r Rücu İlallah)*, 52; el-Muhâsibî, *Allah'a Dönüş (El-Kasd ve'r Rücu İlallah)*, 16; el-Muhâsibî, *Allah'ı Arayış (El-Kasdu ve'r-Rucu'u İlallah)*, 12.

⁶⁸⁷ el-Muhâsibî, *Nefis Adabı (Adabu'n Nüfus)*, 73.

Muhâsibî insanın tevbede son seviyeye geldiği takdirde yapması gereken şeyin şükretmek olduğunu vurgulamaktadır. Ona göre Allah'ın insana tevbe imkânı vermesi ve bu noktada muvaffak kılması şükredilmesi gereken bir durumdur. Böylece insanın kalbi Allah rızası için amel etmeye başlar ve bunun neticesinde ise kalbi ferahlık ile dolar.⁶⁸⁸

Tevbede samimiyet esastır. İbadetin temelini ise samimiyet oluşturur. İnsanda oluşan pişmanlık duygusundan sonra derin bir duygu hali ile yapılan bir faaliyettir. Tevbe etmekteki amaç kulun Allah'ın kendisinden beklediği şuur ve bilince tekrar gelmesini sağlamaktır. Bu açıdan insanın hiç günah işlememesi beklenemez. Zira insan bazen hatalarından ders alması ile olgunlaşır, gelişir ve yeni bir ufuk kazanır. Ayrıca tevbe iman eden insan için yaratıcısına karşı sorumlu olduğunun farkına vararak bilinç kazanmasını sağlar. Psikanalistlere göre tevbe, ego ve süper ego arasındaki çatışmadan ortaya çıkmaktadır. Birey kendinde oluşan bu sorumluluk bilinci sayesinde egolarından ve hırslarından sıyrılarak insanlar ile daha sağlıklı iletişim kurar. Bu manada tevbe, inanan insan için Allah'la arasını bozan şeylerden kurtularak Allah'tan af dileyip kendisini Allah'ın razı olacağı şekle döndürmesidir.

Suçluluk psikolojisi insanın tabiatı ile uyumlu olmadığından iç huzursuzluklara ve gerginliğe yol açar. Bu sıkıntıdan kurtulmanın en etkili yolu tevbe etmektir. Zira insan günahlarından, suçlarından arınmak için gözyaşı ile tevbe ettiğinde kendini arınmış hisseder ve ruhsal olarak rahatlar. Yaşadığı suçluluk halinden pişmanlık duyan insan halini Allah'a arz ederek iç aleminde ortaya çıkan gerginlikten kurtulur.

4.4.2.7. Tefekkür Etmek

Muhâsibî, kul için dünyada kendisi için en hayırlı şeylerden birinin tefekkür etmek olduğunu savunmaktadır. Aynı zamanda kişi tefekkür sayesinde ahiret için ecrini de arttırmaktadır. Tefekkür ise insanın öncelikle yeterince şükretmediği için nefisini kınaması ile nefisini tanıır hale gelmesi ve Allah'ın nimetlerini düşünerek, zikrederek

⁶⁸⁸ el-Muhâsibî, *Tevbenin İlk Adımı (El-Kasd ve'r Rücu İlallah)*, 52; el-Muhâsibî, *Allah'a Dönüş (El-Kasd ve'r Rücu İlallah)*, 17; el-Muhâsibî, *Allah'ı Arayış (El-Kasdu ve'r-Rucu'u İlallah)*, 14.

onun nimetlerini tanınması ile olur. Ayrıca kişinin Allah'ın çetin azabını düşünerek içindeki Allah korkusunu arttırması da tefekkürdür.⁶⁸⁹

Günümüzde sıklıkla başvuru olan meditasyon ve yoga yöntemler gibi aynı amacı taşıyan tefekkür temel olarak arınma, saflık, huzur ve ruhun beslenmesini sağlamak amacıyla gerçekleştirilen bir ibadettir. Diğer bir yönü ise insanın yaratılanlardan yola çıkarak yaratıcıya ulaşması, O'nun eserleri üzerinden gerçek sanatkara ulaşmasıdır. Tefekkür sayesinde insan psikolojik açıdan derin bir kavrayışa sahip olur ve bu derin düşünce sayesinde kendini ve etrafındaki varlıkları daha anlamlı görmeye başlar. Ruhun huzura kavuşmasını sağlayarak özellikle diğergamlık, merhamet gibi duyguları beslerken; öfke, kin, nefret ve hırs gibi duyguların ise önüne ket vurmaktadır. Netice itibariyle tefekkür derin bir düşünme ve kavrama biçimi olarak ibadet olmasının yanında insana psikolojik açıdan da olumlu katkıları sağlamaktadır.

⁶⁸⁹ el-Muhâsibî, *Tevbenin İlk Adımı (Şerhu'l Marife ve Bezlu'n Nasihâ)*, 195.

TARTIŞMA, SONUÇ VE ÖNERİLER

Araştırmamız boyunca insana yönelik psikolojik veriler Haris El- Muhâsibî'nin düşüncesi örnek alınarak açıklanmış ve değerlendirilmiştir. Haris El- Muhâsibî'nin insan psikolojisine yönelik düşüncesini tahlil etmeden önce onun yaşam öyküsüne, döneminin sosyo-kültürel ve dini şartlarına kısaca değinilmiştir. Psikolojideki temel kavramlar ve İslam düşünce tarihindeki psikolojik gelişmelere ve çağın önemli isimlerine özet bir şekilde yer verilmiştir.

“Haris El-Muhâsibî'nin ilmi kişiliği ve yaşadığı dönemin sosyo-kültürel özellikleri nelerdir?” sorusuna dair elde ettiğimiz bulgular neticesinde Muhâsibî'nin yaşadığı çağda ilmi yönden kargaşanın olduğu bir toplumda yetiştiği için çeşitli aşamalardan geçtiği görülmektedir. Çocukluk çağından itibaren ilim meclislerinde bulunmuş ve ilim öğrenme hususunda son derece gayretli olmuştur. İlmî yönden gayreti onu bu safhada yüksek bir seviyeye taşımıştır. Yetiştigi dönemde bir grup zahid ile tanıştıktan sonra tasavvufi yöne eğilimi başlamıştır. Muhâsibî, tabiin devrinin büyük alimi ve manevi şahsiyeti olan Hasan Basri'nin yolundan giderek tasavvufun ilk temsilcilerinden olmuştur. Yaşadığı devirde şeyhlerin şeyhi⁶⁹⁰ unvanına erişmiştir. Ayrıca tefsir, hadis, kelâm ve fıkıh usulünde de dersler almış ve eserler vermiştir. Dini hususları yaşama noktasında hassas davranmasından ve nefis muhasebesi konusundaki titizliğinden dolayı “Muhâsibî” diye anılmıştır.⁶⁹¹ Çağının fikri çatışmalarına karşı son derece akıllı çözümler sunduğu, Mutezile'nin ve Hadis Ekolünün görüşleri karşısında nas ve akıl metodunu kullanarak bir denge oluşturduğu ve kendinden sonra yaşamış olan Gazzali, Cüneyd-i Bağdadi gibi düşünürleri derinden etkilediği sonucuna ulaşılmıştır.

“Haris El-Muhâsibî'nin psikolojik yaklaşımının modern psikolojiyle ilişkisi ve karşılaştırılması nedir?” sorusuna dair elde ettiğimiz bulgular ise şunlardır: Modern psikoloji diğer bir deyişle pozitif ve tecrübi psikoloji olarak isimlendirilen, bireyi tutum ve davranışlarındaki ‘olgular’ üzerinden ele alan psikolojidir. Haris El-Muhâsibî'nin psikoloji anlayışının temelini oluşturan ise metafizik psikolojidir ki insanın kendi benliğini keşfetmesini sağlaması açısından tasavvuf psikolojisi olarak

⁶⁹⁰ Attar, *Tezkiretü'l-Evliyâ*, 1:297.

⁶⁹¹ Ebu Hafis, *Tabakatü'l-Evliya*, 175.

da isimlendirilir. Her ikisi de insan tutum ve davranışlarıyla ilgilenerek, insanı anlama çabası üzerinden ortaya çıkararak gelişmiştir. Netice itibariyle modern psikoloji ve Muhasibi'nin psikoloji anlayışı insanın ruhi dünyasını ve davranışlarını sistemli bir şekilde açıklayan bilimlerdir. Modern psikoloji ve Haris El-Muhasibi'de insan psikolojisi karakter, mizaç, kişilik, güdü, gelişim gibi kavramları kullanmaları bakımından benzerlik göstermektedirler. Her iki yaklaşım da amaçları açısından benzerlik göstermektedir. Ancak iki yaklaşımda amaç bakımından benzerlik olması ile birlikte metotları farklıdır. Bu sebeple insan psikolojisine dair elde edilen sonuçlarda farklılıklar görülmektedir.

Modern Psikolojinin insan davranış ve tutumlarını anlamak için kaynak noktası insanın kendisidir. İnsanı anlamak için temel yöntem onun karakteri, mizacı, kişiliği, ihtiyaçları, çevresi, gelişimi ve öğrenmesi üzerinden çıkarımlarda bulunmaktır. Bunun yanında Haris El-Muhasibi'nin psikoloji anlayışında ise yöntem olarak nefis, ruh, kalb ve duyuların aracılığıyla tecrübi olarak elde edilen tutumlardan yararlanarak insanın manevi gelişimi, hal ve makamları hakkında sonuca varılmıştır.

Her iki yaklaşımı daha net ifade etmek ve karşılaştırmak gerekirse şöyle özetleyebiliriz. Modern Psikoloji bilimi insanın davranışlarının altında yatan güdülerini yalnızca deney ve gözleme dayalı bilimsel teknikler ile inceleyerek bu davranışların neticesinde ortaya çıkan bulguları bilişsel boyutu ile değerlendirir. Haris El-Muhasibi'nin psikolojik yaklaşımında ise davranışlarını şekillendiren güdülerin Muhasibi'nin psikolojik mekanizmaların merkezi olarak kabul ettiği kalpte nasıl bir etki yaptığını ve insanın manevi gelişimi yolunda ona nasıl bir katkı sağladığını konu edinen bir yöntem bulunmaktadır. Bunun yanında modern psikoloji davranışların gözlemlenebilir yönüyle ilgilenirken Haris El-Muhasibi'nin psikolojik yaklaşımında gözlemlenebilir davranışların yanında insan kendini tanıyarak ruhsal cevherini ortaya çıkartmak ve insan-ı kâmil makamına erişmek maksadıyla kalbin vasıflarını keşfeder.

Psikoloji bilimi insanın ruh yapısını incelerken insanı bütün yönleri ile değil yalnızca gözlemlenebilen davranışları üzerinden değerlendirerek açıklamış ve insanın manevi boyutunu devre dışı bırakmıştır. Nitekim günümüzde de sıklıkla gördüğümüz gibi modern psikolojiye göre yaşayan insanlar benlik duygusu ile kendi mutluluklarını ön planda tuttuklarından dolayı maddeci bir insan modeli ortaya çıkmaktadır. Haris El-Muhasibi'nin psikolojisinde ise kendinden önce başkalarını düşünen ve manayı ön planda tutan bir insan modeli ortaya çıktığı görülmektedir.

“*Haris El-Muhâsibî’de insanın biyolojik, psikolojik, sosyal ve manevi boyutları nasıl ele alınmaktadır?*” sorusuna dair yaptığımız araştırma Muhâsibî’nin, insanı anlamaya büyük önem verdiği ve insan psikolojisi hakkında derinlemesine tahliller yaptığını ortaya koymaktadır. O, insanı zaafı, yetkinlikleri, duyguları, bedensel ve ruhsal ihtiyaçları, manevi boyutu olan bir bütün olarak ele almaktadır. İnsanı tek bir özelliği üzerinden anlamamız mümkün değildir. Bundan dolayı Muhâsibî, insanı en doğru şekilde anlayabilmek için onu bütüncül bir yaklaşım ile ele almak gerektiğini söylemektedir.

İnsanın biyolojik boyutuna dair oldukça etkileyici hususlar tespit edilmiştir. Biyolojik temel özellikler insanın ayakta kalması için gereklidir. Ancak bu özellikleri insanın iradesini doğru şekilde kullanarak eğitmesi gerekmektedir. Bu özellikler eğitilmez, kontrol edilmez ve kendi haline bırakılırsa sınırsız ve doyumsuz bir hal alırlar. Şehvet, açlık-susuzluk, uyku gibi dürtüler kontrol edilmediğinde bireyin günlük yaşantısını bozacak bir boyuta evrilebilir. Bu dürtülerin dengeli bir şekilde eğitilmesi gerektiği sonucuna varılmıştır.

Muhâsibî insan kişiliğinde bulunan bazı mekanizmalardan bahseder. İnsandaki ruhsal mekanizmaları ruh, nefis, akıl, kalb ve duyular olarak isimlendirir. Muhâsibî’ye göre acı ve sevinç duymak gibi hisler ise *ruh* sayesinde algılanmaktadır. *Nefs*; kişiyi özlem ve arzulara götürmeye kapı açan, cahil, aklın nazarında aşağılık konumda olan, kötü davranışları yapmaya sebep olan ve insanı Allah’tan uzaklaştıran şeylere çağırandır.⁶⁹² Nefsi, insanın düşmanı olarak gören Muhâsibî’ye göre nefsin kınanması, cezalandırılması ve öz eleştiriye tabi tutulması gerekmektedir.⁶⁹³ Muhâsibî’ye göre nefis-i emmare, insanı kötülöklere meylettirir; heva da Allah yolundan çeldirir ve Allah’a giden muhabbet yolundan alıkoyar. Nefis-i emmare her daim kötölüğü emrettiği için insanın en kötü arkadaşıdır.⁶⁹⁴ Ayrıca insanı Allah’ın emirlerini ihlal etmeye götürür.⁶⁹⁵ Bu sebeple insanın her daim teyakkuzda olması ve kendini Allah’a yaklaştıracak işleri muhasebe etmesi gerekir. Kişinin teyakkuzda kalmasını sağlayan şey O’na göre akıldır. Nefis-i emmareye karşı akıl ile muhalefet edilmelidir. Akıl insanın kendisine faydası veya zararı olacak şeyleri ayırt etmesini sağlamaktadır.

⁶⁹² el-Muhâsibî, *Allah’ı Arayış (El-Kasdu ve’r-Rucu’u İlallah)*, 17.

⁶⁹³ A.g.e., 17.

⁶⁹⁴ A.g.e., 69.

⁶⁹⁵ el-Muhâsibî, *Hakk’ı Arayanlara Nasihatler*, 89.

Muhâsibî'ye göre kalb marifetin kaynağı⁶⁹⁶ ve yakîn bilginin mekânı⁶⁹⁷ olarak görülmektedir. Kalbi, bedende bulunan diğer organlar gibi bir organ olarak görmekte birlikte, kalbin bedende merkezi bir konumda olduğunu savunmaktadır. Kalbi merkezi konuma aldığı için bedenin diğer organlarını kalbe hizmet eden vasıtalar görmektedir. Kalbi altı kapılı bir eve benzeten Muhâsibî, bu evin kapılarını ise dil, göz, kulak, burun, eller ve ayak gibi duyu organları olarak kabul etmektedir. Bedendeki bu duyu organları çevreden aldıkları duyuları kalbe iletir. Dil, kalbin tercümanıdır.⁶⁹⁸

Duyu organları, akıl ve kalp aracılığıyla öğrenilen bilgiler insan tarafından bilinç düzeyine çıkararak duygu, düşünce ve davranışa dönüşür. İnsan bu bilinç sayesinde kendi potansiyelinde bulunan olumlu ve olumsuz özelliklerini keşfeder. Davranışların temelinde birtakım psikolojik ve fizyolojik güdülerin bulunduğunu söyleyen Muhâsibî, bu güdülerin doğru şekilde karşılanması gerektiğini ifade eder. Doğru şekilde karşılanmayan güdülerin neticesinde insanda kibir, fitne, hased, riya, öfke, ucb, çekememezlik, hüznün, adaletsizlik vb. olumsuz ahlaki duygu ve davranışların ortaya çıkacağından bahseder.

Muhasibi, insanın kişilik ve karakterinin inşasında hangi usulün kullanılacağını ve bunu yaparken hangi adımlar izleneceğinin metodunu sunmaktadır. İnsan davranışları sayesinde hayatta kendine bir yer bulur ve yaptıkları nispetinde hem Allah ile ilişkilerinde hem de diğer insanlar ile ilişkilerinde değer kazanır. Haris El-Muhasibi'nin öğretilerinde insanın davranışlarını şekillendiren güdüler ve davranışları belirleyen temel ilke prensiplere yer verilmektedir. Sağlıklı bir insan modeli çizilebilir ve insan psikolojisini anlamak ancak onun tutum ve davranışlarını doğru yorumlamaktan ve temellendirmekten geçmektedir.

Bugün özellikle eğitim-öğretim kurumlarında ve sosyal ilişkilerde insanın merkeze alınması zaruridir. Günümüzde pek çok problem insanın özellikleri, ilgileri, zaafı dikkate alınmada hazırlanan eğitim-öğretim müfredatlarından ve insanı anlamaya çalışmaktan kaynaklanmaktadır. Geçmişin aksine günümüzde daha iyi imkanlara sahip olduğu halde günümüzde çocukların ve gençlerin kişilik gelişimi açısından daha ileride olmaları gerekirken, bilinçsizlik ve ahlaksızlık artış göstermektedir. Bu

⁶⁹⁶ el-Muhâsibî, *Allah'a Dönüş (El-Kasd ve'r Rücu İlallah)*, 73.

⁶⁹⁷ A.g.e., 81.

⁶⁹⁸ el-Muhâsibî, *Tevbenin İlk Adımı (Şerhu'l Marife ve Bezlu'n Nasihah)*, 174.

sorunu aşmanın yolu ise insanın fitratındaki saflığı kaybetmemesi ve insanı her yönü ile tanıyan sistemlerin geliştirilmesidir.

Davranışlar insanın kişiliği ve karakterini yansıtan, kişiliği ve karakteri hakkında yorum yapmayı sağlayan ayna vazifesi görmektedirler. Haris El-Muhasibi'nin öğretilerinde ideal bir kişiliğin temelinde doğruluk ve adalet gibi olumlu davranış özellikleri vardır. Bu iki özellik diğer bütün davranışları etkilemektedir. Çünkü, adalet ve doğruluktan sapan insan diğer bütün olumlu davranışları sergilese dahi etkisi olmayacaktır. İnsan her türlü hareket ve davranışlarında, söylediği sözlerde doğruluktan sapmadan adalet ile hareket etmelidir.

Sosyal ilişkiler insanın psikolojik durumuna etki etmektedir. Diğer insanlar ile olumlu ilişkiler geliştirmesi insanın huzur bulmasına, yalnızlık duygusunun giderilmesine ve ruhen olgunlaşmasına katkı sağlamaktadır. Muhâsibî'ye göre sosyal ilişkilerinde başarılı olan insan, şahsi hayatında da mutlu ve huzurlu olmaktadır.

İnsan yaratılışı gereği sosyal bir varlıktır. Bu özelliği dikkate alındığında onun diğer insanlar ile ilişkisini sağlayan ve kişiliğini oluşturan yapması veya yapmaması gereken birtakım davranışlar olduğu görülmektedir. Toplumsal birlikteliğin oluşmasında insanların i'sar gibi hayırlı davranışları görev haline getirmeleri gerekirken, birbirlerine olan güvenlerini sarsacak kibir, fitne, hased gibi davranışlardan kaçınmaları gerekmektedir. Bu kurallara uyulduğu takdirde insanların hem bireysel kişiliğini hem de sosyal kişiliğini geliştireceği, ferdi ve toplumsal mutluluğa hizmette bulunacağı sonucuna ulaşılmıştır.

Muhâsibî'nin en çok üzerinde durduğu konulardan birisi riya'dır. Muhâsibî riyanın sebebinin *dünya sevgisi* olduğunu ifade etmektedir. Eserlerinde sıklıkla riyanın sakıncalarına değinen Muhâsibî, insanda ortaya çıkan birçok kötü özelliğin temelinde dünya sevgisi ve riyanın bulunduğunu belirtmiştir. Ona göre insan dünya ve nimetlerine aldanmamalı, tüm işlerinde ihlası esas alarak ahireti için çaba sarf etmelidir.

Modern çağın problemlerinden biri Allah'ı unutarak makam, evlat, ev, araba gibi maddi şeylere haddinden fazla bağlanmaktır. Bu bağlılık öyle bir hal almıştır ki insanlar sosyal ilişkilerinde olduğu gibi Allah'a karşı da görev ve sorumluluklarını ihmal etmektedirler. Bunun sonucunda ise yaşam gayesini unutan, dünyada sadece

hazları ve menfaatleri uğruna yaşayan, kendisini yaratanı hatırlamayan bir insan ortaya çıkmaktadır.

İnsanın kendini tanıması inanç ve ibadet hayatının diğer bir deyişle kulluk hayatının şekillenmesinde etkilidir. Allah'ı tanımak ile kendini tanımak arasında ilişki vardır. Nitekim tasavvufta da yer verilen “nefsini bilen Rabbini bilir” düşüncesi bu doğrultudadır. İnsan kendi benliğini doğru bir şekilde tanırsa sonunda Allah'a ulaşan bir yola girer. Bugünün en büyük problemi ise insanın kendine uzaklaşmasıdır. Bu problemin çözümü ise insanın fitratına/tabiatına dönmesi ve inancını sağlam hale getirmesi ile mümkündür.

Çağımızın en sık görülen psikolojik rahatsızlıklarından olan depresyona en çok yaşam gayesini kavrayamamış, dünya hayatına sıkıca bağlanan ve ilahi bir güce kendini bağlamayan kişilerde rastlanmaktadır. Depresyonun belirtileri konsantrasyon bozuklukları, gerginlik, bunaltı, endişe, karamsarlık, unutkanlık ve dalgınlıktır.⁶⁹⁹ Bu hale giren insanda geleceğe karşı kaygı ve ümitsizlik hali görülür ve değersiz bir varlık olduğunu düşünür. Bu psikolojik rahatsızlığın temelinde manevi boşluk, teslimiyet ve tevekkül eksikliği bulunmaktadır.

İnsan zor zamanlar geçirdiğinde ve kendini çaresiz hissettiğinde yüce bir varlığa sığınma ve inanma ihtiyacı hissetmektedir. Bunun yanında maddi zorluklar ve hastalıklar karşısında sahip olduğu inanç dayanıklı olmasını sağlamaktadır. İncanın insana sağladığı olumlu psikoloji ile motivasyon artar ve birey hem kendine hem de etrafındakilere karşı faydalı hale gelir. Ayrıca inanma duygusu insanda ruhsal yönde olumlu etkiler uyandırdığı gibi bedensel olarak da pek çok rahatsızlığın giderilmesinde de etkilidir. Bilindiği gibi bedensel pek çok rahatsızlığın altında stres, kaygı, öfke, depresyon vb. psikolojik rahatsızlık bulunmaktadır. İşte bu noktada inanç insanın ruhsal problemlerine çözüm bulduğu gibi bedensel rahatsızlıkların ortaya çıkmasına da engeldir. Dolayısıyla incanın vermiş olduğu ruhsal motivasyon insanın fiziksel olarak da iyi olmasına olumlu katkı sağlamaktadır. Bundan dolayı inanma duygusunun insanın olumlu ve sağlıklı bir psikolojiye sahip olabilmesi için son derece gerekli olduğu sonucuna varılmıştır.

⁶⁹⁹ Nevzat Tarhan, *Mutluluk Psikolojisi Stresi Mutluluğa Dönüştürmek* (İstanbul: Timaş Yayınları, 2004), 102-107.

Davranışlarını olumlu yöne çeviren, kişiliğini geliştiren ve olumlu özelliklerini ve çevredeki olumsuzlukları fark eden insanda manevi bir boyut oluşur ve insan Allah'a yakınlaşmak için namaz, oruç, dua gibi çeşitli ibadetlere başvurur. Muhâsibî'ye göre insan bazen sıkıntıya düşebilir bu halden kurtulmak için de ibadete yönelir, Allah'a olan iman ve güveni sayesinde psikolojik olarak iç huzura erişir. İbadetler, insanda hem bedensel hem de psikolojik olarak bir rahatlama meydana getirir. O, ibadetlerin insanı hem ruhen hem de bedenen olgunlaştırdığını ifade ederek, özellikle oruç ibadetinin nefsin arzularına engel olarak insanı ruhen olgunlaştırdığını belirtir.

Muhâsibî, müminleri Allah'ın rızasına göre davranan ve ahireti dünyaya tercih eden kimseler olarak görür. Muhâsibî mü'min insanın niyetinin amelinden yani yaptığı işlerden daha kıymetli ve daha hayırlı olduğunu savunmaktadır. Münafıklık özelliği olan dünya hayatını ahirete tercih etmek, dünya malı çoğaltmak ve dünyada üstünlük sağlamaktan ise sakınılması gerektiğini tavsiye eder.

Sonuç olarak Haris El-Muhâsibî'nin düşünce sisteminde insana baktığımızda psikolojik, fizyolojik, sosyal ve manevi yönleri ile bir bütünlük arz ettiği sonucuna varılmıştır. İnsan kendini tanımaya ve kişiliğini inşa etmeye Haris El-Muhasibi'nin yol göstericiliği ile, onun metod ve uygulamalarını dikkate alarak başlamalıdır. Bu sayede insan kendini tanıyacağı gibi sosyal ilişkilerini ve Allah ile olan ilişkisini sağlam bir yere oturtacaktır. Bunun yanında toplumda ortak bir bilincin oluşmasına ve insanlar arasında ortaya çıkabilecek olumsuzluklarında en aza inmesine katkıda bulunacaktır.

Araştırma sonucunda ilgililere aşağıdaki hususlarda önerilerde bulunulmasının faydalı olacağı değerlendirilmektedir. Bu öneriler şunlardır:

- 1) Haris El- Muhasibi'nin öğretisinde insan kavramının farklı boyutları ile bu araştırma haricinde yeni araştırmalarla farklı bakış açılarıyla yeniden ele alınmasının faydalı olacağı değerlendirilmektedir.
- 2) Bu araştırma psikolojik açıdan Haris El-Muhasibi'nin insana bakışına yoğunlaşmış bir araştırmadır. Ancak farklı disiplinler açısından da ele alınarak araştırmalar yapılması önerilmektedir.
- 3) Haris El-Muhasibi'de toplum düzeni ve toplum psikolojisine dair takip ettiği usul ve görüşleri üzerinde yoğunlaşan yeni araştırmalar yapılması önerilmektedir.

KAYNAKÇA

- Abay, Ahmet. “Kur’an’da Kişilik Eğitimi ile İlgili İlkeler”. Yayınlanmamış Doktora Tezi, Atatürk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, 2011.
- Abdülkahir el-Bağdâdî, Ebu Mansur. *Ehl- Sünnet Akaidi Kitabu Usûlü’ d-dîn*. Çeviren Ömer Aydın. İstanbul: İşaret Yayınları, 2016.
- Adasal, Rasim. *Kişilik ve Karakter Portreleri*. İstanbul: Minnetoğlu Yayınları, 1980.
- Adler, Alfred. *İnsan Tabiatını Tanıma*. Çeviren Ayda Yörükan. Ankara: Türkiye İş Bankası Kültür Yayınları, 1994.
- . *Psikolojik Aktivite: Üstünlük ve Toplumsal İlgi*. İstanbul: Say Yayınları, 1996.
- Afifi, Ebu’l-A’la. *Muhyiddin İbn’ül Arabî’nin Tasavvuf Felsefesi*. Çeviren Mehmet Dağ. Ankara: AÜİFY, 1975.
- Akot, Bülent. “Bazı Mutasavvıfların Tanrı/İlah Anlayışı ve Muhasibi’nin ‘er-Riaye’ Adlı Eseri Bağlamında Allah’ın Hakları”. *Eskiyeni: Anadolu İlahiyat Akademisi Araştırma Dergisi = The Anatolian Theological Academy Research Journal*, sy 31 (2015).
- İslam ve İhsan. “Ancak İki Kişiye Gıpta Edilir”, 05 Mart 2022. <https://www.islamveihsan.com/ancak-iki-kisiye-gipta-edilir-hadisi.html>.
- Ardoğan, Recep. “Mutezile’nin Halkul’Kur’an Fikrinin Eş’ariyye–Maturidiyye Kelâmına Nüfuzu: Kelâm-ı Nefsi Kavramlaştırması”. *Usul İslam Araştırmaları Dergisi* 15, sy 15 (2011).
- Arkar, Haluk. “Depresyon ve Kaygının Yordayıcısı Olarak Mizaç ve Karakter Boyutları”. *Türk Psikoloji Dergisi*, sy 27 (Haziran 2012).
- Armaner, Neda. “Şahsiyet Terbiyesinde Dini Kültürün Rolü”. *AÜİFD XXI* (1976).
- Attar, Feridüddin. *Tezkiretü’l-Evliyâ*. Çeviren Süleyman Uludağ. C. 1. İstanbul: Erdem Yayınları, 1991.
- Aydın, Hayati. *Kur’an’da İnsan Psikolojisi*. Ankara: Fecr Yayınları, 2018.
- Aydın, Hüseyin. *Ebu’l-Hasan el-Eş’arî’de Nazar ve İstidlal*. Malatya: Nehir Yayınevi, 2003.
- . *Muhasibi’nin Tasavvuf Felsefesi: İnsan-Psikoloji-Bilgi-Ahlak Görüşü*. Ankara: Pars Matbaası, 1976.
- Bağçeci, Muhittin. “İnsanın Mahiyeti ve Ruhü”. *Erciyes Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Yayınları Bilimname VIII*, sy 2 (2005).
- Başgil, Ali Fuat. *Gençlerle Başbaşa*. İstanbul: Yağmur Yayınları, 2009.
- Baymur, Feriha Balkış. *Genel Psikoloji*. İstanbul: İnkılap Yayınevi, 2017.
- Bilgin, Asude. *Davranış Bilimleri II*. Eskişehir: Anadolu Üniversitesi Açıköğretim Fakültesi Yayınları, 2019.
- Burger, Jerry M. *Kişilik*. Çeviren İnan Deniz ve Erguvan Sarıoğlu. İstanbul: Kaknüs Yayınları, 2006.
- Cengiz, Aytül Ayşe. *Davranış Bilimleri II*. Eskişehir: Anadolu Üniversitesi Açıköğretim Fakültesi Yayınları, 2019.

- . “Psikodinamik Yaklaşım”, 14 Aralık 2021.
<https://ets.anadolu.edu.tr/storage/nfs/SOS114U/ebook/SOS114U-17V1S1-8-0-1-SV1-ebook.pdf>.
- Cüceloğlu, Doğan. *İnsan ve Davranışı: Psikolojinin Temel Kavramları*. İstanbul: Remzi Kitabevi, 2006.
- Çamdibi, H. Mahmut. *Şahsiyet Terbiyesi ve Gazzali*. İstanbul: Çamlıca Yayınları, 2014.
- Çubukçu, İbrahim Âgâh. *Gazzali ve Şüphecilik*. II. Baskı. Ankara: A.Ü.İ.F. Yayınları, 1989.
- Demirci, Ahmet. *İbn Hazm ve Zâhirîlik*. Kayseri, 1996.
- Dökmen, Üstün. *Varolmak Gelişmek Uzlaşmak*. İzmir: Sistem Yayınları, 2006.
- Düzgüner, Sevde. “Ruh-Beden ve İnsan-Aşkın İlişkinine Yönelik Psikolojik Yaklaşımın Tarihi Serüveni”. *Marmara Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi* 45 (Eylül 2013).
- Ebu Hafs, Sirâcüddîn Ömer b. Alî b. Ahmed el-Ensârî el-Mısrî. *Tabakatü'l-Evliya*. Beyrut, 1986.
- Erginli, Zafer. “Muhâsibî”. İçinde *DİA*, 13-16. İstanbul: TDV, 2006.
- Ess, J. Van. “Muhâsibî”. İçinde *TDV İslam Ansiklopedisi*, 31:13-16. Ankara: TDV Yayınları, 2020.
- Filinte, Handan. “Mekki Surelerde Kişilik İnşası”. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, İstanbul Sabahattin Zaim Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, 2018.
- Fromm, Erich. *Erdem ve Mutluluk*. Çeviren Ayda Yörükân. İstanbul: Türkiye İş Bankası Kültür Yayınları, 1999.
- . *Özgürlükten Kaçış*. Çeviren S. Budak. Ankara: Öteki Yayınları, 1997.
- . *Psikanaliz ve Din*. Çeviren Elif Eren. İstanbul: Say Yayınları, 2006.
- . *Psychoanalysis and Religion*. New Haven: Yale University Press, 1978.
- . *Sahip Olmak ya da Olmak*. Çeviren A. Arıtan. İstanbul: Arıtan Yayınları, 1991.
- . *Sevme Sanatı*. Çeviren S. Budak. Ankara: Öteki Yayınları, 1998.
- Gazzali, Ebu Hamid Muhammed b. Muhammed. *el-Munkız mine'd-Dalâl*. Çeviren Hilmi Güngör. Ankara: Maarif Basımevi, 1960.
- . *İhyau Ulumi'd-Din*. Çeviren Serdaroğlu Ahmed. C. 1. İstanbul: Bedir Yayınları, 1975.
- . *Kavaidu'l-akâid*. Editör Mûsâ Muhammed Alî. Beyrut: Âlemu'l-Kutub, 1985.
- Hatîb el-Bağdâdî. *Târîhu Bağdad ev Medîneti's-selam*. C. VIII. Kahire: Mektebetü'l-Hancı, 1939.
- Hökekleli, Hayati. *Din Psikolojisi*. Ankara: Türkiye Diyanet Vakfı Yayınları, 2008.
- İştân, İbrahim. *Sufî Psikolojisi Sülemi'ye Göre Sufî Benlik Dönüşümü*. İstanbul: Divan Kitap, 2020.

- İbn Haldun, Ebu Zeyd Veliyyüddin Abdurrahman b. Muhammed. *Mukaddime*. Çeviren Süleyman Uludağ. C. II. İstanbul: Dergah Yayınları, 1983.
- Türk Dil Kurumu. “İnsan”, 24 Ekim 2021. <https://sozluk.gov.tr>.
- İsfahani, Rağıp el-. “‘n-f-s’ mad.” İçinde *Müfredat Kur’an Kavramları Sözlüğü*, çeviren Abdülbaki Güneş ve Mehmet Yolcu. İstanbul: Çıra Yayınları, 2010.
- Jung, Carl Gustav. *Analitik Psikolojinin Temel İlkeleri*. Çeviren K. Şipal. İstanbul: Bozak Yayınları, 1982.
- Karacoşkun, M. Doğan. “İbnü’l-Arabi’de İnsan Psikolojisine Yaklaşımlar ve Kişilik Çözümlenmeleri”. *Din Bilimleri Akademik Araştırma Dergisi* 7, sy 2 (2007).
- Karadaş, Cağfer. *Ana Hatlarıyla Kelâm Tarihi*. İstanbul: Ensar Yayınları, 2013.
- Katipoğlu, Bedri. “Din Psikolojisi Açısından Kişilik ve Karakter Analizi”. *Uluslararası Sosyal Araştırmalar Dergisi* 5, sy 23 (Güz 2021).
- Köse, Ali, ve Ali Ayten. *Din Psikolojisi*. İstanbul: Timaş Yayınları, 2012.
- Kuşeyri, Ebu’l-Kasım Abdülkerim. *er-Risaletü’l Kuşeyriyye*. Editör Abdülhalim Mahmud. Kahire: Dârü’l-Kütübi’l-Hadise, 1974.
- Kutluer, İlhan. “İnsan”. İçinde *DİA*. C. 22. İstanbul: TDV Yayınları, 2000.
- Mahmud, Abdülhalim. *Üstadü’s-sairin el-Haris b. Esed el-Muhasibi*. Kahire: Dârü’l-Kütübi’l-Hadise, 1973.
- Merter, Mustafa. *Dokuz Yüz Katlı İnsan*. İstanbul: Kaknüs Yayınları, 2012.
- . “Nefs Psikolojisi Ekolü”, 08 Ocak 2022. <https://www.drmustafamerter.com/pages/nefs-psikolojisi-ekolu/>.
- Muhâsibî, Ebû Abdillâh Hâris b. Esed el-. *Ahlak ve Arınma (Risaletü’l Müstersîdin)*. Çeviren Rukiye Karaköse. İstanbul: Semerkand Yayınları, 2014.
- . *Akl ve Kur’an’ı Anlamak (El-Agl ve Fehmü’l-Qur’an)*. Çeviren Veysel Akdoğan. İstanbul: İşaret Yayınları, 2018.
- . *Allah’a Dönüş (El-Kasd ve’r Rücu İlallah)*. Çeviren Cemal Aydın. İstanbul: Sufi Kitap, 2019.
- . *Allah’ı Arayış (El-Kasdu ve’r-Rucu’u İlallah)*. Çeviren Osman Arpaçukuru. İstanbul: İlke Yayıncılık, 2017.
- . *el-Vesâyâ*. Editör Abdülkadir Ahmed Ata. Beyrut: Dârü’l-Kütübi’l-İlmiyye, 1986.
- . *er-Riaye Li-Hukukillah*. Editör Abdülkadir Ahmed Ata. Kahire: Dârü’l-Kütübi’l-Hadise, 1970.
- . *er-Riaye: Nefs Muhasebesinin Temelleri*. Çeviren Şahin Filiz ve Hülya Küçük. İstanbul: İnsan, 2020.
- . *Farzet ki Öldün (Kitabu’t Tevehhum)*. Çeviren Abdulaziz Hatip. İstanbul: Polen Yayınları, 2019.
- . *Hakikati Arayanlara Kılavuz (Risaletü’l Müstersîdin)*. Çeviren Mehmet Odabaşı. Ankara: Takdim Yayınları, 2019.

- . *Hakk'ı Arayanlara Nasihatler*. Çeviren Muhammed Coşkun. İstanbul: İlk Harf Yayınevi, 2018.
- . *Helal Rızık ve Namazın Anlaşılması*. Çeviren Muhammed Coşkun. İstanbul: İlk Harf Yayınevi, 2018.
- . *Mahşer Günü (el-Ba's ve'n-Nüşur)*. Çeviren Siraceddin Önlüer. İstanbul: Semerkand Yayınları, 2016.
- . *Nefis Adabı (Adabu'n Nüfus)*. Çeviren Ersan Urcan. Ankara: İ'tisam Yayınları, 2019.
- . *Riya ve Korunma Yolları*. Çeviren Alim Yücer. İstanbul: Polen Yayınları, 2017.
- . *Selefi Tasavvuf (Risaletü'l Müstersidin)*. Çeviren Faruk Beşer. İstanbul: Nun Yayıncılık, 2015.
- . *Tevbenin İlk Adımı (Bed-ü Men Enabe İlallah)*. Çeviren Muhammed Coşkun. İstanbul: İlk Harf Yayınevi, 2013.
- . *Tevbenin İlk Adımı (El-Kasd ve'r Rücu İlallah)*. İstanbul: İlk Harf Yayınevi, 2013.
- . *Tevbenin İlk Adımı (Şerhu'l Marife ve Bezlu'n Nasihah)*. Çeviren Muhammed Coşkun. İstanbul: İlk Harf Yayınevi, 2013.
- Munn, Norman L. *İnsan İntibakının Esasları Psikolojisi*. Çeviren Nahid Tendar. C. 2. İstanbul: M.E.B. Yayınları, 1968.
- Türk Dil Kurumu. “Nefis”, 12 Kasım 2021. <https://sozluk.gov.tr>.
- Öğük, Emine. “İmanda Etkin Olan Temel Unsurlar: Akıl, Kalp ve Beden”. *Kelam Araştırmaları* 12, sy 1 (2014).
- Özpinar, Ömer. “Hadisler ve Tıbb-ı Nebevi Rivayetlerinde Uykuya Yaklaşım”. *Tokat İlmîyat Dergisi* 9, sy 1 (t.y.): 2021.
- Peker, Hüseyin. *Din Psikolojisi*. İstanbul: Sönmez Yayınları, 1993.
- . “Olumlu Şahsiyet Özellikleri ve Din”. *Ondokuz Mayıs Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi*, sy 1 (1986).
- Saul, Mcleod. *Maslow'un İhtiyaçlar Hiyerarşisi*. Basitçe Psikoloji, 2007.
- Sayar, Kemal. *Sufi Psikolojisi*. İstanbul: Kapı Yayınları, 2021.
- Schoonover, Kermit. “Muhâsibî ve er-Riâye Adlı Eseri”. Çeviren Ali Bolat. *Tasavvuf: İlmî ve Akademik Araştırma Dergisi* 5, sy 12 (t.y.): 293-301.
- Schultz, Duane P., ve Sydney E. Schultz. *Modern Psikoloji Tarihi*. Çeviren Yasemin Aslay. İstanbul: Kaknüs Yayınları, 2007.
- Smith, Margaret. *An Early Mystic Of Baghdad*. London: The Sheldon Press, 1935.
- İstanbul Üniversitesi. “Sosyal Hizmet Kuramları”, 14 Aralık 2021. https://cdn-acikogretim.istanbul.edu.tr/auzefcontent/20_21_Guz/sosyal_hizmet_kuramlari/4/index.html#konu-3.
- Sübki, Taceddin Takiyyüddin. *Tabakatü'ş-Şafiiyye el-Kübra*. C. II. Kahire: Matbaatu İsa el-Babi el-Halebi, 1968.

- Sülemi, Ebû Abdurrahman Muhammed b. Hüseyin es-. *Tabakatu's-Sufiyye*. Kahire, 1986.
- Şa'rani, Ebû'l-Mevahib Abdülvehhab b. Ahmed b. Ali Şa'rani Mısri. *et-Tabakatül'l Kübra*. Mısır, 1954.
- Şentürk, Habil. "Küreselleşme Çağında İnsan, Din ve Medeniyet Kavramlarına Psikososyal Açından Bir Bakış". *Süleyman Demirel Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi 2*, sy 23 (2009).
- Tarhan, Nevzat. *Değerler Psikolojisi ve İnsan*. İstanbul: Timaş Yayınları, 2021.
- . *İnanç Psikolojisi ve Bilim*. İstanbul: Timaş Yayınları, 2021.
- . *Mutluluk Psikolojisi Stresi Mutluluğa Dönüştürmek*. İstanbul: Timaş Yayınları, 2004.
- Tirmizi, Hakim. *Beyânü'l-fark beyne's-sadr ve'l-kalb ve'l-fu'âd ve'l-lüb*. Çeviren thk. Nicholas Lawson Heer. Kahire: Darü'l Arab, 1958.
- Topbaş, Osman Nuri. *İmandan İhsana Tasavvuf*. İstanbul: Erkam Yayınları, 2002.
- Türk Dil Kurumu Sözlüğü*. C. 1. Ankara, 1983.
- Uludağ, Süleyman. "Akıl". İçinde *DİA*. C. 2, 1989.
- . "Kalb". İçinde *DİA*. C. 24, 2001.
- . "Nefs". İçinde *Türkiye Diyanet Vakfı İslâm Ansiklopedisi*. C. 32. İstanbul, 2006.
- Weiten, Wayne, Elizabeth Yost Hammer, ve Dana S. Dunn. *Psikoloji ve Çağdaş Yaşam*. Çeviren Ebru İkiz. Ankara: Nobel Yayıncılık, 2015.
- Wikipedia. "Wilhelm Wundt", 24 Ekim 2021. https://tr.wikipedia.org/wiki/Wilhelm_Wundt.
- Yapıcı, Asım. *Ruh Sağlığı ve Din: Psiko-Sosyal Uyum ve Dindarlık*. Adana: Karahan Yayınları, 2013.
- Yavuz, Yusuf Şevki. "Ruh". İçinde *DİA*. C. 35, 2008.
- Yücedoğru, Tefvik. "Ebu'l Abbâs el-Kalânî'nin Kelâmî Görüşleri". *Uludağ Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi 20*, sy 2 (2011): 79.
- Yüceol, Nazlı. "Maslow'un Gözünden Kendini Gerçekleştiren İnsan". *Yıldız Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi 4*, sy 1 (2020).
- Zel, Uğur. *Kişilik ve Liderlik*. İstanbul: Nobel Akademik Yayıncılık, 2011.
- Zimbardo, Philip G., ve Richard J. Gerrig. *Psikoloji ve Yaşam*. Çeviren Gamze Sart. Ankara: Nobel Yayıncılık, 2012.

