

**T.C.
ONDOKUZ MAYIS ÜNİVERSİTESİ
LİSANSÜSTÜ EĞİTİM ENSTİTÜSÜ
TEMEL İSLAM BİLİMLERİ ANA BİLİM DALI**



İNSANIN ANLAM ARAYIŞI VE TASAVVUFTA SEYR U SÜLÛK

Yüksek Lisans Tezi

Selma MUŞTUOĞLU

Danışman

Prof. Dr. Ali BOLAT

SAMSUN
2023

TEZ KABUL VE ONAYI

Selma MUŞTUOĞLU tarafından, Prof. Dr. ALİ BOLAT danışmanlığında hazırlanan “İNSANIN ANLAM ARAYIŞI VE TASAVVUFTA SEYR U SÜLÛK” başlıklı bu çalışma, jürimiz tarafından tarihinde yapılan sınav sonucunda oy birliği ile başarılı bulunarak Yüksek Lisans Tezi olarak kabul edilmiştir.

	Unvanı Adı Soyadı Üniversitesi Ana Bilim/Ana Sanat Dalı	Sonuç
Başkan	Prof. Dr. Ali BOLAT Ondokuz Mayıs Üniversitesi Temel İslam Bilimleri Ana Bilim Dalı	☒ Kabul ☐ Ret
Üye	Doç. Dr. Mehmet UYAR Ondokuz Mayıs Üniversitesi Temel İslam Bilimleri Ana Bilim Dalı	☒ Kabul ☐ Ret
Üye	Dr. Örg. Ü. Betül TARAKÇI Giresun Üniversitesi Temel İslam Bilimleri Ana Bilim Dalı	☒ Kabul ☐ Ret

Bu tez, Enstitü Yönetim Kurulunca belirlenen ve yukarıda adları yazılı jüri üyeleri tarafından uygun görülmüştür.

Prof. Dr. Ahmet TABAK
Enstitü Müdürü

BİLİMSEL ETİĞE UYGUNLUK BEYANI

Hazırladığım Yüksek Lisans tezinin bütün aşamalarında bilimsel etiğe ve akademik kurallara riayet ettiğimi, çalışmada doğrudan veya dolaylı olarak kullandığım her alıntıya kaynak gösterdiğimi ve yararlandığım eserlerin Kaynaklar'da gösterilenlerden oluştuğunu, her unsurun enstitü yazım kılavuzuna uygun yazıldığını ve TÜBİTAK Araştırma ve Yayın Etiği Kurulu Yönetmeliği'nin 3. bölüm 9. maddesinde belirtilen durumlara aykırı davranılmadığını taahhüt ve beyan ederim.

Etik Kurul Gerekli mi ?

Evet ☐ (Gerekli ise ekler kısmına ekleyiniz)

Hayır ☒

... / ... / 2023

Selma MUŞTUOĞLU

TEZ ÇALIŞMASI ÖZGÜNLÜK RAPORU BEYANI

Tez Başlığı : İNSANIN ANLAM ARAYIŞI VE TASAVVUFTA SEYR U SÜLÜK

Yukarıda başlığı belirtilen tez çalışması için şahsım tarafından 07/07/2023 tarihinde intihal tespit programından alınmış olan özgünlük raporu sonucunda;

Benzerlik oranı : % 22

Tek kaynak oranı : % Bir öğe seçin. çıkmıştır.

... / ... / 2023

Prof. Dr. Ali BOLAT

ÖZET

İNSANIN ANLAM ARAYIŞI VE TASAVVUFTA SEYR U SÜLÛK

Selma MUŞTUOĞLU
Ondokuz Mayıs Üniversitesi
Lisansüstü Eğitim Enstitüsü
Temel İslam Bilimleri Ana Bilim Dalı
Yüksek Lisans, Temmuz/2023
Danışman: Prof. Dr. Ali BOLAT

Çağımızda insanları etkisi altına alan “anlamsızlık hissi”nin varlığı tartışmasız kabul edilen bir vakıdır. Bu his, bazı Varoluşçu filozoflar tarafından "boşluk" olarak da ifadelendirilmektedir. Varoluşçu felsefe, anlam hissini tanımlarken iki temel ayrıma odaklanır. Teist ve ateist yaklaşımlar arasındaki birinci ayrım, fenomenolojik yaklaşımlarla ilgili ayrımın temelidir. Fenomenoloji, anlam hissini bireysel deneyimlere, bilinç düzeyine ve varoluşsal gerçekliğe odaklanarak açıklar; insanın dünyayı algılaması, deneyimlemesi ve anlamlandırması üzerine çalışır. Varoluşçu filozoflar, anlam arayışının insanın varoluşsal doğasından kaynaklandığını vurgularlar. Bu çalışmada varoluşçu filozoflardan Viktor Emil Frankl'ın "İnsanın Anlam Arayışı" eserinden hareketle yaşadığı bunalım döneminden yola çıkarak ortaya koyduğu düşünceleri tespit etmek ve bu benzeri arayışların geçmişinin aynı zamanda insanın her dönem ve kültür ortamında söz konusu olduğundan hareketle Tasavvuf geleneğindeki seyr u sülûk süreci arasındaki muhtemel bağlantıların incelenmesi amaçlanmaktadır.

Bu amaç doğrultusunda tezimiz iki bölüm ve sonuçtan oluşmaktadır. Birinci bölümde varoluşçu felsefe ve Frankl hakkında temel düşüncelere yer verilmiştir. İkinci bölümde ise tasavvuf ilmindeki manevi yolculuğu ifade eden seyr u sülûk ve unsurları açıklanmış ve Frankl'ın anlam arayışındaki yaklaşımlar ile arz ettiği paralellikler üzerinde durulmuştur.

Çalışmanın sonucunda Varoluş felsefesi ve tasavvuf, insanın varoluşsal deneyimlerini, anlam arayışını ve içsel gelişimini merkeze alarak kendini anlama ve anlamlandırma çabalarını destekleyen yaklaşımlar olduğu anlaşılmıştır. Her iki disiplinin de insanın fitratına hitap ederken anlam arayışını, kendini keşfetme sürecini ve ruhsal gelişimini önemseyerek varoluşsal sorunlara, içsel boşluğa ve anlamının önemine vurgu yaptığı tespit edilmiştir.

Anahtar Sözcükler: Tasavvuf, Anlam arayışı, Seyr u sülûk, Varoluş felsefesi, Viktor E. Frankl.

ABSTRACT

MAN’S SEARCH FOR MEANING AND THE SPIRITUAL TRAINING PHASES OF SUFİZM

Selma MUŞTUOĞLU
Ondokuz Mayıs University
Institute of Graduate Studies
Department of Fundamental Islamic Sciences
Master, July/2023
Supervisor: Prof. Dr. Ali BOLAT

The existence of the 'sense of meaninglessness' that affects people in our era is an indisputable fact. This feeling is also expressed as 'emptiness' by some existentialist philosophers. Existential philosophy focuses on two fundamental distinctions when defining the sense of meaning. The first distinction between theistic and atheistic approaches forms the basis of the distinction related to phenomenological approaches. Phenomenology explains the sense of meaning by focusing on individual experiences, consciousness, and existential reality; it works on how humans perceive, experience, and make sense of the world. Existentialist philosophers emphasize that the search for meaning arises from the existential nature of human beings. This study aims to identify the thoughts presented by existentialist philosopher Viktor Emil Frankl, based on his work 'Man's Search for Meaning,' starting from the crisis period he experienced, and to examine the possible connections between such similar quests, considering that the past of these searches is also relevant in every period and cultural environment of human beings, by examining the possible connections between the seyr u sülûk process in the Sufi tradition.

In line with this purpose, our thesis consists of two sections and a conclusion. The first section presents the fundamental ideas about existential philosophy and Frankl. The second section explains the spiritual journey expressed as seyr u sülûk and its elements in the field of Sufism, and highlights the parallels between Frankl's approaches to the search for meaning.

As a result of this study, it is understood that Existential philosophy and Sufism are approaches that focus on understanding and interpreting oneself, existential experiences, the quest for meaning, and inner development. Both disciplines address the search for meaning, the process of self-discovery, and the importance of spiritual growth while emphasizing existential issues, internal voids, and the significance of understanding, catering to the nature of human beings.

Keywords: Sufism, Search for meaning, Seyr u sülûk, Existential philosophy, Viktor E. Frankl.

ÖN SÖZ VE TEŞEKKÜR

Varoluş Felsefesinin şekillendiği dönemde insana verilen önemin azaldığı iddia edilmektedir. Nitekim bu durum da insanlar üzerinde bunalım hissi oluşturmaktadır. İnsanların yaşamış olduğu bu bunalıma Viktor Emil Frankl, logoterapi ismini verdiği terapi yöntemini geliştirilmiştir. Tezimizin konusunu kurulan bu terapi yöntemi ile tasavvuf ilminde manevi yolculuğu ifade eden seyr u sülûk arasında paralellik olacağını düşündüğümüz için disiplinler arası bir çalışma yapmayı planladık.

İlk bölümde Varoluş felsefesi ile Frankl'ın düşüncelerini içeren kavramlara değindik. İkinci bölümde manevi yolculuk olan seyr u sülûk açıklanarak bu kavramların Frankl'ın anlam arayışı için kullandığı ifadeler arasındaki paralellikleri ortaya koymaya çalıştık.

Lisans ve lisansüstü eğitimim boyunca her aşamada ilminden, teşvik ve tecrübelerinden faydalandığım, başından sonuna kadar yardımını esirgemeyip, bana her konuda destek sağlayan değerli hocam ve danışmanım Prof. Dr. Ali Bolat'a sonsuz teşekkür ediyorum.

Hayatım boyunca maddi manevi desteğini hiçbir zaman eksik etmeyen kıymetli annem, annem, annem ve babama sonsuz teşekkür ediyorum. Bu yoğun süreçte karşılaştığım tüm zorluklarda her daim yanımda olan, koşulsuz sevgi ve destekleri ile her zaman daha iyi hissetmemi sağlayan değerli eşim Emrah Muştuoğlu'na sonsuz teşekkür ediyorum. Tabii ki bu süreçte sabırlarıyla çalışmama destek veren kıymetli emanetlerimiz Gül Vera ve Afra'ya da ayrıca şükranlarımı sunuyorum.

Selma MUŞTUAĞLU

İÇİNDEKİLER

TEZ KABUL VE ONAYI	i
BİLİMSEL ETİĞE UYGUNLUK BEYANI	ii
TEZ ÇALIŞMASI ÖZGÜNLÜK RAPORU BEYANI	ii
ÖZET	iii
ABSTRACT	iv
ÖNSÖZ VE TEŞEKKÜR	v
İÇİNDEKİLER	vi
1. GİRİŞ	1
1.1. Araştırmanın Konusu	1
1.2. Araştırmanın Amacı ve Önemi	1
1.3. Araştırmanın Kapsam ve Yöntemi.....	2
1.4. Kaynaklar ve Değerlendirilmesi	2
2. VAROLUŞÇULUK VE İNSANIN ANLAM ARAYIŞI	6
2.1. Varoluşçuluğun Tarihçesi	6
2.2. Varoluşçuluk	12
2.3. Viktor E. Frankl ve Varoluşçuluk	28
2.4. Viktor E. Frankl'ın Anlam Arayışı ve İlgili Kavramların Çözümlemesi.....	31
2.4.1. Logoterapi – Maneviyat	31
2.4.2. Tanrı.....	37
2.4.3. İrade	40
2.4.4. Vicdan	44
2.4.5. Nihai Anlam.....	48
2.4.6. Sevgi	52
2.4.7. Acı ve Negatif Mutluluk	55
3. İNSANIN ANLAM ARAYIŞI VE SEYR U SÜLÛK.....	60
3.1. Tasavvufta Seyr u Sülûk	61
3.1.1. Sülûk Mertebeleri.....	69
3.1.2. Nefis ve Mertebeleri	74
3.2. Bir Anlam Arayışı Olarak Seyr u Sülûk	91
3.2.1. Varoluşsal Boşluk/Bunaltı ve Yakaza.....	91
3.2.2. Varoluşsal Engellenme ve Mücadele	99
3.2.3. Kaygı ve Havf-Reca.....	103
3.2.4. Negatif Mutluluk/Acı ve Riyazet	109
3.2.5. Vicdan ve Vera/Muhasebe	116
3.2.6. Sevgi ve Muhabbet	121
3.2.7. Anı Yaşamak ve Tasavvufta Vakt Anlayışı	128
3.2.8. Nihai Anlam ve Marifet	134
4. SONUÇ	143
KAYNAKLAR	147
ÖZ GEÇMİŞ.....	156

1. GİRİŞ

1.1. Araştırmanın Konusu

Bu çalışmadaki ana konu, varoluşçu düşünce ile tasavvuf arasında kurulabilecek irtibatlar ve tutarlılığıdır. Bilindiği üzere Varoluş felsefesi, 19. yüzyıl sonlarına doğru ortaya çıkmış olup temel paradigma açısından teist ve ateist olmak üzere iki ana yaklaşıma sahiptir. Bu felsefede fenomenolojik yaklaşımların önemli olduğu ifade edilmektedir. Çalışmada her iki yaklaşımın insanın varoluşsal deneyimleri, anlam arayışı, içsel olarak ilerleyişi ve insanın kendini gerçekleştirmesinin önemli olduğu anlatılmaya çalışılmaktadır. Her iki yaklaşım da kişinin bireysel hürmetini, sorumluluk bilincini ve anlam arayışını ön plana çıkaran unsurları içermektedir.

Varoluş Felsefesi ve Tasavvuf arasındaki benzerlikler ve ortak noktalar incelenirken, her iki yaklaşım da insanın anlam arayışı sürecinde ruhsal odaklanmaya ve varoluşsal karmaşaların yaşanabileceğine dikkat çekilmektedir. Tezimize göre bu iki disiplin, insanın amacına ulaşması için Mutlak Varlık'a bağlanmasını ve dolayısıyla bu bağlılıkla kişinin özgürleşeceğini ve sorumluluğunu üstleneceğini iddia etmektedir. Nitekim bunları yapan kişi nihai amacına ulaşma yolunda ilerleyebilmesinde metafiziksel bağlantı olduğunu belirtmektedir. Ayrıca varoluşçu düşüncede insanın anlam arayışının merkezi bir rol oynadığı vurgulanırken, Tasavvufta da insanın ruhsal gelişimi ve Allah'a yaklaşması üzerine odaklandığı temel vurgu olarak ifade edilebilir.

1.2. Araştırmanın Amacı ve Önemi

Çalışmamızdaki amaç, Viktor Emil Frankl'ın logoterapi yöntemiyle Tasavvuf ilmindeki "seyr u sülûk" arasında kurulabilecek ilişki ve bu iki farklı düşünce geleneği arasındaki paralellikleri, ortak noktaları ve dolayısıyla insanın anlam arayışını, içsel gelişimini ve nihayetinde ruhsal yolculuğunu anlamaya yönelik inceleme amaçlanmıştır.

Çalışmamız iki farklı düşünce geleneği arasında kurulabilecek ilişkiyi anlamak üzerine inşa edilmiş olup, varoluşçu psikoloji ve Tasavvuf ilmi gibi farklı düşünce geleneği ve yöntemlerin, insanın anlam arayışını nasıl ele aldığını ve bu bağlamda benzerliklerinin neler olduğunu araştırma iddiasındadır. Bu tür disiplinler arası

alışmalar, farklı bakış açılarından hareketle insanın ruhsal ve psikolojik yapısını daha iyi anlamamıza yardımcı olabilir.

Bu alışma, bu iki disiplin arasındaki benzerliklerin ve farkların, insanın ruhsal ve psikolojik ihtiyaçlarını anlama sürecine katkı sunmayı amaçlar. Bu nedenle insanın anlam arayışının temel bir problem olduğundan hareketle merkezi bir rol oynadığı vurgulamakta ve insan psikolojisi ve manevi gelişiminde nasıl bir etkiye sahip olduğunu ele almaktadır. Bu, insanın varoluşsal durumuyla ilgili temel meselelere odaklanan farklı disiplinlerin benzer sonuçlara ulaşabileceği tesbiti ile de ayrı bir önemi haizdir.

1.3. Araştırmanın Kapsam ve Yöntemi

Bu çalışmada öncelikle varoluşçu düşünce üzerinde durulacak, ardından bu düşüncenin önemli isimlerinden Viktor E. Frankl'ın diğer varoluşçulardan ayıran fikirleri tesbit edildikten sonra Tasavvuf ile mukayesesi yapılacaktır. Dolayısıyla araştırma konumuzun bir tarafında Frankl'ın bulunması, onun varoluşçu düşünce içerisinde kendine özgü bir tezi olduğu fikrini kendiliğinden vurgulamış olmaktadır. Onun, hayatta karşılaşılan her şeyde bir anlamın olduğu fikri, Tasavvuf ilminde “seyr ü sülük” olarak adlandırılan manevi gelişim sürecinin bir tür anlam arayışı ve insanın bu dünyadaki varlığını temellendiren bir yaklaşımı benimsemesi ile taşıdığı paralellik, çalışmanın çerçevesinin belirlenmesinde yardımcı olmuştur.

Anlaşılaçağı üzere çalışmamız disiplinler arası bir içeriğe sahip olacaktır. Bu bakımdan birinci bölümde varoluşçuluğun tarihçesi, varoluşçuluk, Viktor E. Frankl ve Frankl'ın anlam arayışı ile ilgili kavramları açıklanacak; ikinci bölümde ise tasavvuf ilminde seyr ü sülük ve nefis kavramları hakkında bilgi verilmesinin akabinde anlam arayışı hakkında Frankl'ın düşünceleri ile seyr u sülük eğitiminde yer alan temel unsurlar arasındaki benzerlikler üzerinde durulacaktır.

1.4. Kaynaklar ve Değerlendirilmesi

Çalışmamızın bir ayağında Tasavvuf ilminde manevi eğitimin adı olarak karşımıza çıkan “seyr u sülük” ya da sadece “sülük” kavramlarının geçtiği temel kaynaklar öncelikli referanslarımız olmuşturlardır. Bu çerçevede tasavvufun bir ilim olarak teşekkülünde temel/kurucu metinler şeklinde değerlendirilen ve 3. Hicrî asırdan kaleme alınmış bulunan kaynakların bizim için vazgeçilmez bir kaynaklık değeri bulunmaktadır. Özellikle Haris el-Muhasibî'nin er-Riaye li Hukukillah, Serrac

Tusî'nin el-Luma', Kuşeyrî'nin er-Risale, Hücvirî'nin Keşfü'l-Mahcub, Herevî'nin Menazilü's-Sairîn, Gazzalî'nin İhyau Ulumi'd-Dîn, ve Kelabazî'nin Taarruf adlı eserleri nefis, mahiyeti, özellikleri, sülûk ve manevî haller ve makamlara dair yararlandığımız temel eserlerdir. Bu eserlerden hareketle seyr u sülûkün mahiyeti ve temel esaslarına dair bir çerçeve çizilmeye çalışılmıştır.

Bunun yanı sıra konuyla ilgili olarak özellikle nefis ve mertebelerine dair yararlandığımız akademik çalışmalar da mevcuttur. Bunlar: Ahmet Ögke'nin "Kur'an'da Nefs Kavramı (Yüksek Lisans Tezi)", Muhyiddin Usta'nın "Tasavvuf Eğitiminde Etvar-ı Seb'a Metodu (Doktora Tezi)", Mehmet Uyar'ın "Sufî Benliğin İnşasında Nefs (Doktora Tezi, Litera Yayıncılık, İstanbul 2017)" ve Caner Bilgin'in "Tasavvufî Tarikatlarda Seyr-ü Sülûk Adabı ve Tasavvufî Bir Kavram Olarak Nefs (Yüksek Lisans Tezi)" isimli çalışmalarıdır.

Seyr u sülûkün temel yaklaşımları ve insana bakışının bazı yönleri itibariyle karşılığını bulabileceğimizi düşündüğümüz varoluşçu düşünce içerisinde, özellikle teist varoluşçuluğun önde gelen isimleri arasında Viktor Frankl'ın dikkat çekici bir yönü olduğunu gördük. Bu dikkat çekici yön, Frankl'ın, adeta "sülûk" süreci olarak görülebilecek ve bizzat kendisi tarafından "Logoterapi" olarak adlandırılan yaklaşımı nedeniyle Frankl'ın eserlerini merkeze almayı uygun gördük. Bu nedenle çalışmamızın ikinci ayağında Frankl'ın eserlerinden yararlandık. Onun bu manada görüşlerini dile getirdiği temel eseri hiç şüphesiz "Man's Search for Meaning" adlı eseridir. Dilimize farklı adlarla birçok çevirisi yapılan bu eser daha çok, "İnsanın Anlam Arayışı" adıyla bilinmektedir. Biz de çalışmamızda bu çeviriden istifade ettik. Eserinde, logoterapi adını verdiği anlam/amaç arayışını ele alan Frankl'a göre insanların anlam arayışı ve hayatta kalma süreci varoluşsal bir problemdir. Bu problemin temel unsurları Frankl'a göre anlam arayışı, varoluşsal engellenme, varoluşsal boşluk, sevgi, acı, nihai anlam ve hayatın geçiciliği üst başlıklarıyla ifade edilmiştir.

Frankl'ın bir diğer eseri, The Will to Meaning: Foundations and Applications of Logotherapy" ismindedir. "Anlam İstenci Logoterapinin Temelleri ve Logoterapi Uygulamaları" olarak tercüme edilen bu eserinde Frankl, insanın, anlam arayışının merkezi olduğunu ve hayatta kalma zorluklarıyla nasıl başa çıkabileceğini izah etmiştir. Ayrıca Frankl bu eserinde logoterapinin temel bileşenlerini ve onun uygulamalarını açıklamıştır.

Frankl'ın "The Unheard Cry for Meaning" isimli eseri "Duyulmayan Anlam Çılgılığı Psikoterapi ve Hümanizm" olarak tercüme edilmiştir. Frankl bu eserinde insanın anlam arayışında, terapi sürecinin göz ardı edilemeyecek bir durum olduğunu ifade etmiştir. Bu durum varoluşsal boşlukla karşı karşıya olan bireylerin arayışını anlamak ve onlara etkili bir şekilde tedavi yöntemi sunabilmek adına Frankl tarafından örneklerle desteklenen bir eser olmuştur.

Frankl'ın "Die Sinnfrage in der Psychotherapie" isimli eseri "Hayatın Anlamı ve Psikoterapi" olarak Türkçeye kazandırılmıştır. Frankl'ın varoluşçu psikolojisi ve logoterapi yaklaşımının temel ilkelerini kapsayan bu eser, insanın varoluşsal zorluklarla nasıl başa çıkabileceğini, anlam arayışının değerini ve içsel olarak öğrenilen psikoterapi yöntemlerini incelemiştir.

Frankl'ın bir diğer eseri "Der Unbewusste Gott: Psychotherapie und Religion" da Tanrı hakkındaki düşüncelerini aktarmıştır. "Psikoterapi ve Din: Bilinçdışındaki Tanrı" olarak tercüme edilen bu eser de psikoterapi ve dini deneyim arasındaki ilişki ele alınmış, ayrıca logoterapi yaklaşımını temel alarak, psikoterapinin ve dininin, insanın ruhsal sağlığına ve anlam arayışına olan faydasından bahsedilmiştir.

"Wer Ein Warum zu Leben Hat Lebenssinn und Resilienz" isimli eseri "Yaşamak İçin Bir Nedeni Olan: Hayatın Anlamı ve Direnç" olarak tercüme edilen Frankl, bu çalışmasını 2 bölüme ayırmıştır. İlk bölümde Auschwitz'deki deneyimlerini, oradaki insanların acı, kayıp ve çaresizlikle nasıl başa çıkabildiğini anlatmıştır. İkinci bölümde ise, logoterapinin ve varoluş analizinin temel ilkelerini ifade etmiştir. Frankl'ın bu eseri sadece hayatta kalma hikayesini sunmakla kalmamış aynı zamanda insanların hayatlarına derin bir yaklaşım getirmiş ve onların içsel özgürlüklerine dolayısıyla seçim yapabilme güçlerine dair de ipuçları sunmuştur.

Frankl, "Ärztliche Seelsorge" isimli eserinde hastaların tedavi sürecindeki ruhlarını ve bedenlerini ele alırken, onlara anlam ve amaç arayışlarında yardımcı olma perspektiflerini sunmuştur. "Tıbbi Ruhsal Bakım Logoterapinin ve Varoluşsal Analizin Temelleri" olarak tercüme edilen bu eserde Frankl, insanın içsel yeteneklerini keşfetmeyi, kişisel sorumluluğu, acının/çalışmanın/aşkın anlamını, anlam arayışını ve hayatın değerini bulmayı, ayrıca hastaların fiziksel rahatsızlıklarının olduğu bir durumda bireyin bakım sürecinde yaşadığı ruhsal sıkıntıların nasıl değerlendirilmesi gerektiğine dair öneriler sunmuştur.

Her ne kadar çalışmamız ile doğrudan bağlantılı bir çalışma mevcut olmasa da “anlam arayışı”, “logoterapi” veya “varoluşsal kaygı”ya dair kaleme alınmış metinlerden de istifade ettik. Bu çalışmalar içerisinde özellikle, Abdülkerim Bahadır’ın “Hayatın Anlam Kazanmasında Psiko-sosyal Faktörler ve Din (Doktora Tezi”, Ayşe Özoğul’un “Manevi Danışmanlık ve Rehberlikte Logoterapinin Uygulanabilirliği (Yüksek Lisans Tezi)” ve Ferdi Kırar’ın “Dindarlık Eğilimi, Varoluşsal Kaygı ve Psikolojik Sağlık (Yüksek Lisans Tezi)” zikredilmelidir.



2. VAROLUŞÇULUK VE İNSANIN ANLAM ARAYIŞI

2.1. Varoluşçuluğun Tarihçesi

Varoluşçuluğun kökleri Sokrates'e (ö.399), Stoacılar, St. Augustine (ö.430), St. Bernardo'ya değin gitmektedir.¹ Maine de Biran (ö.1824) ve Blaise Pascal'dan (ö.1662) sonra Soren Kierkegaard (ö.1855) ile asıl şeklini almaya başlamaktadır. Fenomenolojik yöntem ve Friedrich Nietzsche² ile varoluşçuluğun tanrıtanımaz³ kanadı şekillendirmekte, Martin Heidegger (ö.1976) ile Jean-Paul Sartre (ö.1980) da bunu devam ettirmektedir. Teist kanadı ise Karl Jaspers (ö.1969), Gabriel Marcel (ö.1973), Henri Bergson (ö.1941) gibi düşünürler temsil etmektedir.⁴ Varoluşçu felsefe ailesinin içerisinde yer alan Emmanuel Mounier'e (ö.1950) göre çağımıza hakim olan iki büyük düşünce sisteminden biri Varoluşçuluk, diğeri ise Marksizm olup; diğerk akımlar ya bunlardan kaynaklanmış ya da bu iki akımın etkisi altında ortaya çıkmıştır.⁵ Mounier'in yapmış olduğı soyağacı, varoluşçuluğun tarihi ve önemli temsilcileri hakkında bize fikir verirken;⁶ varoluşçuluk ile ilgili yapılan tasnifte dinin önemli bir etken olduğı söylenebilir.

Varoluşçuluk kökeni itibariyle Mounier'in varoluşçuluk soy ağacından da anlaşılacağı üzere kökeni itibariyle milattan önce 3 yıla dayandırılmış olsa da XX. Yüzyılda bir felsefi akım olarak ortaya çıkmıştır. Bu duruma sebep olan etkenlerden birisi, varoluşçuluğun diğerk felsefi akımlara yönelik ortaya koyduğı eleştirilerdir. Akıl çağının hakim olduğı, düşüncenin ruhsuzlaştığı bir dönemde, toplumsal eleştirilerde bulunmaktadır. Hayatı insanı kısacası bütün dünyayı rasyonalize eden, yorumlayan felsefi akımların ruhsuzlaştığı, insana ait şeyleri kenara ittiğine dair eleştirilerde bulunarak insanı yeniden keşfetmeyi amaçlamaktadır. Varoluşçuluğun ortaya çıkışında önemli olan bir diğerk etkende savaşların ve bunalımların yol açtığı zor

¹ Emmanuel Mounier, *Varoluş Felsefelerine Giriş*, çev. Serdar Rifat Kırkoğlu, Fol Kitap, Ankara 2019, s.59.

² Alman filozof Nietzsche (1844-1900), ahlak değerlerine karşı sert eleştirilerde bulunarak, kendine özgü bir ahlak dışı (amoral) felsefe oluşturma çabası içerisinde yer almıştır. Onun anlayışı, akli değil isteğı, toplumu değil bireyi ön planda tutan bir düşünce sistemini temsil etmektedir. O, akılcılığı ve toplumsuluğı destekleyen değerlerin yerine bireyselliğı (individüalizm) ve isteğı destekleyen değerlerin konulmasını savunmuştur. Aliye Çınar, *Varoluşçu Teolojide İnsan ve Anlam*, Sentez Yayıncılık, İstanbul 2015, s.17.

³ Bu konuya Barrett'in yaklaşımı farklılık arz etmektedir. Bknz. William Barrett, *İrrasyonel İnsan*, çev. Salih Özer, Hece Yayınları, Ankara 2003, s.23.

⁴ Samet Çakmak, *1950-1970 Arasında Türk Şiirinde Varoluşçuluğun Görünümleri*, Sakarya Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Yayınlanmamış Doktora Tezi, Sakarya 2020, s.10

⁵ Bilal Dindar, *Emmanuel Mounier'in Personalizmi*, Kültür ve Turizm Yayınları, Ankara 1988, s.10.

⁶ Mounier, *Varoluş Felsefelerine Giriş*, s.3.

günlerden kurtulmaya yönelik bir arayış içerisine girilmesidir. Bir diğer önemli etken, savaşlardan sonra yaşanan zor günlerin bir cevabının olması gerektiğine yönelik arayış içine girilmesinden kaynaklanmaktadır. Zira insanları bir arayış içerisine yönelten savaş ve bunalımların ardından insanların içine düştüğü boşluk, değersizlik, çaresizlik veya bir ölçüde inançlara duyulan güvensizliktir.

Varoluş bir felsefe olarak, Kierkegaard tarafından Danimarka’da ortaya atılmış olmakla beraber Almanya’da geliştirilmiş ve Fransa’da olgunlaştırılmıştır. Başka bir ifadeyle Kierkegaard ile başlayan bu felsefe, Almanya da Heidegger, Jaspers ile geliştirilmiş olmakla beraber Fransa da Sartre, Beauvoir ve Camus gibi isimlerle olgunlaştırılmıştır. Varoluşçuluğun gelişmesi ve yaygınlaşması sürecinde tek bir isimden söz etmek doğru olmaz kanaatindeyiz. Bu nedenle varoluşçuluk dediğimiz zaman kendi içerisinde oldukça farklı ve uzlaşmaz fikirlerin dile getirildiğini belirtmemiz gerekir. Bu bakımdan varoluşçuluğun gelişim sürecini iki ana çizgi üzerinde tanımlamamız mümkündür. Bunlardan; Kierkegaard, Gabriel Marcel ve Miguel de Unamuno teist kanadını oluştururken Heidegger, J.P. Sartre ve Nietzsche Tanrı-tanımazlar kanadı temsil etmektedir. Felsefede bu akım içerisinde tesit veya tanrıtanımaz kanadına dahil edilemeyen Maurice Merleau-Ponty (ö.1961) ile Jaspers’in yanında psikoloji ve edebiyat alanında Rollo May (ö.1994), Viktor Emil Frankl (ö.1997), Fyodor Dostoyevski (ö.1881), Franz Kafka (ö.1924), ve Albert Camus (ö.1960) varoluşçuluğu işlemişlerdir.⁷

Varoluşçuluğun Sartre tarafından Almanya ve Fransa da akıl çağı eleştirilerinin öncesinde Danimarka’da Kierkegaard tarafından Hegel’in akılcı kuramına karşı başlatılmış eleştirel nitelik taşıyan bir düşünce ve sanat akımı olarak temsil edildiği görülmektedir. Hegel’in her şeyi akılla açıklama girişimi, akıl ve inancı birbirinden ayırma yoluna gitmesi, Kierkegaard’ın eleştirilerinin temelinde yer alır. Bireyi, kendi tercihlerini yapan ve bunun getirdiği sorumlulukları üstlenen birisi olarak gören Kierkegaard, nesnel düşünceye yönelik bir eleştiri ortaya koymaktadır. Zira ona göre insanın nesneler dünyasından ‘dışarı çıkış’ı⁸ sorularını içermektedir. Bu yaklaşım varoluşçu felsefenin doğuşuna zemin hazırlamıştır.

⁷ Bilal Dindar, “J. P. Sartre’in Varoluşçuluğunda Hürriyet Anlayışı”, *Ondokuz Mayıs Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, Samsun 1987, s.72.

⁸ Soren Kierkegaard, *Korku ve Titreme Johannes de Silentio’dan Diyalektik Lirik*, çev. İbrahim Kapaklıkaya, Ketebe Yayınları, İstanbul 2022, ss.43-44.

Kierkegaard, kendisini bütüncül bir felsefî sistem kurmuş olmakla övünen Hegel felsefesine karşı bir tutum takınarak; “yaşanmış olanın bir düşünce dizgesine indirgenemezliğini ve özgüllüğünü” yani yaşantının teoriye üstünlüğünü savunmaktadır. Kierkegaard’a göre acı, ihtiyaç, tutku, insanların yaşadıkları sıkıntılar Hegel’in ve tüm diğer rasyonalist-dizgeci filozofların sandıkları gibi ne aşılabilen ne de bilgiyle değiştirilebilen katı gerçeklikleri temsil etmektedir. Bu düşünceye Karl Marx’ın katkısı da çok önem taşımaktadır, çünkü kendisi ‘soyut düşünceye ideolojik niteliğinden dolayı saldırmakta, tarihe ve topluma dinamik yorumlar getirmekte, modern sanayi toplumunda insanın şeyleşmesine ve insandışılaşmasına (dehumanization) karşı çıkmaktadır.’⁹

Varoluşçu felsefe, klasik felsefeye göre insan ve nesneler ayırımını yapmaksızın hep özün varoluştan önce geldiği düşüncesini savunmuş, felsefenin görevinin de bu özü araştırmak olduğunu dile getirmiştir. XIX. yüzyılda Kierkegaard ile birlikte yeniden can bulan varoluşçu düşünce, ilk önce insanı nesnel dünyadan tamamen ayırmış; her insana birer varoluş olarak bakmış ve sonuçta da insan söz konusu olduğu zaman, varoluşun özden önce geldiğini öne sürmüştür.¹⁰

Fransız düşünür J.P. Sartre tarafından ilk kez kullanılan "Varoluşçuluk" terimi, Jaspers gibi aynı geleneğe ait olan bir filozof tarafından da önceden "varoluş felsefesi" olarak kullanıldığı bilinmektedir. Bununla birlikte, Varoluşçuluk düşüncesi, temel konuları ve sorunlarıyla ilk olarak 19. yüzyılda yaşamış olan Danimarkalı filozof Soren Kierkegaard tarafından felsefenin konusu haline getirilmiştir.¹¹

Genç yaşta vefat eden Kierkegaard’ın düşünceleri Friedrich Schelling (ö. 1854)’inkiler gibi bir dönem insanların ilgisinden uzak kalmıştır. Karl Marx (ö.1883) ve Ludwig Andreas Feuerbach’da (ö.1872) bulunan varoluşçu nitelikler, dogmatik materyalist filozoflarca görmezden gelinmiştir. 1880’lerden itibaren varoluşçuluğa yeniden ivme kazandıran düşünürler, “yaşam felsefesi” diye anılan düşünceleriyle Wilhelm Dilthey (ö.1911), Bergson ve Batı toplumunun -manevi ve psikolojik temellerini reddeden, irade ve birey olmaya çok önem veren- bilinen ismi Nietzsche olmuştur.¹²

⁹ Erol Göka, *Psikoloji Varoluş Maneviyat*, Kapı Yayınları, İstanbul 2021, ss.40-41.

¹⁰ Latif Tokat, *Teist Varoluşçulukta Hürriyet Problemi*, Selçuk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Konya 1996, s.10.

¹¹ A. Kadir Çüçen, *Varoluş Filozofları*, Sentez Yayıncılık, İstanbul 2015, s.18.

¹² Erol Göka, *Varoluşun Psikiyatrisi*, Vadi Yayınları, İstanbul 2020, ss.95-97.

Kierkegaard Danimarkalı olması rağmen, Danimarka o dönemde Alman kültürünün bir parçası niteliğindeydi. Bu sebeptendir ki çağdaş varoluşçuluk felsefesinin büyük oranda Alman dehasının ürünü olduğu konusunda genel bir kabul oluşmuştur. Bu felsefe, orta çağın sonlarında Meister Eckhart'tan (ö.1328) bu yana Avrupalıların derinlerdeki maneviyatını dillendirmeye çalışan Alman zihninin o eski geleneğinden doğmuştur.¹³

Fransız varoluşçuluğunun belirli bir duyumsal ve güçlü bir marazi yönü olduğu kabul edilmektedir. Şöyle ki bu varoluşçuluğun bir döneminde sahte bir savaşın akıbetindeki yenilgi bıkkınlığı ile Alman işgali altında yaşanan aleni terk edilmişlik duygusunun etkisi bulunmaktadır.¹⁴

Denilebilir ki varoluşçuluk felsefesinin ortaya çıkışında Avrupalı düşünürlerin sayısı oldukça fazladır. Fransız varoluşçuluğunun önemli isimleri, aynı zamanda Sartre'ın tam karşıtı olmakla beraber bir Amerikan idealisti olan Josiah Royce (ö.1916) ve Marcel'dir. Rus varoluşçuluğu ise Vladimir Solovyov (ö.1900), Leon Shestov (ö.1938) ve Nikolay Berdyayev (ö.1948) tarafından temsil edilirken Çağdaş İspanyol varoluşçuluğu da Miguel de Unamuno (ö.1936) ve José Ortega y Gasset (ö.-1955)'in katkıları dikkat çekmektedir.¹⁵

Varoluş felsefesinin ortaya çıkışında bu felsefenin önemli temsilcilerinin ele aldığı kavramlar ve bu kavramlara yüklenen anlamlar etkili olmuştur.¹⁶ Kierkegaard-paradoks, Heidegger-fırlatılmışlık, Jaspers-varlığın tarihselliği, Sarte-boşluk ve Camus-absurd kavramını özünde varlığa duyulan güvensizlik ve yurtsuzluğa vurgu yapmıştır.¹⁷

Varoluşçuluğun ortaya çıkışında etkili olan bir kavram da fenomenolojidir. Fenomenoloji, sezgiye ve tasvire dayalı, öznel karakterli bir yöntemdir. Fenomenolojik açıklamayla insan, kendi benliğini ve fenomenlerin gerçek doğasını anlamayı hedefler. İşte bu noktada, fenomenoloji varoluşçuluğun temelini oluşturur.¹⁸ Nitekim, Karl Jaspers, *Man in the Modern Age* isimli kitabında, varoluşçu felsefenin

¹³ Barrett, *İrrasyonel İnsan*, s.19.

¹⁴ Barrett, *İrrasyonel İnsan*, s.15.

¹⁵ Barrett, *İrrasyonel İnsan*, ss. 20-21.

¹⁶ Deniz Yavuz, *Sezai Karakoç'un Varoluşçu Düşüncesinde İnsan Sorunu*, Ankara Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Yayınlanmamış Doktora Tezi, Ankara 2017, s.11.

¹⁷ Otto Friedrich Bollnow, *Varoluş Felsefesi*, çev. Medeni Beyaztaş, Efkâr Yayınları, İstanbul 2004, s.132.

¹⁸ Yavuz, *Sezai Karakoç'un Varoluşçu Düşüncesinde İnsan Sorunu*, s.14.

tarihsel önemini, standartlaşmış bir topluma yönelik büyük modern değişim karşısında bireyde otantik ve sahici bir yaşamın imkanlarını canlandırma çabası olarak görmektedir.

Varoluşçuluk, ümitsiz soğuk savaş yıllarında ortaya çıkmış yeni bir felsefe ve harekettir. Bu yeni hareket, bir doyumculuk, sırf “psikoloji yapmak”, savaş sonrasının (I. ve II. Dünya savaşı) hayal kırıklığı, nihilizm ve sadece bir edebi akım olarak değerlendirilmiştir. Varoluşçuluğun bizzat temaları, Anglo-Amerikan¹⁹ felsefesinin kendine özgü ılımlılığı açısından skandal hüviyeti taşımaktadır. Zira endişe, ölüm, sahte ile gerçek “Ben” arasındaki çatışma, kitleler içinde yüzü olmayan kişi ve Tanrı’nın ölümü gibi konular analitik felsefenin çok nadir konusu olmuştur. Oysaki bu konular hayatın içerisinde olup insanlar yaşamları boyunca gerçek ile sahte “Ben” arasında mücadele etmektedir.²⁰ Varoluş felsefesinin temellerinin ortaya çıkışında dünya savaşlarının yıkıcı etkilerinin sebep olduğu anlaşılmaktadır. Nitekim savaşların üzerindeki olumsuz etkilerinden karamsarlık ve umutsuzluk tüm dünyayı etkisi altına almıştır. Bu felsefenin toplumsal düzenin alt üst olduğu ve buna bağlı olarak manevi çalkantıların yaşandığı bir dönemde ortaya çıkması bir tesadüf değildir. Bunlar önemli bir etken olmakla beraber, varoluşçuluğun kökenine dair bir değerlendirme yapılmadığı zaman, varoluşçuluk tam olarak anlaşılmış sayılmamalıdır.

Varoluşçuluğun temelini teşkil eden bir diğer hususta, geçmişe olan güvenini yitirmiş insanın varlığını dile getirmeye çalışmasıdır.²¹ Dolayısıyla savaşların etkisiyle insanlarda oluşan terk edilmişlik duygusu ve hayal kırıklıkları, varoluşçuluğun ortaya çıkmasına ve yayılmasına katkı sağlamıştır.²² Varoluşçuluk geçmişe olan güvenini ve gelecek ümitlerini yitirmiş insanın varlığını dile getirmeye çalışmıştır. Bu psikolojik ve sosyolojik ortamda ister kazanan isterse kaybeden tarafta olsun devletler bu karamsarlık ve ümitsizlik duygusundan milletlerini geri tutamamıştır. Dolayısıyla denilebilir ki Varoluş felsefesi, çağdaş dünyada insanın var olma sebebini kaybetmesiyle başlamıştır.

¹⁹ Anglo-Amerikan" terimi, İngiltere ve Amerika'nın birlikte kullandığı ortak kültürel, tarihi veya politik özelliklerini ifade etmek için kullanılan bir terimdir. "Anglo" anlatımı, İngiltere veya İngilizce konuşanları ifade ederken, "American" ifadesi Amerika Birleşik emirlerini veya Amerikalıları ifade etmektedir.

²⁰ Barrett, *İrrasyonel İnsan*, ss.14-15.

²¹ Joachim Ritter, *Varoluş Felsefesi Üzerine*, İstanbul Üniversitesi Edebiyat Fakültesi Yayınları, İstanbul 1954, ss. 6-7.

²² Frederick Mayer, *Yirminci Asırda Felsefe*, çev. Vahap Mutal, Dergah Yayınları, İstanbul 1992, s.32.

Varoluşçuluğun felsefi bir akım olarak insanda gerginliğin arttırıcı etkisine karşı eleştirileri olanlara, bu akımın modern insanın zaten ruhunda var olan gerginlikleri yaratmadığını tam aksine onları yok saymak yerine felsefi olarak ifade etmeye çalıştığını vurgulanmıştır.²³ Bu nedenle Varoluşçuluk, bireyi merkeze alır ve insanın yaşamış olduğu güvensizlik ve tedirginlik nedeniyle, bireyin içinde kaybolduğu bir toplumda, onu dünyadaki gerçekliklerle karşılaştırarak, sorunları tartışarak ve eleştirerek varoluşçuluğun amacını ortaya koyar.²⁴ İşte bireye bu kadar önem veren bir felsefe, kendi terapi yöntemlerini de oluşturmuştur.

Varoluşçuluk, İkinci Dünya Savaşı sonrasında Batı Avrupa'da ortaya çıkmaya başlamış ve zamanla Amerika kıtasında yaygınlaşmıştır. Bu açıdan, varoluşçuluk, psikanaliz ve psikanalitik kökenli psikoterapiyle ilişkilendirilerek, Heidegger'in "Ontoloji" adını verdiği düşünce ekolünden esinlenerek geliştirilmiş bir tedavi yaklaşımıdır.²⁵ Varoluş için tek bir tanımlama yapılamadığı için, Frankl da varoluşçu psikiyatrist sayısı kadar varoluşçu psikiyatri yaklaşımı olduğundan bahseder. Bununla birlikte aralarındaki küçük farklılıklar göz önünde bulundurulduğunda varoluşçu psikolojinin 3 ekol şeklinde ele alındığı görülmektedir. Bunlar: Avrupa'da Ludwig Binswanger ve daha sonra Medard Boss'un yazıları aracılığıyla ortaya çıkan "varoluşçu psikanaliz", Rollo May tarafından ortaya konulan "varoluşçu fenomenoloji" Viktor Frankl'ın geliştirdiği "logoterapi"dir.²⁶

Varoluşçu Psikanaliz: Sigmund Freud'un psikanalitik teorileriyle varoluşçu felsefenin birleşimi olan bu yaklaşım, bilinçdışı, özgürlük, ölüm kaygısı gibi temaları ele alır. Varoluşçu Fenomenoloji: Edmund Husserl'in fenomenoloji felsefesinden etkilenen bu yaklaşım, bireyin varoluşsal deneyimini, öznel bilincini ve dünyayla ilişkisini inceler. Logoterapi, insanın varoluşsal endişeleri, anlam arayışı ve özgürlüğü üzerine odaklanan bu yaklaşım, terapi sürecinde varoluşsal sorunlara müdahale etmeyi amaçlar.

Viktor Frankl'ın geliştirdiği ve kendine özgü bir terapi yöntemi bulunan logoterapi, psikanalize eleştiri niteliğindedir. Şöyle ki Frankl, hastaların gerçekliklerden uzak tutularak iyileştirilemeyeceğini savunduğu bu yöneme göre hastayı hayatın içerisinde ancak insanın yaşadıklarına dair bir anlam katarak tedavinin

²³ Barrett, *İrrasyonel İnsan*, s.32.

²⁴ Talip Karakaya, *Jean Paul Sartre ve Varoluşçuluk*, Elis Yayınları, Ankara 2004, ss.7-8.

²⁵ Engin Geçtan, *Varoluş ve Psikiyatri*, Metis Yayınları, İstanbul 2003, s.25.

²⁶ Viktor E. Frankl, *İnsanın Anlam Arayışı*, Okuyan Us Yayınları, İstanbul 2020, ss.111-113.

gerçekleştirilebileceğini savunmuştur. Çalışmamızın çerçevesini Frankl'ın geliştirmiş olduğu bu yöntem oluşturacaktır. Ancak öncelikle Frankl'a kadar gelişimini izah ettiğimiz bu felsefenin ne olduğuna ve mahiyetine değinmek icap etmektedir.

2.2. Varoluşçuluk

Varoluşçuluk, Latince'de “*existentia*” kelimesiyle ifade edilir. Latincedeki anlamları, dış dünyada var olma, ortaya çıkma, var olma şeklindedir.²⁷ Varoluşçuluk, varoluş teriminden türetilmiştir. “Varoluş” [İng. existence; Fr. existence, Alm. existenz daising; Lat. existere ya da existentia; es. Türkçe vicûd, mevcûdiyyet]; en genel anlamda “varolma durumu”: somut olarak olma ya da bulunuş; bir gerçekliği olma ya da gerçekleşmiş olarak var olma; gizilgüç olarak değil de etkin olarak bir varlığa sahip olma; varlığın doğasını kuran “öz”ün karşıtı olarak bir şeyin ne olduğu ya da nasıl olduğu olgusu değil de o şeyin var olduğu olgusu” dur.²⁸

Existence teriminin diğer bir anlamı da aşkınlıktır. İnsan kendisini aşabilir, çünkü o önü açık bir projedir, geleceğe dönüktür, bitmemiştir ve devam edecektir. Kelime insanın olasılıklara açık bir varlık olduğunu, yani süreç içinde olduğunu ifade eder. Varoluş, verili olma hali ile olasılıklılık arasında bir varlık yapısıdır. Yani insan bir yandan olgusaldır, bir yandan da önü açık bir projedir. Gelecek, bir olasılıklar alanı olarak önünde durmaktadır.²⁹ Var olmak, kişinin alternatif seçenekler içerisinde, özgür iradesiyle, kendisini gerçekleştirmesi demektir. Dolayısıyla varoluş ile kişinin grup ve zümrelerden sıyrılarak aktif bir durumda bulunması kastedilmektedir. Bu nedenle insan, geçmişin birey olması ve aktif bir durumda olmasını ifade etmektedir.³⁰ İnsan, geçmişin etkileri ve geleceğin olasılıkları içerisinde yaşayan bir canlı olarak kabul edilmektedir.

Varoluş felsefesinin temel argümanı insanın kendisidir. Çünkü dünya, bireyin toplum içinde bireyselliğini yitirdiği, kargaşa içinde sesini duyuramadığı bir duruma gelmiştir. Bu durum, varoluşçuluğun ortaya çıkmasını sağlamıştır. Varoluşçuluk hareketi, özgürlük, ahlak, anlam gibi problemleri bireyin kendi özgül bağlamında

²⁷ Ramazan Ertürk, *Varoluşsal Din Felsefesine Giriş*, Yarı Yayınları, İstanbul 2012, s.98.

²⁸ Adbülbaki Güçlü vd., *Felsefe Sözlüğü*, Bilim ve Sanat Yayınları, Ankara 2003, ss.15-21.

²⁹ Latif Tokat, *Varoluşçu Teoloji*, Karadeniz Basım Yayın Dağıtım, Rize 2007, s.98.

³⁰ Ahmet Cevizci, *Felsefe Sözlüğü*, Ekin Yayınları, Ankara 1996, s.697.

incelemeyi hedeflemiştir. Varoluşçuluk, her varlığın kendi özüne sahip olduğu tezini ileri süren, varlık ve mevcudiyetin felsefesini ele alan bir akımdır.³¹

Varoluşçuluk; Katoliklerin, Yahudilerin, Protestanların ve ateistlerin benimsediği genel-geçer bir felsefi başlık altında toplanmasından ibaret değildir. İnsan düşüncesinin belirli bir modu olarak bu felsefe, teorisyenleri değişik dini gruplarda yer alsalar da tek bir felsefedir. Yukarı da bahsedilen farklı geleneklere mensup olan varoluşçu filozofların ortak noktası, dinin kendisini köklü bir şekilde sorgulamış olmalarıdır. Söz gelimi Kierkegaard, Danimarka kilisesinin değişmez hiyerarşisine karşı savaşıırken; kendisinden inançsızlık kokusu alındığı söylenen Heidegger, “Tanrı’yı beklemek” olarak adlandırdığı fikriyatının teolojiye arka kapıyı araladığı düşüncesiyle ateist varoluşçular tarafından eleştirilmiştir.³²

Heidegger ve Jaspers varoluşçuluğun bu şekilde iki guruba ayrılmasına öncülük etmişlerdir: bu filozoflar, akımın problemlerine yeni ve daha kesin ifadeler kazandırarak ona belirleyici özelliklerini vermişler ve genel olarak diğer tüm varoluşçuların fikirlerine mihver teşkil eden model oluşturmuşlardır.³³

Barrett, varoluşçuluğu değerlendiren felsefecilerin “sırf bir ruh hali” veya “savaş sonrasının ruh hali” olarak değerlendiren felsefeciler, felsefi gerçeğin ancak insani ruh halinin olmadığı alanlarda bulunabileceği önyargısıyla insan ruhunu tehlikeli bir şekilde yok saydıklarından dolayı tenkit edildiğini düşünmektedir. Nitekim modern hayatın etkisiyle sekülerleşmenin hız kazandığı bir dünyada insanlar rasyonalite ile birlikte ruhundan daha da uzaklaşmıştır. Her şey yolunda gibi görünüyor olsa da insanlar bu çark içerisinde kendilerinin daha çok yalnız ve kaygı içerisinde olduklarını kabul ederler. İnsanı anlayabilmek adına, hayatındaki her şeyin sadece akılla açıklanabilen bir dünya anlayışı ile sınırlamakla nelerin anlaşılabileceğinin/anlaşılamayacağını düşünülmesi gerekmektedir.

Kierkegaard, insanı yalnızca düşünen bir varlık olarak sınırlamak yerine onu, bir bütünlük içerisinde yaşayan varlık kapsamında kabul etmektedir. Kierkegaard tecrübenin de anlamlandırma açısından önemini olduğunu söylemektedir. Bu şekilde akla karşı eleştirel bir tutum geliştiren Kierkegaard çoğu defa Hegel’in rasyonalist felsefesine yönelik tenkitlerde bulunmaktadır. Anlaşıldığı kadarıyla Kierkegaard’ın

³¹ Nurettin Topçu, *Varoluş Felsefesi-Hareket Felsefesi*, Dergah Yayınevi, İstanbul 2011, s.22.

³² Barrett, *İrrasyonel İnsan*, s.23.

³³ Barrett, *İrrasyonel İnsan*, s.17.

düşüncelerinin bu yönde şekillenmesinde, kendisine rol model seçtiği ve varoluşçu düşüncenin temellerinin dayandırıldığı Sokrates'in etkileri olduğu gözükmektedir.

Kierkegaard'ın felsefesi temelde bir tepki felsefesi niteliğindedir. Bu tepki ve muhalefet, spekülative felsefenin varoluşu soyut bir düzleme hapsederek varlığı akıl ile anlaşılabilir bir alan olarak görmesine karşıdır.

“Kierkegaard'ın felsefesi, varoluşun akılla kavranamayacağı ve bir sistem haline getirilemeyeceği tezinden hareket eder. Varoluş alanları esas olarak bu tür bir tepkinin ifadesidir. Hegel'in varlığı kendi sistemi içinde anlama çabası karşısında, Kierkegaard'ın öne çıkardığı temel kavramlar 'birey', 'varoluş', 'öznellik' ve 'içsellik'tir. Bu kavramların her biri bir tepkiyi ifade eder: birey topluma ve evrensele, varoluş öze, öznellik nesnellığe, içsellik de dışsallığa karşı tepkidir. Onun Hegel'le olan ilişkisi bu tepki temelinde ortaya çıkar.”³⁴

Varoluşa sadece akıldan çıkarsama yapılarak ulaşılamayacağını savunan Kierkegaard, bu iddiayı savunan Hegel'i eleştirmekle kalmamış, aynı zamanda akıl-varoluş ilişkisinde Hegel'in nerede durduğunu tespit etmeye çalışmıştır. Sadece bu durumdan dolayı eleştirmemiştir. Kierkegaard aslında bundan çok daha ilerisini savunmuş, akıl-varoluş ilişkisinde Hegel'in nerede durduğunu tespit etmeye çalışmıştır.

Hegel'e göre insan; duylara ihtiyaç duymaksızın varlığın bilgisine yalnızca akıl yoluyla ulaşabileceğini: “Gerçek olan akılsaldır, akılsal olan gerçektir” önermesiyle dile getirmektedir. İnsan, kendinde oluşan bir şeyi anlamak için önce kendi bütün'üne, sonra insan türü adındaki bütün'e ve nihayet birçok nesnenin oluşturduğu mutlak Düşün'e bakması gerekmektedir. Kierkegaard ise bir bütün'ün parçası sayılmayı kabul etmez. Bu mutlak düzenin bir parçası olmak, onun gözünde hiç'e indirgenmektir.³⁵

Varoluşçu felsefenin bir diğer önemli temsilcisi ve varoluşu daha çok dinden bağımsız olmaya bağlayarak ele alan Nietzsche'ye göre insan, bir takım soyut metafiziksel kavramlar içinde sıkışıp kalmış ve bu durum insanın davranışlarıyla bütünlüğünü görmezden gelmiştir. O, pesimist bir tutumla toplumun bütün değerlerini, Hristiyanlığı, demokrasiyi ve toplumculuğu inkâr etmiş, "Güç arzusu" kavramını ileri sürmüştür.³⁶ Bu görüşe göre her birey kendi değerini oluşturmalıdır. Bu sebeple

³⁴ Vefa Taşdelen, *Kierkegaard'da Benlik ve Varoluş*, Hece Yayınları, İstanbul 2004, s.25.

³⁵ Jean Wahl, *Varoluşçuluğun Tarihçesi*, çev. Bertan Onaran, Payel Yayınları, İstanbul 1999, s.11.

³⁶ Çüçen, *Varoluş Filozofları*, ss.112-113.

Nietzsche, tek hakikatin insan ve onun kendi deneyimine dayandığı bir temel üzerine oturduğunu ifade etmiştir.³⁷

Kierkegaard, varoluşun hayatın içinde ve tamamen hayata bağlı olarak deneyimlendiği, bireysel bir alan olduğunu düşünmektedir. İnsan, kendi seçimleriyle var olurken, üç farklı varoluş alanından birini seçmiş olmaktadır. Bu alanlar estetik, etik ve dinsel varoluş alanlarıdır.³⁸ Estetik varoluş alanı hoşlanma ile ilişkilendirilirken, etik varoluş alanı eylemle bağlantılıdır ve dinsel varoluş alanı ise inanma üzerine odaklanır. Ona göre, birbirini dışlayan bu zıt doğaya sahip varoluş alanlarının bir arada tam bir bütünlük oluşturması mümkün görülmemektedir.³⁹

Sartre'ye göre varoluş ise bir yandan nedeni açıklanamayan bir durum olma özelliğini taşıırken bir yandan da içinde bulunulması gereken bir gerçekliktir. İnsan, Tanrı'nın varlığını kabul etmediğinde kendisinin varlık nedenini açıklayamamakta, kendisini yalnızlık, bunaltı ve terk edilmişlik içinde hissetmektedir. Eğer insan bir şeyleri reddetmişse buna alternatif getirmek mecburiyetindedir. Sartre'da bu durum neticesinde insanın tek dayanağının kendisi olabileceğini/olması gerektiğini kabul etmiştir. Bu görüşleriyle Sartre'ın Nietzsche'nin metafiziğe yönelik eleştirileriyle aynı çizgide düşündüğünü ifade etmemiz mümkündür.

Kierkegaard'ın kararlı bir tavırla, nesnel düşüncenin karşısına varoluş kavramını yerleştirmesi, varoluşçuluğun ortak çıkış sebebini teşkil etmektedir. Ona göre insan nesneler dünyasından bir tür 'dışarı çıkış'tır ve bu çıkış insan olmanın anlamıyla ilgili soruları içermektedir.⁴⁰ Bu yönüyle batı felsefe tarihinde bir akım olarak ortaya çıkmasından önce de kullanılan ve kökleri derinlerde bulunan bir yapıya sahiptir.⁴¹

Varoluşçuluk, insanın deneyimini ve bu deneyimin benzersizliğini, özgünlüğünü ve insan doğasını anlamının temeline dayanan bir düşünce akımıdır. Varoluşçuluk, insanın varoluşunu doğal nesnelerin varlık türüyle olan ilişkisine vurgu yaparak iradesi ve bilinci olan insanların, irade ve bilinçten yoksun nesneler dünyasına atılmış

³⁷ Barrett, *İrrasyonel İnsan*, s.184.

³⁸ Çakmak, *1950-1970 Arasında Türk Şiirinde Varoluşçuluğun Görünümleri*, s.24.

³⁹ Taşdelen, *Kierkegaard'da Benlik ve Varoluş*, ss. 145-155.

⁴⁰ Søren Kierkegaard, *Baştan Çıkarıcının Günlüğü*, çev. Süha Sertabiboğlu, Ayrıntı Yayınları, İstanbul 2013, s.144.

⁴¹ Çakmak, *1950-1970 Arasında Türk Şiirinde Varoluşçuluğun Görünümleri*, s.6.

olduklarını öne sürer. Bu bağlamda varoluşçuluk, insan olarak dünyada var olmanın ne anlama geldiğini araştırır ve inceler.⁴²

Varoluşun ne demek olduğuna dair en iyi ve en kısa açıklamayı Alman filozof Martin Heidegger'in "dünya-içinde-varlık" kavramı ile insanı tanıyabilmek için geliştirdiği bir formüldür. Bu ifade ile anlatılmak istenilen şey, kişinin bedeniyle ve zihniyle, yaşantısıyla ve çevresel ilişkileriyle bir birlik içinde yaşadığı gerçekliği içerisinde ele alınması gerektiğidir.⁴³

Çağdaş felsefeciler arasında Modernizmin karşıtı olarak bilenen ve klasik Rasyoanalizm'in savunucusu olan Almanya varoluşçularından Edmund Husserl'e göre felsefeci, bir gerçekliğe ve somut veriye ulaşacağı zaman önyargılarını bir kenara bırakmalıdır. Husserl'in böylece felsefenin kapılarını varoluşsal içeriği bakımından daha geniş kitlelere ulaşmasını sağlamıştır.⁴⁴

Varoluşçuluğa ilişkin kuşatıcı bir değerlendirmeyi Taşkın Takış şu şekilde ifade etmektedir:

"Varoluşçuluk (egzistansiyalizm), bir izm ile tanımlanma tuhaflığını üzerinde taşımıştır ama o felsefi bir sistem kurma çabasında olmadı. Bilakis felsefi sistemlerin saçmalığını daha en baştan dile getirdi. İnsanın dünyayla kurduğu ilişki tarzında temel bir boşluk ve zayıflık gördü. Bu durum insanı her türlü kategori ve nesnelliğin dışında tutmayı zorunlu kılacaktı. Mutlak ve eksiksiz bir bilginin peşinden koşturmak yerine bir 'hata felsefesi'nden yola çıkmak varoluşçuluğun özgün taraflarından biri olmuştur."⁴⁵

Denilebilir ki varoluşçuluk devam edegelen düzenden rahatsız olmak, bu nedenle düzenin artık yapmayı planladığı şeyleri yapmaktan yoksunlaştığını ve insanın gittikçe daha da kaotik bir ortama doğru sürüklendiğini iddia eden tepkisel harekettir.

İnsan, doğar, büyür ve ölür. Özellikle ölümlülüğü, insanın dünya hayatının amacı ve anlamıyla ilgili soruların ortaya çıkmasına neden olur. Bu nedenle, insanlık tarihinden beri hayatın ve ölümün gayesini sorgulayan sorular sorulmuştur. Bazı insanlar bu sorular etrafında hayata anlam katmaya çalışırken, diğerleri zamanın kötülükleri, sıkıntıları ve acılarına bakarak hayatın hiçbir anlam taşımadığını iddia etmiştir. Bu nedenle, ikinci gruba göre hayat, anlamsız bir gürültü ve şiddet dolu bir

⁴² Çüçen, *Varoluş Filozofları*, s.19.

⁴³ Erol Göka, *Hayatın Anlamı Var mı?*, Kapı Yayınları, İstanbul 2019, s.147.

⁴⁴ Barrett, *İrrasyonel İnsan*, ss. 17-18.

⁴⁵ Taşkın Takış, "Yeryüzüne Hiçliği Getiren İnsan", *Doğu-Batı Varoluşçuluk-I*, sayı 92, Ankara 2020, s.7.

deneyim olarak görülmektedir.⁴⁶ Burada ikinci grubun hayatı anlamsızlık merkezinde değerlendirmeleri bir yönüyle farklı bir anlam arayışını yansıtırken; varoluşçu felsefe hayata bir anlam atfedebilmek adına çaba sarf eden birinci grup içerisinde yer alır. Bu yüzden bu felsefe kendi varoluşunun nedenlerini arayan ve bunun üzerine düşünen filozofların felsefesi olarak anlaşılmalıdır.

Varoluşçu felsefe için ortak bir tanımlama yapılamamaktadır. Bu konuda Kierkegaard, şöyle bir açıklama da bulunmuştur:

“Eğer varoluş bir kavram olarak gösterilemiyorsa bu onun kavranamayacak kadar çok genel, uzak ve belirsiz bir şey olduğundan değil, bilakis çok yoğun, somut ve zengin olmasından kaynaklanmaktadır.”⁴⁷

Her varoluşçu filozof, kendi varoluşçu yaklaşımını farklı bir bağlamda ele alır. Bu nedenle, varoluş felsefesinin çeşitli tanımları yapılmıştır. Gabriel Marcel, Michel Contat ve Sartre varoluşu "özgürlük"⁴⁸ olarak tanımlarken, Jean Wahl varoluşu "başkaldırı hareketi" olarak ifade etmiştir. Emmanuel Mounier ise varoluşu "umutsuzluk seyri" şeklinde tanımlamıştır. Karl Jaspers ise varoluşu özel olarak "ölüm" üzerinden ele almıştır.⁴⁹ Tanımlamaların farklılığı, hayatı anlamlandırmadaki farklılıktan kaynaklanmaktadır.⁵⁰ Rollo May’a göre Varoluşçuluk, özne ile nesne arasındaki, Rönesans’tan hemen sonra Batı düşüncesini ve bilimini altüst eden o çatlağı ortadan kaldırarak insanı anlama gayretidir.⁵¹ Denilebilir ki Varoluşçu filozoflar, içinde bulundukları kaostan dünyanın çıkışına yönelik arayışa vermiş oldukları cevabı varoluşun kendisi olarak kabul etmişlerdir. Esas itibarıyla felsefenin temel problemi varlık ve varlığın anlamlandırılması olduğuna göre her felsefi akımın bir ölçüde varoluşçu bir tarafı olduğunu söylemek yanlış olmayacaktır. Nitekim

⁴⁶ Horald H. Titus, *Living Issues in Philosophy: an Introductory Textbook*, New York 1964, s.158.

⁴⁷ Barrett, *İrrasyonel İnsan*, s.165.

⁴⁸ Özgürlük, sadece kendisi için varlığa ait olunan şeydir. Bu varlık kendinde olan varlık gibi belirlenmiş ya da tanımlanmış değildir. Bu varlık özünü kendi öncesinde taşımaz, taşıyamaz. Çünkü o hiçbir şekilde daha önceden tasarlanmış değildir. Ayrıca bu varlık, kendinde varlığa doğru sürekli bir yöneliş içindedir; bu yönelişte bilinç sayesinde olmaktadır. Bu anlayışı ile Sartre, kendisi için varlığa kendi kendinin nedeni, temeli, olabilme imkanını vermiştir. Ahmet, Cevizci, *Paradigma Felsefe Sözlüğü*, Paradigma Yayınları, İstanbul 2000, s. 910; Sartre’ye göre “insan özgür olmaya mahkumdur, zorunludur, çünkü yaratılmamıştır.” Jean-Paul Sartre, *Varoluşçuluk*, çev. Asım Bezirci, Say Yayınları, İstanbul 2012, s.37.

⁴⁹ Talip Karakaya, *Varoluşçuluk Felsefesine Giriş*, Elis Yayınları, Ankara 2004, s.82.

⁵⁰ Yener Özen, “Varoluşçu Felsefeden Varoluşçu Psikolojiye Birbirlerini Sürekli Yanlış Anlayanların Ontolojik Bütünlüğü”, *Gümüşhane Üniversitesi Sosyal Bilimler Elektronik Dergisi*, (5) Ocak 2012, ss.266-284.

⁵¹ Rollo May, *Varoluşun Keşfi*, Okuyan Us Yayınları, İstanbul 2020, s.60.

Mounier: “Varoluşun temeli irdelendiğinde varoluşçu olmayan felsefe yoktur aslında”⁵² ifadesiyle varoluşçuluğu özü itibariyle adeta insanoğlu ile başlayan bir süreç, tarihsel olarak ise modern düşünce ile birlikte ortaya çıkan bir akım olarak görür. Bu sebeple varoluşçu felsefenin temel problemleri arasında, varlığın ve hayatın paradoksal yaşam koşulları, nasıl yaşanması gerektiğini belirleyen kesin bir otoritenin olmaması, gerilim ve belirsizlik, umutsuzluk, ölümlülük, yabancılaşma, özgürlük ve kendini gerçekleştirme gibi konular yoğun bir şekilde ele alınır.⁵³ Bu problemlerin temeline bakıldığı zaman, bunların cevabında homojenlik yoktur. Bu cevaplar varoluşçu felsefenin beslendiği kültür, sosyoloji, ihtiyaçlar ve değişen koşullarla birlikte farklılık gösterir.

Varoluşçu düşünürlerin hepsi yaşadığımız dönemi, insanın kendi üzerinde düşünmeye ilk defa bu kadar yoğunlaştığını; kendi varoluşunu ciddi olarak konu edindiğini ve sorguladığını tespit ettiği karakteristik bir çağ olarak tanımlamaktadırlar. Bu bağlamda, insan, ilk kez güçlü bir arzuyla kendi kimliğine, sahip olduğu şeylere, yapabileceklerine ve neyi bilip neyi bilemeyeceğine dair derin sorular soran varoluş felsefesiyle karşılaşır ve bu sorulara cevap arayarak⁵⁴ kendi varlığının sınırlarını öğrenmeyi amaçlar. Bu nedenle varoluş felsefesi insana dair ne varsa o konuda bir söz söyleme ve bir cevap arama olarak ifade edilebilirken bu aynı zamanda varoluş felsefesini tanımlamakta ve sınırlarını çizmekte bizleri zorlamaktadır.⁵⁵ Varoluş felsefesinin tanımlanmasındaki zorluk onun aynı zamanda bir süreç olmasıyla ilgilidir. Başka bir ifadeyle varoluş felsefesi bir şey, ben⁵⁶, varlık veya hür iradeyle seçilen bir halde karar kılmak olmayıp⁵⁷ sonu gelmeyen sürekli bir oluşu ve değişimi⁵⁸ işaret eder.⁵⁹

Varoluş felsefesinin bu yönünü vurgulayan Kierkegaard’a göre insan, oluş ve değişim içerisinde olan bir varlıktır. Varoluş hiçbir zaman delili bulunan ve olmuş bitmiş bir durum değildir. Bireyin değişkenliği gibi gerçek de durmadan değişir. Varoluş, durağan değildir. Akışkan ve zamanın içinde oluşan gerçekliktir.⁶⁰ Bu

⁵² Mounier, *Varoluş Felsefelerine Giriş*, ss.44-45.

⁵³ Tokat, *Varoluşçu Teoloji*, s.11.

⁵⁴ Erol Göka, *Psikiyatri ve Düşünce Dünyası Arasında Geçişler*, Vadi Yayıncılık, Ankara 1996, ss.102-103.

⁵⁵ Tokat, *Varoluşçu Teoloji*, s.34.

⁵⁶ Engin Gençtan, *Varoluş ve Psikiyatri*, Remzi Kitabevi Yayınları, İstanbul 1990, s.29.

⁵⁷ Paul Foulquie, *Varoluş Felsefesi*, der. Nurettin Topçu, Hareket Yayınları, İstanbul 1967, s.25.

⁵⁸ Mounier, *Varoluş Felsefesine Giriş*, s.80.

⁵⁹ Sadettin Elibol, *İnsanlığın Tarihi Üzerine*, Akçağ Yayınları, Ankara 1989, s.75.

⁶⁰ Nejat Bozkurt, *20. Yüzyıl Düşünce Akınları*, Sarmal Yayınları, İstanbul 1995, s.101.

nedenle, Varoluş felsefesi çağın sorunlarına cevap arayan bir felsefe olarak tanımlanabilir. Bu felsefe, tarihsel süreçte çeşitli kaynaklardan ve filozoflardan beslenmiş olsa da aslında 20. yüzyılın sorunlarına yanıt arayışıyla öne çıkar. Bu yüzden varoluşçuluğu tek başına ele almak yerine, çağın sorunlarını tespit eden, bu sorunları analiz ederek öneriler sunan, bireyin gerçek yaşamında sorunları çözme amacı güden bir düşünce akımı olarak görmek daha doğru olacaktır.⁶¹

19. yüzyılda batı dünyasını tümüyle etkisi altına alan bir akım olarak varoluşçuluk, bu yüzyılın ürettiği kavga ve kaos ortamında insanın içine düştüğü anlamsızlık kaygısının ve bu kaygıyı var olma cesaretini içine alma çabasının kendisi olmuştur.⁶² Dolayısıyla varoluşçular, insanın bu anlamsızlık kaygısından kurtulabilmesi için öncelikle yaşadığı sorunlar ile yüzleşerek var olma cesaretini ortaya koymasına gerektiğini; bunun içinde bu anlam arayışında olan insanın şimdi ve burada olmasını gerektiğini vurgulayarak insanın geçmiş ve gelecek kaygısından bağımsız olarak öncelikle şimdi ve burada bulunan dünyayı konuşması gerektiğini kabul etmiştir. Bu durum batı düşüncesini, geleneği yeniden inşa etmek yerine sanayi devriminin etkisiyle hem geçmişinden hem de geleceğinden koparmıştır. Hem geçmişinden hem de geleceğinden koparılan insanın şimdi ve burada olabilmesinin zorluğu ve hatta imkansızlığı insanı yeni bir karmaşa ve kaosa sürüklemiştir.⁶³

Varoluşçu felsefe, içinde bulunduğu durumu hem eleştiren hem de bu durumu yansıtan bir felsefedir. Bu sebeple Varoluşçular, çağımız insanının terk edilmişliğini, yalnızlığını, bunalımını, umutsuzluğunu, güvensizliğini ifade etmekle yetinmezler; aynı zamanda insanın kendi gerçeğini keşfetmesini, özünü ortaya çıkarmasını, benliğini kazanmasını ve baskılardan kurtulup özgürlüğe ulaşmasını isterler. Teknolojik düzene boyun eğen, kişiliğini yok eden kitlesel topluma, bireyin kimliğini ezici bir şekilde bastıran zorbalığa karşı durur ve gerektiğinde isyan eder. Bu yüzden, öznelliğe ve bireydeki var olma mücadelesine büyük önem veren⁶⁴ Varoluşçular için birey olmak önemlidir. Birey olmanın ilk şartı da anlaşıldığı kadarıyla eleştirel bir tutum benimsemektir.

Buradan varoluş felsefesinin probleminin insanın hürriyetini ispat etme çabası olduğu anlaşılmamalıdır. Varoluş felsefesinin asıl problemi insanın, varoluşundaki

⁶¹ Çüçen, *Varoluş Filozofları*, s.18.

⁶² Paul Tillich, *Olmak Cesareti*, Okuyan Us Yayınları, İstanbul 2014, s.146.

⁶³ Barrett, *İrrasyonel İnsan*, s.275.

⁶⁴ Sartre, *Varoluşçuluk*, ss.10-11.

biricikliği ve tek oluşudur. Bu yüzden her insan bütün varlıklar içerisinde kendisine özgü bir varoluş ile ele alınmaktadır. Nitekim Kierkegaard ve Marcel, insanın Tanrı önünde bir “ben” olarak durduğunu belirtirken, onun tek başına bir varlık olduğunu, bir hiç olmadığını; unutulmuş, kaybolmuş ve yokluğa terkedilmediğini vurgulamaktadırlar. Özellikle Kierkegaard, her insanın biricik varlık olduğunu savunmaktadır.⁶⁵ Kierkegaard, insana yönelik yapılan genellemelere karşı çıkmakta ve insanın bireyselliği konusuna da dikkat çekmektedir.

Yalom'un, modern insan için "dünyevi anlam" üzerine yaptığı çalışmaların en temel dayanağı, "din-dışı kişisel anlam" üzerinde yoğunlaşmasıdır. Ona göre, Camus ve Sartre, 20. yüzyılın "anlamsız, saçma" dünyasının tasvirinde oldukça yardımcı olurlar. Camus, acıması bir varlık olarak gördüğü insana, bu anlamsız dünyada yaşayabilmesi için cesaret, gururlu asillik, kardeşçe dayanışma, sevgi ve din-dışı kutsallık gibi bir anlam sistemini ortaya koyar. Benzer şekilde "İnsan boş bir ihtirastır, doğuşumuz anlamsız, ölümümüz anlamsız" diyen Sartre, anlamın aydınlanma, baskılara karşı direniş, başkalarına hizmet, kendini gerçekleştirmede aranması gerektiğine inanır.⁶⁶ Buradan hareketle denilebilir ki varoluşçu düşünce insanın dürüst olmak, iç gözlem ve eleştirel düşünceye değer vermek, insanın haysiyetini önemsemek ve insanoğlunun potansiyeline inanmak gibi özelliklerini öne çıkarmaktadırlar.

İnsanı insan yapan önemli özelliklerden biri, çevreleyen dünyayı, yaşadığı toplumu, geçmişini ve en önemlisi kendisini tanıma ve anlama çabasıdır. Bu amaç doğrultusunda mücadele eden insan, tatmin edici cevaplar arayacak ve sorularına/sorunlarına yanıtlar bulmaya çalışacaktır. İnsanın tüm bu soruları sorma sebebi, hayatı sorgulama ve anlam arayışının bir sonucudur. İşte bu anlam arayışında, çeşitli dünya görüşleri, ulaşılması hedeflenen amaçlar, umutlarla mücadele edilen alanlar ve harekete geçirilen arzular önemli bir hareket sahası oluşturmaktadır.⁶⁷

Bazen anlamı olmayan, bazen saçma, bazen de değersiz olarak tanımlanan ve bu nedenle insanı boş bir hayatın içerisine atılmış olarak gören varoluşçu felsefenin bu anlamsızlıktan ve boşluktan kurtulabilmesi için hayatı sorgulama ve anlam arayışı çabası anlaşılır ve değerli olmakla birlikte bu çabanın psikologla ve psikiyatrlar

⁶⁵ Latif Tokat, *Teist Varoluşçulukta Hürriyet Problemi*, Selçuk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Konya 1996, s.33.

⁶⁶ Irvın D. Yalom, *Varoluşçu Psikoterapi*, çev. Zeliha Babayiğit, Pegasus Yayınları, İstanbul 2018, ss.669-675.

⁶⁷ Kartopu, a.g.t., s.67.

nezdinde ciddi anlamda boşluklar olduğu gündeme gelmektedir.⁶⁸ Söz gelimi Jung ve Freud'un bu kanaatte olduğu görülür. Anlam, psikolojide algı ve idrak sürecine, duyu organların desteğiyle ulaşılan bilgilerin zihinsel bütünlüğüne tanıklık etmesidir. İdrak sürecinin en önemli yapılanması, iç ve dış dünyadan toplanan verilerin örgütlenmiş anlamlı bir organizasyon halinde bütünleşmesiyle meydana gelmektedir. İnsan, yaşamış olduğu bu hayatı objelerin ve olayların tesadüfi olarak devam edegeldiği varsayım olarak tanımlarsa hayatı idrak edemez.⁶⁹

Varoluşçu felsefenin kendi içinde barındırdığı problem ve eksikliklerin farkında olarak yine de insan için önemli olduğunu kabul eden ve bunu insan psikolojisine uygulayan, adını da bu felsefeden alan 'varoluşçu psikoloji' hümanist psikolojinin içerisinde de kendine yer edinmekte ve bu nedenle zaman zaman hümanist-varoluşsal psikoloji veya varoluşsal-hümanist psikoloji olarak adlandırılmaktadır.⁷⁰ Bu yaklaşıma göre insan, kendine özgü bir birey olarak ele alınır çünkü insan özgür seçimler yapabilen sorumlu bir varlıktır.⁷¹

Hem hakikat arayışı noktasında hem de varoluşsal sorulara yanıt bulma çabasıyla hareket eden insan, içinde bulunduğu gerilimden kurtulma amacıyla bazen bilime, bazen ideolojilere veya sistem dışı düşüncelere, zaman zaman da dini mesajlara yönelmiş ve çözüm arayışında bulunmuştur. Fakat ne bilim ne de düşünce ve ideolojiler, bu arayışta insanı yeterince tatmin etmemiştir. Bu durum, özellikle maneviyat ve insan ötesi bilgiler alanına insanı yönlendirmiştir.⁷²

Burada temel problem insanın hakikat arayışına nereden başlayacağı ve hayatına anlam katacak şeyi nerede bulacağıdır. Burada varoluşçu felsefe cevap olarak hakikati veya anlamı yine insanın kendisinde bulabileceğini kabul eder.⁷³ Her ne kadar anlamın dışarıda bir yerde olduğu ve kişinin onu keşfettiğine inanması çok daha rahatlatıcı⁷⁴ olsa da yani anlamın dışarda aranması başka bir problemi ortaya çıkarmaktadır. Varoluşçu psikoloji burada çok önemli bir soru sormaktadır: "Kişi dışarıda olan bir

⁶⁸ Malik Bedri, *Müslüman Psikologların Çıkmazı*, çev. İrem Nur Kaya, Mahya Yayıncılık, İstanbul 2018.

⁶⁹ Doğan Cüceloğlu, *İnsan ve Davranışı*, Remzi Kitabevi, İstanbul 1991, ss.123-125.

⁷⁰ Gülnur İlk, Mustafa Bilici, "Viktor Frankl Örneği ile Varoluşçu Psikolojide Din ve Maneviyat", *Çekmeze İZÜ Sosyal Bilimler Dergisi*, İstanbul, c.8, s.17, 2020, s.46.

⁷¹ Gerald Corey, *Psikolojik Danışma, Psikoterapi Kuram ve Uygulamaları*, çev. Tuncay Ergene, Mentis Yayınları, İstanbul 2015, ss.149-171.

⁷² Abdülkerim Bahadır, *İnsanın Anlam Arayışı ve Din*, İnsan Yayınları, İstanbul 2011, s.22.

⁷³ Alfred Adler, *Yaşamın Anlamı ve Amacı*, çev. K. Şipal, Say Yayınları Ankara 1993, s.8.

⁷⁴ Saffet Kartopu, "Dini Yaşayışta Hayatı Sorgulama ve Anlam Arayışı", *Gümüşhane Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi*, Gümüşhane 2013, s.68.

anlamdan neden sorumlu olsun?”, “anlam denilen şey dışarda ise, insanda bulunan özün ne önemi vardır?”. Varoluşçu felsefenin insanın anlam arayışına kendisinden hareketle başlaması gerektiğine yapmış olduğu vurgu esas itibariyle sufilerin nefse bakışı, nefis terbiyesi ve bu amaçla nefislerini bir riyazet ve mücahede sürecine sokmaları ile paralellik gösterir. Başka bir ifadeyle sufiler nefsi kulun kötü özelliklerinden dolayı yerilen, kınanan, hoş karşılanmayan ve kötü görülen huy, fiil, davranış ve eğilim sahibi⁷⁵ olarak görürler. Dolayısıyla sufiler nefsi, güzel ahlakın zıddı olan kötü huyların ve çirkin davranışların kaynağı⁷⁶ olarak kabul ederler.

Yukarıda anlaşıldığına göre varoluşçu felsefe dünyayı anlamlandırmada insan merkezli hareket etmekte ve insanın bizzat varlık olarak önemi savunmaktadır. Bu nedenle varoluşçu filozoflar insanı yalnızca var olan bir birey olarak anlamaya çalışmak yerine insanın ortaya koydukları üzerinden değerlendirmeye karşı direniş göstermişlerdir.⁷⁷ Bununla birlikte insanın anlam arayışını kendisinden hareketle aramasını engelleyen insanın dışındaki etkenlere dairde bir tavır ortaya koymak gerektiği açıktır. O nedenle ki varoluşçular özellikle insanı makineye dönüştüren ve kendi niteliklerinden ayıran etkenler ile mücadele etmekten yanadırlar.

Varoluşçu filozofların genel itibariyle insan merkezli düşünceleri, bununla birlikte insanın anlam arayışına bir engel olarak gördükleri insan dışı maddi unsurlar ile mücadele etmeleri tasavvufi gelenekte oldukça önemli bir yer tutan ve insanın dünya ile ilişkisinin hareket noktasını oluşturan ‘zühd’ kavramını hatırlatır. Başka bir ifadeyle insanın nefsini terbiye etmesi ve hakikat veya anlam arayışı sürecinde önünde bir engel olarak duran masivaya karşı mücadele etmesi kulun bir anlam arayışı olarak değerlendirilebilir. Bu itibarla anlam arayışında zühdün temel bir parametre olduğu söylenebilir. Nitekim zühd Yahya bin Muaz’a göre “Dünya gelin gibidir. Dünyayı isteyen onun berberi olur, onu süsler durur. Dünyaya karşı zahid davranan ise onun yüzünü karartır, elbisesini yırtar parçalar. Arif Allah ile meşguldür; bu yüzden

⁷⁵ Abdülkerim Kuşeyri, *Tasavvuf İlmine Dair Kuşeyri Risalesi*, haz. Süleyman Uludağ, Dergah Yayınları, İstanbul 2012, s.240.

⁷⁶ Haris b. Esed El-Muhasibi, *er-Riaye li Hukukillah Nefs Muhasebesinin Temelleri*, çev. Şahin Filiz-Hülya Küçük, İnsan Yayınları, İstanbul 2004, ss.326-327.

⁷⁷ Ayşe Özoğul, *Manevi Danışmanlık ve Rehberlikte Logoterapinin Uygulanabilirliği*, Dokuz Eylül Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, İzmir 2020, s.61.

dünyaya hiç iltifat etmez.”⁷⁸ Ebu Süleyman Darani zühd için Hak Teala ile meşgul olmana mani olan her şeyi terk etmek⁷⁹ olarak tanımlamıştır.

Varoluşçular büyük çoğunlukla, bireyin varlığında kendi hakikatini ortaya çıkarmak amacıyla fenomenolojinin son derece önemli olduğunu kabul ederler. Bu nedenle fenomenoloji büyük ölçüde varoluşçuluğun varlığın hakikatini çözümlemeye, daha doğrusu varlığın hakikatini açığa çıkarmada önemli bir yöntem olmaktadır.⁸⁰ Ancak bu noktada hakikat veya anlam arayışında varoluşçu filozoflar arasında bir yöntem birliği olduğunu söylemek güçtür. Bununda en önemli sebebi Tanrı kavramına bakışlarındaki farklılık ve anlam arayışında Tanrı’ya tanıdıkları varlık alanının değişkenliğidir.

Karasu, Tanrı kavramı hakkında şu şekilde bir benzetme yapar: Tanrıtanımaz kişi, çölde bitmiş bir çalı gibidir; Yaratıcı’dan yardım isteyen ise ırmak kenarına dikilmiş bir ağaca benzetir. Çölde bitmiş çalı, kaynaklarını tükettiği zaman çürüyüp solar, ırmak kenarına dikilmiş ağacın ise dünyayla paylaştıkça boşalan deposu, kendinden öteki kaynak tarafından yeniden doldurulur ve asla kurumaz.⁸¹

Varoluşsal boyut, Felsefe ve Teolojiyi buluşturan ortak noktadır. Dinin temel inanç konularından birincisi olan Tanrı inancı, varlığın kaynağı, niçinliği ve anlamı problemine; ahiret inancı, ölüm ve ölüm sonrası sorununa, vahiy ise bilgidaki belirsizliklere cevap vermesi bakımından önemlidir. İman fenomeni, insanın varoluşsal tavrının en açık ve en yoğun şekilde ortaya çıktığı bir fenomendir. İman, bütün yaşamsal problemler karşısında gösterilen varoluşsal bir karardır.⁸² İmanın kişiler üzerinde hayata dair bir duruş oluşturmaya, bazı Varoluşçuların anlam arayışlarına destek olmaktadır. Varoluşçuluğun kendi içinde barındırdığı dini problemlerin genel karakteri, dinin insanın yaşamını nasıl etkilediği ve yönlendirdiğine dairdir.⁸³ Bu bakımdan din ile ne anlaşıldığı da önemlidir. Zira bu konudaki farklı bakış açıları varoluşçuların anlam arayışı konusunda ikiye ayrılmasına sebep olmuştur. Bir grup dini arayış için kabul ederken, diğer grup ise

⁷⁸ Ebu Nasr Serrac, *Luma’ İslam Tasavvufu*, Çev. Hasan Kamil Yılmaz, Erkam Yayınları, İstanbul 1996, s.46.

⁷⁹ Kuşeyri, *Kuşeyri Risalesi*, ss.34-56.

⁸⁰ Barrett, *İrrasyonel İnsan*, s.26-27.

⁸¹ Bayram Toksöz Karasu, *Huzurlu Yaşama Sanatı*, Boyner Yayınları, İstanbul 2003, s. 185-186.

⁸² Tokat, *Varoluşsal Teoloji*, s.19.

⁸³ Merve Şenoğlu, *Ateist ve Teist Varoluşçu Ahlakın Mukayesesi: Sartre ve Kierkegaard Örneğinde*, Marmara Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, İstanbul 2019, s.19.

dine aşırı tepkilidir. Bu ayrışmanın en önemli sebeplerinden biri filozofların olmasının sebeplerinden en önemli olanı, filozofların varoluşa yükledikleri anlamdan kaynaklanmaktadır.

20. yüzyılda Sartre ile ismi anılmaya başlayan varoluş düşüncesi, 19. yüzyılda Kierkegaard'ın insanın öznelliğine dair problemler üzerinde varlığını göstermekteydi. Varoluşçu filozofların düşünce yapısı her ne kadar farklılık gösterse ve insan odaklı olsa bile insanın öznelliği üzerinde yoğunlaşmıştır. Bu nedenle öznelliğe bağlı olarak söz gelimi yaşam ve ölüm arasındaki farklı bakış açılarına teşkil etse de hepsinin odak noktası insan olmakla beraber insanın öznelliği üzerinde yoğunlaşmış olmalarıdır. Varoluşçu düşünce Tanrı'nın kabul edilmesi (teist) ve yok sayılması (ateist) üzerine ikiye ayrılmaktadır. İnsanın yaşam ve ölüm arasındaki dünya hayatı boyunca kendini gerçekleştirmesine odaklanan Sartre için din bir engel, Kierkegaard için ise hedefe vardırıan en üstün hakikat olarak kabul edilmektedir. Sartre 'Tanrı'nın öldü'ğünü⁸⁴ kabul ettiği için, insanın dünya da tek başına yaşadığını savunmuştur. Kierkegaard'a göre ise insan bu geçici dünyada ancak kendini Tanrı'ya adanarak ebediyete ulaşmaktadır. Dolayısıyla sözü edilen öznel bir varoluşçu filozofu Tanrının varlığının gerekliliğine ve imanın varoluşçu düşüncüyü beslediği fikrine götürürken; bir diğer varoluşçu filozofu insanın bu varoluşunu gerçekleştirmesi için tanrısal bir varlığın olamayacağı fikrine ulaştırmıştır.

Sartre'de Kierkegaard gibi varoluşun özden önce geldiğini kabul etmektedir. Bu demektir ki; insan önce vardır, özü sonradan oluşmaktadır. Özü oluşturmada izledikleri yol ile bu iki varoluşçu filozof birbirinden ayrılmaktadır. Sartre'ye göre insan, insanlığının bütün değerlerini kendisi yaratmakta ve bunu tek başına yapmaktadır. Daha da açıklamak gerekirse, insan Tanrı tarafından belirlenmiş bir öze sahip olmadığından, kendi özünü kendisi yaratmak durumunda kalmıştır. İnsan bu kendini yaratma, özünü oluşturma, gücünü kendisinde bulması Tanrı'yı yok saymasına sebep olmuştur. Sartre'ye göre kişi kendisini inşa etme noktasında çabalarının yeterli olacağını savunmuştur. Ona göre insanın kendisini özgürce yaratabilmesi için Tanrı'dan vazgeçmesi gerekir. Sartre, bu düşüncüyü de varoluşun merkezine yerleştirmiştir.⁸⁵

⁸⁴ Şenoğlu, *Ateist ve Teist Varoluşçu Ahlakın Mukayesesi: Sartre ve Kierkegaard Örneğinde*, s.10.

⁸⁵ Vedat Çelebi, *S.Kierkegaard ve J.P.Sarte'in Varoluşçuluk Anlayışlarının Karşılaştırılması*, Pamukkale Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Denizli 2008, s.58.

Sartre'a göre bir insanın en nihai özgürlüğü, 'hayır' deme özgürlüğüdür. İnsanın özgür olabilmesi buna bağlanmaktadır. Bilinç ile özgürlük birlikte anlam ifade etmektedir. Sartre'ın bu özgürlük düşüncesi, Descartes'ten etkilendiğini göstermektedir. Çünkü Descartes, şüphe ihtimali gördüğü her inanca hayır diyerek kendisinin özgür olduğunu söylemektedir. Ama buna rağmen Descartes, iyi bir Hristiyan ve Katolik'ti. Sartre, modern bir insan olduğu için, Descartes'ın Tanrı'nın mucizevi ışığının kılavuzluğuyla yüzüp çıktığı hiçlik bulantısı ve iç daralmasında takılıp kalmıştır. Sartre için insanın varoluşuna öncelikli olan değiştirilemez bir öz ve değer varlığını kabul etmemiştir. Bu kabulleniş şu anlama gelmektedir: varoluş, özgürlük olarak sadece 'Hayır' demek ve 'Hayır' diyerek bir dünya yaratmak anlamına gelmektedir.⁸⁶ Sartre'ın özgürlük adı altında kendisini bir şeye bağlamama çabası aslında olayların da sebep sonuç ilişkilerini anlamlandırmasına engel teşkil edebilmektedir. Bir şeye hayır demeyi özgürlük kabul eden Sartre, hayır demekle yok saymak arasındaki ince çizgiyi ortadan kaldırmıştır. Aslında onun dediği hayır'ın anlamı, yok saymaktır.

Kierkegaard'da varoluşun merkezinde insan vardır. Ancak, insan kendi seçimleri doğrultusunda şekillenmektedir. Kişi, estetik ya da etik bir benliğe mi, yoksa dini bir benliğe mi sahip olacağını kendi özgür iradesiyle belirlemektedir.

Rollo May'e göre insan sadece anlam oluşturmaz, anlamın üreticisi ve sahibi de değildir; o, aynı zamanda buna mecburdur. Aksi halde gerçekliği kendince bilmesi ve buna göre yönelmesi mümkün değildir.⁸⁷

Varoluşun anlamını akademide en iyi ve özlü bir şekilde açıklayan kişi, Alman filozof Martin Heidegger'dir. Heidegger, insanı tanımlamak için "Dünya-içinde-varlık" kavramını kullanarak insanın bir birlik içinde bedeni, zihni, deneyimleri ve çevresiyle ilişkili olduğunu ifade etmiştir. Bu kavramla amaçlanan, kişinin kendi varoluşunu anlaması gerektiğidir.⁸⁸ Heidegger'in bu şekilde ortaya koyduğu insanın sonluluğu düşüncesi, muhtemelen Aydınlanma ideolojisinin sonunu hazırlamıştır. İnsanın bu sonluğunu kabul etmek, insanın gerçeklikte ve gerçek dışında var olacağını kabul etmek anlamına gelir. Varoluşçuluk, Aydınlanma hareketine karşı çıkarak, felsefi bir dilde ifade edilen karşıt-Aydınlanmayı temsil etmektedir. Bu akım,

⁸⁶ Barrett, *İrrasyonel İnsan*, ss.242-245.

⁸⁷ May, *Varoluşun Keşfi*, ss.280-286.

⁸⁸ Göka, *Hayatın Anlamı Var mı?*, s.147.

Aydınlanma ideolojisinin zayıf, soyut ve dolayısıyla tehlikeli⁸⁹ olduğunu ilan etmektedir.

Varoluşçuluk hareketini en sistemli şekilde ele alan filozof, Alman K. Jaspers'tir. Jaspers, kendisinin varoluşçu filozof mensubu olarak anılmayı kabul etmemesine rağmen kullanmış olduğu yöntemlerden dolayı bu guruba dahil edilmiştir. Onun felsefesinin en açıklayıcı karşılığı “kuşatan”dır.⁹⁰ Bu kavramın dini mahiyeti bulunmaktadır. Jaspers, Kierkegaard'tan etkilendiği için dine olan yatkınlığı doğal karşılanması gerekmektedir. Onun felsefesinde “başarısızlık” ve “çağrı” felsefesi de telakki etmektedir. Jaspers'a göre varoluş bir bireyin hürriyeti ile anlaşılabilir. Kişinin seçmiş olduğu kararlar, onu var eden kararlar olarak kabul etmektedir.⁹¹ Jaspers, gerçek bilginin akılla elde edilemeyeceği konusunda iddialar da bulunmaktadır. Ona göre gerçek, ancak tecrübe ile elde edilmektedir. Yani yaşanmışlık önem arz etmektedir.⁹²

Jaspers'a göre varoluş bir bireyin hürriyeti ile anlaşılabilir. Çünkü kişinin seçmiş olduğu kararlar, onu var eden kararlardır.⁹³ Jaspers, gerçek bilginin akılla elde edilemeyeceği konusunda iddialar da bulunmaktadır. Ona göre gerçek, ancak tecrübe ile elde edilmektedir. Yani yaşanmışlık önem arz etmektedir.⁹⁴

Hayatta gerçek olayları gözlemek yerini *yansımalarından* anlam çıkarmaya çalışılmaktaydı. Kierkegaard kendi çağını Yansıma Çağı olarak adlandırarak dönemini eleştirmektedir. Asıl eleştirdiği husus, gerçek hayata bakmayıp onun zihindeki yansımasına bakan akademik entelektüelin soyutluğudur.⁹⁵ Gerçek yerine geçecek hazır yansımalar üretildiğinden (simülasyon)⁹⁶ rahatsızlık duymaktadır.

Varoluşçuluğun fikri temellerine göz atacak olursak başka bir felsefe ekolünde varoluşçulukta olduğu kadar insanın yüceltilmediği ve aynı oranda sorumluluğunun arttırılmadığı düşünülebilir. Öyle ki varoluşçu felsefe, teist kanat açısından bakılacak

⁸⁹ Barrett, *İrrasyonel İnsan*, ss.274-275.

⁹⁰ Frank J. Magill, *Egzistansiyalist Felsefenin Beş Klasığı*, çev. Vahap Mutal, Hareket Yayınevi, İstanbul 1971, s.67.

⁹¹ Müjde Doğan, *Varoluşçulukta Din*, Dokuz Eylül Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, İzmir 2018, s.8.

⁹² Karl Jaspers, *Felsefeye Giriş*, çev. Mehmet Akalın, Hareket Yayınları, İstanbul 1971, s.12.

⁹³ Müjde Doğan, *Varoluşçulukta Din*, Dokuz Eylül Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, İzmir 2018, s.8.

⁹⁴ Karl Jaspers, *Felsefeye Giriş*, çev. Mehmet Akalın, Hareket Yayınları, İstanbul 1971, s.12.

⁹⁵ Barrett, *İrrasyonel İnsan*, s.270.

⁹⁶ Jean Baudrillard, *Simülakrlar ve Simülasyon*, çev. Oğuz Adanır, Doğu Batı Yayınları, Ankara 2021.

olursa sübjektif bakış açısı, insanın varoluşunun irrasyonel ve aşkın olduğunu ileri sürmesi, insanın “Sonsuz Varlık” önünde bir benlik olarak, tek başına ve O’ndan ayrı bir şekilde var olduğunu düşünmesi, insanın hürriyetiyle kendi gerçek varoluşunu yine kendisinin kazanacağını kabul etmesi gibi yaklaşımlarıyla insanı en çok yücelten bir felsefe olarak karşımıza çıkmaktadır. Bu doğrultuda varoluşçuluk, insanın biricikliğine ve değerli olmasına vurgu yaparken aynı zamanda insanın, sorumluluk sahibi olduğunu ve yükünün aynı doğrultuda ağır olduğunu da gözler önüne sermektedir.⁹⁷

Netice itibariyle varoluş felsefesinin öz ve varoluş gibi iki temel kavram etrafında şekillendiğini bazı filozofların⁹⁸ bu iki kavramı birbirinden ayırırken bazılarının bir bütün olarak değerlendirildiğini görmekteyiz. Bu tartışma içerisinde öz ve varoluşu Viktor Frankl’ın birbirinden ayıramaz iki kavram olarak ele aldığını görüyoruz.

Varoluşçuluğun protesto ettiği durum Rasyonalizm’dir. Rasyonalizm; bir uygarlığı, bireylerin gittikçe daha az düşünüldüğü ve belki de bu işi tamamen bıraktığı bir noktaya kadar istila etmektedir. Bu durumu yaşamın hareket ettiği temel yolları ve rutinleri belirlemek amacıyla iddia etmekteydi. Teknoloji de bilimden kaynaklandığı için Rasyonalizmin somut bir ifade şeklini temsil etmektedir. Bürokrasi de sosyal yaşamın rasyonel olarak kontrolü ve düzenlemesini amaçladığı için Rasyonalizmin bir diğer somut tarafı olarak karşımıza çıkmaktadır. Varoluşçuluk, Rasyonalizmin soyutluk durumuna karşı çıkmaktadır.⁹⁹

Varoluş felsefesinin gerçekleştirmeyi amaçladığı düşüncüyü derleyecek olduğumuzda karşımıza, öz ve varoluş şeklinde iki kavram çıkmaktadır. Bazı filozoflar¹⁰⁰ bu iki kavramın birbirinden ayıramaz olduğunu söylemektedir. Genel kabule göre de bu ikisi arasında ayırım yapılmaktadır. Varlığı açıklayabilmek adına varlığa başvurmanın neticesinde eksik bilgiye ulaşılmaktadır. Lakin varlığın bir özünün var olduğunu kabul edip bununla ilgili inceleme yapıldığında, varlığın da daha iyi anlaşılabilceği düşünülmektedir. Buradaki amaç, insanı açıklayabilmektir. Varlık olarak açıklanmak istenilen bireyin kendisi olduğu gerçeği ortaya çıkmaktadır.

⁹⁷ Tokat, *Varoluşçu Teoloji*, s.33.

⁹⁸ Necati Öner, “İnsanda Öz ve Varoluş”, *Felsefe Dünyası*, sayı.1, Temmuz 1991, s.10.

⁹⁹ Barrett, *İrrasyonel İnsan*, s.269.

¹⁰⁰ Öner, “İnsanda Öz ve Varoluş”, s.10.

2.3. Viktor E. Frankl ve Varoluşçuluk

Bir psikiyatrist ve nöroloji profesörü olan Viktor E. Frankl, 26 Mart 1905 yılında Viyana’da Yahudi bir ailenin çocuğu olarak dünyaya gelmiştir. Annesi Prag¹⁰¹ ileri gelenlerinden olup babası ise Güney Mahrenli’dir.¹⁰² Ortaokuldayken resmi okul dışında halk eğitim okullarına giderek psikoloji üzerine dersler almıştır. Bu ilgisi Freud’la mektuplaşmasına hatta yüz yüze görüşmesine sebep olmuştur. Psikolojiye ilgisi olmasına rağmen meslek olarak doktorluğu tercih etmiş Kierkegaard’ın bir sözüyle de psikiyatriye yönelmiştir.¹⁰³ Frankl’ın hayatı için çok önemli bir dönüm noktası olan toplama kampı, geleceğe yönelik bakış açısının şekillenmesinde son derece önem arz etmiştir. 1943-1946 yılları arasında mahkum hayatı yaşayan Frankl’ı bu esnada karısı da dahil olmak üzere ailesinin bir çoğu öldürülmüştür. Viktor Frankl, kalmış olduğu, esir kamplarında yaşadıklarını ‘İnsanın Anlam Arayışı’ adlı eserinde aktarmıştır.¹⁰⁴

Frankl’ın bu ifadeleri onun karşılaştığı zorlukları göstermesi açısından dikkat çekici bir örnektir. Frankl, yaşadığı bu tecrübeden sonra hayatının büyük oranda değiştiğini fark etmiş, fiziksel ve ruhsal sıkıntılar çekmesine rağmen yaşadıklarının iç direncini artırdığını düşünmektedir. Bu düşünce onda sıkıntı ve kayıtsızlık duygusunu baş göstertmiştir. Bu durum boşluk ve anlamsızlık duygusunu da beraberinde getirmiştir. Rahatsızlık duyduğu bu durumlara karşı çözüm önerisi niteliğinde iddialarda bulunmuştur.¹⁰⁵

“Buzlanan toprak, kazmaların sivri uçlarıyla çatırdamaya, kıvılcımlar saçmaya başladı. Çalışanlar sessiz, beyinleri donuktu. Zihnim hala karımın hayaliyle meşguldü. Zihnimi bir düşünce kurcalıyor: Hala hayatta olup olmadığını bile bilmiyordum: Sevgi, sevilen insanın fiziksel varlığının çok çok ötesine geçer. Sevgi en derin anlamını, kişinin tinsel varlığında, iç benliğinde bulur. Sevilen kişinin gerçekte orada olup olmaması, yaşayıp yaşamaması, bir anlamda önemli olmaktan çıkıyor.”¹⁰⁶

¹⁰¹ Frankl, *İnsanın Anlam Arayışı*, s.10; Bahadır, “Psikoterapi’de Yeni Bir Yaklaşım: Logoterapi ve Viktor Frankl”, s.474.

¹⁰² Viktor E. Frankl, *Hayatın Anlamı ve Psikoterapi*, Çev. Veysel Ataman, Say Yayınları, İstanbul 2019, s.9.

¹⁰³ Frankl, *Hayatın Anlamı ve Psikoterapi*, ss.11-36.

¹⁰⁴ Frankl, *İnsanın Anlam Arayışı*.

¹⁰⁵ Aliye Çınar, *Varoluşçu Teolojide İnsan ve Anlam*, Sentez Yayıncılık, İstanbul 2015, s.7.

¹⁰⁶ Frankl, *Hayatın Anlamı ve Psikoterapi*, s.54.

Bu düşünce, onun içsel boşluk, “ümitsizlik ve manevi çöküntü” nün üstesinden gelmesine yardımcı olmuştur.¹⁰⁷ Çünkü o, insanoğlunun dayanabilmesinin zor olduğu anları; sevgi¹⁰⁸, içsel güç ve manevi inançla¹⁰⁹ aşabileceğini savunmaktadır. Bu yüzden Frankl, karısının sevgisinden aldığını düşündüğü gücün kaynağının o olmadığını¹¹⁰ fark etmiş ve bu durum Frankl’ın iç dünyasında yaşamış olduğu bu mücadele onu nihai anlam mücadelesine sürüklemiştir.

Freud'un temel güdülenme teorisi ve insan organizmasının sürekli iç dengeyi sağlamak için çabaladığı homeostasis ilkesine itiraz eden Frankl, kendi yöntemini bulmak için bu ilkelere karşı çıkarak başlamıştır; homeostasis anlayışının, insanın yaşamına anlam katma konusunda yetersiz olduğunu savunmuştur. Buna karşılık olarak Frankl, insanın ihtiyaç duyduğu şeyin "gerilimsiz bir durum değil, değerli bir amaç uğruna çaba harcayıp mücadele etmek" olduğu fikrindedir.¹¹¹ Bu nedenle sözü edilen mücadele Frankl’ın varoluşçu psikolojisinde logoterapi uygulaması olarak karşılık bulur. Çünkü Frankl’a göre amaçsız bir hayatın insana vereceği şey, sadece boşluk ve anlamsızlık duygusudur. İşte bu anlamsızlık ve boşluk duygusuna karşı logoterapi bir çözüm önerisi olarak sunulmaktadır.

Frankl, toplama kampındayken yaşamış olduğu deneyimlerle hayatın anlamını bulabilmek için öncelikle amacınızın olması gerektiğini söylerken, bununla beraber sınırsız acının¹¹² anlam arayışında vazgeçilmez bir gerçeklik olduğunu ifade etmektedir.

Acı, Frankl için önemini hiç yitirmeyen bir kavram olarak hayat bulmaktadır. Ona göre, acıyı hissettiğimiz anda hayatta bazı şeylerin yolunda gitmediği, bu nedenle yolunda gitmeyen şeyleri eskisinden daha farklı bir şekilde ele almamız gerektiği hissi oluşmaktadır. Acıyı hayattan kovan kişi, hayatın anlatmak istediklerini dikkate almak istememektedir. Çünkü o acıyı alt ettiğimiz veya acıyı içimizde dönüştürüp bir anlam verdiğimiz zaman hayat bir mana kazanmakta, yaşanılır bir hale gelmekte ve bize dokunmaya başlamaktadır. Dolayısıyla acıdan, yaşlanmaktan, acizlikten, ölümden ve

¹⁰⁷ Muhammed Shafii, “Varoluşsal Vuslat: Benliğin Kurtuluşu”, *Sufi Psikolojisi*, edt. Kemal Sayar, Kapı Yayınları, İstanbul 2019, s.175.

¹⁰⁸ Frankl, *İnsanın Anlam Arayışı*, ss.52-53.

¹⁰⁹ Shafii, “Varoluşsal Vuslat: Benliğin Kurtuluşu”, s.174.

¹¹⁰ Frankl, *İnsanın Anlam Arayışı*, s.55.

¹¹¹ Abdulvahid Sezen, “Günümüz İnsanın Anlamsızlık Sorunu Bağlamında Frankl ve Fowler’da Bireyin Anlam Arayışı”, *Sosyal Bilimler Araştırma Dergisi*, 2009, c.VII, sayı:14, s.193.

¹¹² Frankl, *İnsanın Anlam Arayışı*, s.108.

bütün tabii ve fitri olumsuzluklardan kaçmak bizi anlamdan uzaklaştırmaktadır.¹¹³ Nitekim bu kaçış, kişide kaygı duygusunun oluşmasına sebep olmaktadır.

Bu nedenle denilebilir ki, anlam arayışının bir özelliği de kişide kaygı yatıştırıcı olmasıdır. Başka bir ifadeyle, anlam arayışının dünya ve hayatla yüzleşmeden kaynaklanan kaygıyı giderme etkisi vardır. Rahatlatma etkisi vardır. Ancak bununla birlikte anlam arayışına duyulan gereksinimin başka bir hayatı nedeni daha vardır. Bu da: anlam arayışı hissinin gelişmesiyle insanın aynı zamanda anlam arayışı hissini güçlendirecek değerleri ortaya çıkarmasıdır. Bu nedenle Viktor Frankl, varoluşçu psikolojiyi anlam arayışından bağımsız düşünmez.

Anlama gereksinim duymamızın başka hayatı bir sebebi vardır: anlam duygusu bir kez geliştikten sonra değerlerin doğmasına yol açar ve bu da insanın anlam duygusunu güçlendirir.¹¹⁴ Frankl da bu durumdan etkilenir ve kendisini anlam arayışından uzak tutamaz.

Frankl'a göre, çağımızın en önemli psikolojik meselesi, anlamsızlık ve varoluşsal boşluktur.¹¹⁵ Varoluş, insana özgüdür ve kendine özgü bir anlam taşır. Dolayısıyla insanlar, kendi kişiliklerini belirleme konusunda özgürdürler, kendi idealleri ve değerleri için yaşamayı seçerler ve hatta ölüm kararlarında bile özgürdürler ve yaptıklarından sorumludurlar. Kişi, özgür ve sorumlu olmanın getirdiği yükümlülükle beraber sevgi ile de donatılmıştır. Frankl, insanın kişiliğini tanımının tek yolunun sevgi olduğunu ve sevgiden yoksun olduğu zamanda özüne kavrayamayacağını belirtmektedir.¹¹⁶

Mutluluğun en büyük engelini onun arayışı olduğunu düşünen Frankl, insanın varoluşsal boşluğunu doldurmak ve hayata anlam katmak için üç farklı yolun olduğunu belirtir. Bunlar, bir eser yaratmak ya da bir iş gerçekleştirmek; bir insanla etkileşime geçmek ya da bir deneyim yaşamak; ve karşılaştığımız zorluklara karşı bir tutum geliştirmektir. Mutluluk, bu anlam arayışının ardından gelir.¹¹⁷ Bu nedenle hayat boyunca anlam arayışı içinde olan bir insan, hayatın anlamını bulup mutluluğa ulaşabilir.

¹¹³ Sadettin Ökten-Kemal Sayar, *Âleme Bir Yâr İçin Âh Etmeye Geldik*, Turkuvaz Kitap, İstanbul 2021, ss.38-39.

¹¹⁴ Yalom, *Varoluşçu Psikoterapi*, ss.727-729.

¹¹⁵ Frankl, *İnsanın Anlam Arayışı*, s.120.

¹¹⁶ Frankl, *İnsanın Anlam Arayışı*, ss.57-59.

¹¹⁷ Frankl, *İnsanın Anlam Arayışı*, s.119; Göka, *Hayatın Anlamı Var mı?*, s.130.

Frankl, Freud'un insanı anlama konusundaki "bilinçdışı"na yapmış olduğu vurguyu eleştirmektedir. "Bilinçdışı Tanrı" isimli kitabında Frankl'ın göz ardı edilmeye çalışılan fikirleri yer almaktadır. Frankl, Freud'un bilinçdışı yaklaşımını eksik ve yetersiz bulur, onu insanın yaratılışı icabı taşıdığı manevi boyutu hesaba katmadığı için eleştirmektedir.¹¹⁸

İnsan, hayatında anlam arayan, kendi varlığı dışında bir gerçeklik alanı olduğunu kabul eden aşkın bir varlık olmakla beraber bu aşkınlığın insanın doğasına yüklemiş olduğu yükümlülüklerde vardır. 'İyi, doğru ve adil' olanı bilme ve bildiğini yaşama potansiyelinde olan insan olgunlaştıkça hayatına anlam kazandırmak ister ve bu güçlü bir gereksinim olarak kendisini gösterir.¹¹⁹ Bu anlam arayışında Frankl'ın kendisine özgü izlemi olduğu bir yöntem ve bunu ifade etmek üzere kullandığı temel kavramlar vardır. Büyük resim içinde hizmet etmek isteyen, aşkın bir varlık¹²⁰ olmakla beraber bu aşkınlığın insanın doğasına yüklemiş olduğu yükümlülükler vardır.

2.4. Viktor E. Frankl'ın Anlam Arayışı ve İlgili Kavramların Çözümlemesi

Frankl'ı anlamamanın ilk yöntemi onun anlam arayışı yolunda bulduğu yöntemleri ve inşa ettiği kavramları incelemektir. Bunun için Frankl öncelikle insanları geleceğe yönelik anlamlar buldurmak için çabalamaktadır. Hastalarını yaşadıklarıyla karşı karşıya getirerek anlam bulmaları konusunda yönlendirme¹²¹ metodunu uygulayan Frankl, bunları nasıl yaptığını anlamak için bazı kavramlar (Maneviyat, nihai anlam, Tanrı, irade, vicdan, sevgi, acı...) üzerinde durmak gerekmektedir.

2.4.1. Logoterapi – Maneviyat

Nörolog psikolog Frankl'ın öncülüğünde kurulan Logoterapi, 'anlam kazandırma yoluyla terapi' yöntemiyle kurulmuştur. Nitekim bu terapi, 'anlam merkezli'liğin yanı sıra 'yeniden insanileştirici'¹²² bir ekol olarak da görülmüştür. Bu yüzden Logoterapi, kelime olarak logos -anlam-'tan üretilmiş olup, insanın varoluşunun anlamı kadar insanın böyle bir anlama yönelik arayışı üzerinde odaklanan bir teoridir. Logoterapi, kişinin kendi hayatında bir anlam bulma arayışı içerisinde

¹¹⁸ Göka, *Hayatın Anlamı Var mı?*, s.131.

¹¹⁹ Doğan Cüceloğlu, *Öğretmenim Bir Bakar Mısın?*, Final Kültür Sanat Yayınları, İstanbul 2020, s.43.

¹²⁰ Doğan Cüceloğlu, *Gerçek Özgürlük*, Remzi Kitabevi, İstanbul 2019.

¹²¹ Frankl, *İnsanın Anlam Arayışı*, s.112.

¹²² Bahadır, "Psikoterapi'de Yeni Bir Yaklaşım: Logoterapi ve Viktor Frankl", s. 470.

olduğu kabulünden hareketle insanda temel bir güdülenme¹²³ durumunun varlığını iddia etmektedir. İnsan yalnızca teknik açıdan incelenirse bu durumda kişi manipüle edilmesi gereken bir pozisyona düşer. Oysaki insana yalnızca (onu dünyaya bağlayan) itici güçler açısından yaklaşmak onu bir “şey”e dönüştürerek maddeleştirir. Frankl’a göre bu “şeyleştirme” psikoterapinin aslı günahı olmuştur. Oysa insan bir ‘şey’ değildir.¹²⁴ İnsan, “şeyleştirilme”ye çabalanırsa hayatın ona söylemek istediği anlamı da bulamaz. Frankl’ın anlam arayışında en çok önem verdiği husus, anlamı kişinin kendisinin bulabileceği gerçekliğidir. Bu nedenle insan “şey”leşirse, anlamı bulamayacağını savunmuştur.

Varoluşçu düşünce tarihine bakıldığında insanın inancının onun varoluşunu anlamlandırma ve belirlemede öneminin yok sayılamayacağı bu konu hakkındaki değerlendirmeler sonucunda kabul edilmektedir. Frankl, “mış gibi” ile yetinmez. Anlamın hayatın içine nüfuz eden iyileştirici bir güç olarak etki edebilmesi için onun entelektüel yoldan, zeka ve akılla da kabul edilmesi, benimsenmesi gerekir. Bu bakımdan Frankl logoterapisini anlaşılacağı üzere teorisini uygulanabilir, iyileştirici ve tedavi edici bir pratiğe dönüştürebilmek için öğretisini kanıtlanabilir ve bilimsel temeller üzerine inşa edilebilir bir hale getirmek istemiştir.¹²⁵ Bununla beraber logoterapinin en büyük amacı, anlam arayışıyla ilgili sorunlara cevap arama konusunda yardımcı olmaktır. Bu sebeptendir ki logoterapi diğer psikoterapi ekollerine karşı olumlu bir yaklaşıma sahiptir. Hedefi, ‘Anlam Arzusu’nun önündeki tüm engellenme durumlarını çözmek ve bu en asli arzunun hangi yolla olursa olsun gerçekleşmesini sağlamaktır.¹²⁶ Anlama ulaşabilmek için kişiden beklenen en önemli hususlardan birisi de anlam arayışı içerisindeyken zihinsel olarak ona ulaşmasına engel teşkil eden ve etme ihtimali olan şeylerden uzaklaşması gerektiğidir. Frankl, bu zihinsel engele yönelik dünya görüşü ile hayatın oluşumu arasında varoluşsal bir ilişkinin noksanlığından kaynaklandığını düşünmektedir.

Frankl, logoterapide psikanalizden çok farklı bir yöntem kullanmaktadır. Psikanaliz, hastayı gerçeklikten uzak söylemlerle uyutmaya çalışırken, logoterapi gerçekliği göstererek bu durumu hastanın benimsemesini ve kabul etmesini

¹²³ Frankl, *İnsanın Anlam Arayışı*, s.113.

¹²⁴ Viktor E. Frankl, *Anlam İstenci Logoterapinin Temelleri ve Logoterapi Uygulamaları*, çev. Mustafa Yalçınkaya, Öteki Yayınevi, İstanbul 2018, s.17.

¹²⁵ Frankl, *Hayatın Anlamı ve Psikoterapi*, s.221.

¹²⁶ Bahadır, *İnsanın Anlam Arayışı ve Din*, ss.30-31.

istemektedir. Yani logoterapi, hastaların sadece sorun ve ihtiyaçları hakkında konuşmak değil, aynı zamanda bu sorunların bizzat hastanın farkında olmasını ve bunların gerçek ve nihai sonuçlarını kavrayabilmesini amaçlamıştır. Nitekim logoterapi, modern insanın sorunlarına mler sunarak psikolojik donanımın "anlam" merkezinde yeniden yapılandırılması gerektiğini savunmaktadır.¹²⁷ Logoterapi, insanın hayatta anlam arayışına verdiği önem kadar, varoluşunun anlamlı bir ifade bulmasına da değer verir. Bu nedenle logoterapide en önemli olan varlığın kendisidir. İnsanın temel bir ihtiyaı olan "anlam arzusunun" tatmini; anlamlı bir yaşamın oluşmasına ve modern insanın karşılaştığı "varoluşsal boşluk" olarak adlandırılan anlamsızlıktan kurtularak hayatını yeniden anlamlandırmasına ve bu anlamı keşfetmesine yardımcı olmaktadır.

Psikanaliz, çoğu defa kişinin, içinde bulunduğu durumu başkalarından kaynaklanan nedenlerle izah etmeyi benimseyerek daha çok geçmişte yaşadığı tecrübeler üzerinde yoğunlaşmakta, bu nedenle insanın hayatının şekillenmesinde başkalarının etkinliğini önemsemektedir. Logoterapi ise, kişinin hayatının şekillenmesinde geçmişi ve geleceğiyle birlikte bakarak kendi durumunu bir bütün olarak görmesini sağlamayı amaçlamaktadır.¹²⁸ Bu bakış açısı, kişinin yaşadıklarından sorumlu tutacağı birisinin olmaması beraberinde hayatına dair yine kendisini mesul tutmasına neden olmaktadır. Frank, bu sorumluluk anlayışı ile Sartre gibi varoluşçu filozoflardan ayrılmaktadır. Çünkü onlar, kişinin hayatı ile ilişkisini açıklarken davranışlarına yüklemiş oldukları anlam, özgürlükle bağlantı kurarak izah etmişlerdir. Bu konuda Frankl gibi düşünmese de Varoluşçu düşünceye bir yenilik eklemesi ile bilinen Gabriel Marcel, kişinin davranışlarını 'Mutlak Sen'e olan baęlanma¹²⁹ düşüncesiyle açıklamaktadır. Nitekim onun davranışlara yüklediği anlamda özgürlükten söz edilmiş fakat o kişinin bağlanmayla zgr olacağını savunmuştur. Bu durum bir zıtlık içeriyor gibi görünmüş olsa da Marcel bu durumu izah ederken bağlanmanın insan ötesi bir varlığa olması gerektiğini söyleyerek bağlanma düşüncenin açıklamasını yapmıştır. Bu konuda logoterapiyi diğer düşüncelerden ayıran en önemli özellik, anlam ve sorumluluk konusunda kişilik gelişiminin seyri de

¹²⁷ Bahadır, *İnsanın Anlam Arayışı ve Din*, ss.17-20.

¹²⁸ Frankl, *İnsanın Anlam Arayışı*, s.112.

¹²⁹ Fulya Bayraktar, *Bağlanma Hürriyeti Bir Gabriel Marcel Okuması*, Aktif Düşünce Yayınları, Ankara 2019.

önem arz etmektedir. Motive edici olmasının yanı sıra logoterapinin asıl amacı, insanın kendi hayatıyla yüzleşmesine yardımcı olmaktır.

Varoluşun bilinci konusunda öncülük eden Kierkegaard, gerçek varoluş olayını ruhsal yaşamda aramaktadır. Ona göre hakikat; nesnel, evrensel ve kişilik dışı alanda aranmalıdır. Hakikat sübjektiftir. Sübjektiflik, bireysellikte bulunur. Gerçek varoluş, akıldan ayrılan ve akla karşı olan duygu alanında aranmalıdır.¹³⁰ Kişi bu alanda mutlak ve bilinebilir bir Tanrı'nın aksine özne olarak benimsenen Tanrı'ya ulaşmak ister. Bu sebeptendir ki birey Tanrı ilişkisi öznellik¹³¹ taşımaktadır. Kişi kendisiyle bu tür dinsellikte kişi kendisiyle kurduğu içsel yolculuktan hareketle Tanrı ile olan ilişkisinin bilincine ulaşmaya çalışmaktadır. Dolayısıyla bu içsel yolculuğa çıkmaksızın sonluluk içerisinde kalarak mutlak olan anlamak mümkün değildir. Mücadelesinin sonucunda bu kişiler sonluluk içerisinde kalarak mutlak olana ulaşamamaktadır.¹³² Kierkegaard'a göre bir başka dinsellik daha vardır, o da: kişiyi sonlu sınırlar içinde Tanrı'yla ve mutlak paradoksla tanıştıran ve gerçek anlamda Hristiyanlığa karşılık gelen dinseliktir. Kierkegaard'a göre paradoks, Tanrı'yı açık eden, insanı günahla tanıştıran iman sahibi olmaya ve günahlardan arınmak için sonsuz teslimiyete çağıran İsa'nın olması ve bu dinseliliğin gerçek Hristiyanlıkla daha uygunluk içermesinden dolayı düşüncelerini¹³³ bu konuda yoğunlaştırmıştır. Dolayısıyla Frankl, Kierkegaard'da olduğu gibi varoluş tecrübesinin bir yönü sübjektiflik içermektedir. Ona göre insan farkında olarak ya da olmayarak ama kesin bir şekilde Tanrı'yı içselleştirmiş ve O'na bağlanmıştır. Bu durum fitridir ve Frankl buna 'bilinçdışı Tanrı'¹³⁴ olarak tanımlamıştır. Buradan hareketle denilebilir ki teist varoluşçularda Tanrı bilginin değil, inancın öznesi olmaktadır.

Varoluş filozoflarından önemli bir yere sahip olan Nietzsche bu konuda yanlış anlaşılmaktadır. Onun eleştirisi kökleri katı, sorgulanamayan bir inanca dayandırılan dindarlığa karşı olduğu araştırılma yapıldığı zaman ortaya çıkan bir gerçekliktir. Nietzsche'nin düşüncesine göre dini inanç yoğun bir eleştiriye cevap verebilecek şekilde özgün olması gerekmektedir.

¹³⁰ Topçu, *Varoluş Felsefesi-Hareket Felsefesi*, ss.17-18.

¹³¹ Ahmet Cevizci, *Felsefe Tarihi*, Say Yayınları, İstanbul 2015, ss.944-945.

¹³² Oliver Cauly, *Kierkegaard*, çev. Işık Ergüden, Dost Yayınevi, Ankara 2006, ss.132-133.

¹³³ Magill, *Egzistansiyalist Felsefenin Beş Klasiği*, s.43.

¹³⁴ Frankl, *Anlam İstenci*, ss.56-70.

Bilginin konusu değil inancın öznesi olarak kabul edilen Tanrının anlam arayışında merkezi bir konumda görülmesi bir manevi hayatı da beraberinde getirmektedir ve bu fizik alem içerisinde değil nefsin, yeni bir dünya arayışı içerisinde olmasıyla mümkündür. Hristiyanlık'taki önemli husus bağımsız manevi bir hayat arayışdır. Bu manevi hayat, insan nefsinin haricindeki dünyanın güçleriyle değil, fakat nefsin içinde yeni bir dünyanın ilham edilmesiyle yükseltilebilir. Hristiyanlığın aradığı ruhun tasdiki, ruhun aydınlatılmasına zaten nüfus etmiş olan harici güçlerin reddedilmesi yoluyla değil, aksine içerideki dünyadan temin edilen ışığı dikkate alarak bu güçlerle insanın ilişkisinin uygun şekilde ayarlanmasıyla olacaktır.¹³⁵ Frankl, bu ilişkiyi maneviyat ile açıklamaktadır. Dolayısıyla Frankl için maneviyat bu dengenin kurulmasıyla ortaya çıkar.

Maneviyat, Latince de "spiritualite" kelimesinin anlamı olan, "yaşamı hissetmek, yaşam boyu kazanılan bilgilerin sonucu olarak insanın kendisini ve diğer kişilerle olan ilişkisini, hayatın anlamını ve evrendeki yerini anlaması" şeklindeki tanımlamayla aynı anlamı içermektedir.¹³⁶ Maneviyat kavramının doğası hem geleneksel dini inançları hem de Batı'da ortaya çıkan "new age" akımlarını hatta dini inanca sahip olmayan insanların iç dünyalarındaki kavrayışları da kapsamaktadır. Maneviyat, insanın yaşam amacını ve ideallerini belirleyen temel anlam kaynağını keşfetmeye çalışır. Frankl'da maneviyatın sadece psikolojimizi ve varoluşumuzu kapsamakla kalmayıp aynı zamanda birçok yaratıcı fikir ve psikoloji anlam arayışını içerdiğini kabul eder. Dolayısıyla ona göre denilebilir ki maneviyat herhangi bir dine mahsus bir tecrübe değildir. Birçok yaratıcı fikir, psikoloji ve varoluşu anlamaya maneviyattan yola çıkarak başlamak gerektiği söylenmektedir. Tabi kabul Hristiyan dini için geçerlidir.¹³⁷

Frankl'ın anlam arayışında maneviyata verdiği öneme bakıldığında, bu kavramın hayattan soyutlanmasının imkansız olduğu anlaşılmaktadır. Maneviyat ne dinden apayrı bir durumdur ne de tamamen dindir. Bu konu hakkında Erol Göka şu şekilde bir tanımlama yapmaktadır:

“Din ve maneviyatın çok yakın anlamları olduğu ama modern zamanlarla birlikte, maneviyatın dini aşan, dinden bağımsız olarak

¹³⁵ Muhammed İkbal, *İslam'da Dini Düşüncenin Yeniden İnşası*, çev. Rahim Acar, Timaş Yayınları, İstanbul 2021, ss.39-40.

¹³⁶ Göka, *Hayatın Anlamı Var mı?*, s.19.

¹³⁷ Göka, *Psikoloji Varoluş Maneviyat*, s.63.

değerlendirilmesi gereken bir içerik kazandığı söylenebilir. Bize göre de dini olanları da Kutsal'ın her türlü öznel yaşantısını da kapsayacak biçimde insan tecrübesindeki her türlü aşkın boyut ve anlam arayışı; kişinin inancını gündelik hayatta yaşama şekli, insanın varoluşunun nihai koşullarıyla ilişki kurma ve anlamlandırma, dolayısıyla hayatına anlam verme biçimi 'maneviyat' olarak tanımlanabilir.”¹³⁸

Bu bakımdan maneviyat insanın hayatında adı ve şekli ne olursa olsun yüce bir duyguyu bulundurması ve varoluşunu bu yüce duygu ile anlamlandırması olarak görülmektedir. Bu bakımdan varoluşçu düşünce kendisinin maneviyatın veya yüce varlığın karşısına değil yanına konumlandırmaktadır.

Kişinin anlam arayışı konusunda yollarının kesiştiğini düşündüğümüz Tasavvuf ile Psikoloji birbirinden bağımsız alanlar gibi algılanmakta ise de her iki disiplinin insan ve davranışlarının merkeze alması nedeniyle bir ortak yönleri olmadığı söylenebilir. Bu itibarla insanın davranışlarını değerlendirme konusundaki farklılıkları onların ortak noktalarının olmayacağı anlamına gelmemektedir.¹³⁹ Çünkü iki ilminde ortak noktası insanın tutum ve davranışlarını değiştirmek/düzenlemek/inceleme, sağlıklı hale getirmektir. Sufi psikolojisinde insan bir bütün olarak ele alınmaktadır. Bu konuda Psikolojiden daha geniş bir alan belirlemektedir. Sufi psikolojisi metafiziksel ilkelere dayanan yöntemler geliştirmiştir. Sufi anlayışın şekillenmesinde kaynak olarak vahyin birinci etken olması, insanın düşünceleri inançları eylemleri, istekleri ve beklentileriyle bir bütün olarak değerlendirilmesinde belirleyicidir. Tasavvuf ilmi bütün bu süreçlerde ve bu süreçlerde yaşanan deneyimleri ifade etmek üzere 'sülûk' kavramı kullanır. Bu kavram, 'sülûk'¹⁴⁰ kişinin bir rehber (mürşid) öncülüğünde duygu, düşünce ve hareketlerini iyi bir kul olabilecek şekilde mücadele etmesi demektir. Bu mücadele insanın içindeki cevheri bulabilmesi için çıkmış olduğu yolculuğun temel bir unsurudur. Bu yolculuk kişinin kendisini bilme amacıyla, esasen varlığına bir anlam arayışı formülasyonu olarak görebileceğimiz “kendini bilen Rabbini bilir” öğretisiyle ifade eden bir benlik yolculuğudur. Bu yolculuğun sonunda kişi yüce varlık ile karşılaşır ve onunla varlığı bir anlam kazanır.

¹³⁸ Göka, *Psikoloji Varoluş Maneviyat*, s.21-22.

¹³⁹ Bu konuda bakınız Sayar, *Sufi Psikolojisi*; Robert Frager, *Kalp Nefs Ruh*, Çev. İbrahim Kapaklıkaya, Gelenek Yayıncılık, 2011.

¹⁴⁰ Süleyman Uludağ, “Süluk”, TDV İslam Ansiklopedisi, <https://islamansiklopedisi.org.tr/suluk--tasavvuf> (25.03.2022).

2.4.2. Tanrı

Din insana dünya hayatının güçlüklerine karşı sunduğu anlamlarla dayanma gücü ve amaçlılık sağladığından insan onu vazgeçilemez kılmaktadır. Dine sadece psikolojik bir ihtiyacı karşılıyor olması itibarıyla ele alınması durumunda dine dair zaman algılarının daraltıldığı gerçekliğiyle yüzleşmektedir. Dini inanca sahip olmak, anlam arayışının bittiği anlamına gelmediği gibi bu durum bir inanç sahibi olmayanlara oranla daha çok arayış içerisinde olunabildiği gerçekliğiyle bizi karşı karşıya getirmektedir.¹⁴¹

Varoluşçu psikologlar psikoterapide inanç olgusunu Tanrı hakkında kabulleniş olarak değil bir ‘anlam inancı’ olarak değerlendirirler. O nedenle bir anlam inancı olarak inanç olgusuyla ilgilenmeyi sürdürmüşlerdir. Başka bir ifadeyle bir inanç sahibi olmak için anlam arayışı arasında ters yönde bir irtibat söz konusu değildir. Hayatın anlamı nedir sorusunun cevabı, Albert Einstein tarafından dindar¹⁴² olmak şeklinde verilir. Benzer şekilde Paul Tillich’e göre: “Dindar, inançlı olmak demek, varoluşumuzun anlamı sorusunu tutkuyla sormaktır.”¹⁴³

J.P Sartre her ne kadar Kierkegaard ve K. Jaspers ile aynı varoluşçuluk çizgide bulunmasa da, onun felsefi düşüncesinde bir Tanrının varlığını hissettirmektedir. Çünkü ona göre bir Tanrının varlığı varoluş için gereklidir.¹⁴⁴ Tanrısızlık bir inanç meselesidir ve varoluş için bu düşünce gerekmektedir.

Kierkegaard, ‘Tanrı’ya inanmanın sıradan bir olay olmadığını ve onun hakkında inanç ile bilgi sahibi olmak arasında fark bulunduğunu ifade etmektedir. Kierkegaard dini bir bilgi konusu olarak görmediği için irrasyonel ve paradoks olarak nitelendirmektedir. Başka bir ifadeyle Tanrı düşüncenin nesnesi olamayacağı için inanç bir düşünce haline getirilemez. Aksi halde insan Tanrı ilişkisi bir ilişki olmaktan çıkar. Tanrı imanının düşünce haline gelmesiyle Tanrı ile insan arasındaki ilişkinin değer kaybettiğini söyleyen Kierkegaard, dini saçma ve paradoks olarak nitelendirmektedir. İnançın düşünce haline getirilmesi durumunda insan-Tanrı ilişkisi, ilişki olmaktan çıkmaktadır. Ona göre Tanrı düşüncenin nesnesi olamaz.¹⁴⁵ Kierkegaard’a göre

¹⁴¹ Göka, *Hayatın Anlamı Var Mı?*, s.123.

¹⁴² Göka, *Psikoloji Varoluş Maneviyat*, ss.16-33.

¹⁴³ Frankl, *Logoterapi ve Din*, s.75.

¹⁴⁴ Arslan Topakkaya, *Egzistansiyalizmde Tanrı*, Nobel Akademik Yayıncılık, Ankara 2022, ss.126-135.

¹⁴⁵ Vefa Taşdelen, *Kierkegaard’ta Benlik ve Varoluş*, Hece Yayınları, Ankara 2004, ss.253-254.

Tanrının insanı kutsal kitapta muhatap olarak seçmesi insana tanıdığı özgürlükle ilgilidir. Bu nedenle bir tanrı ve ona yönelik oluşan inanç insanın varoluşunun önünde bir engel olarak görülemez. Tanrı insanı o kadar özgür yaratmış ki kendisine kutsal kitapta muhatap olarak onu seçmiştir.¹⁴⁶

Düşünce itibariyle Sartre'a yakın olduğu bilinen Karl Jaspers da dine karşı gibi görünmekle birlikte onun tanrı tanımaz bir tutum içerisinde olduğunu söylemek zordur. Bilakis o Tanrıya aşkın¹⁴⁷ bir ilke olarak yönelir. Dolayısıyla bir mutlak varlığın kabulü ile insanın varoluşu arasında herhangi bir çelişki mevcut değildir.

Frankl ise din-Tanrı ilişkisini vicdan üzerinden ele alır. Çünkü O'na göre vicdan, insani boyutun dışında, insanüstü varlıktan beslenir. Frankl vicdanı şu şekilde tanımlar: "Vicdan her durumda gizlenmiş biricik anlamı, sezgisel bir tarzda ortaya çıkaran olağanüstü bir yetenektir."¹⁴⁸

Anlam arayışı üzerinde en çok söz söyleyen filozoflardan birisi olarak Frankl, insanı nihai noktada sadece Tanrı'nın anlayabileceği kanısındadır: Frankl bu düşüncelerini bilinçdışı dindarlık şeklinde kavramlaştırır. Bu kavram kişinin tanrıya doğal olarak yani yaratılmış olmasından kaynaklı bir duygu ile ve bir bilgi sahibi olmaksızın bağlıdır. Kısaca Tanrı bilinçdışı Tanrıdır. "İnsanın ruhsal derinliğinde güçlü bir özlem hakimdir. Bu şiddetli özlemin ve susuzluğun konusu Tanrı'dan başkası olamaz." diyen Frankl, bu ifadelerini sistemleştirerek Bilinçdışı Dindarlık fikrini öne sürmüştür. Bu durumda kişi Tanrı'ya bilinçdışı bağlılıkla bağlıdır, yani Tanrı, Bilinçdışı Tanrı'dır.

Frankl Tanrı'yı insan biçimci olarak tasavvur eden "Antropomorfik Tanrı Anlayışı"nı reddeder. Esasen onun bu görüşü Hristiyanlığın Baba-Tanrı inancını benimsememesiyle alakalıdır. Tanrıyı tanımlayan ve ona ilişkin somut bir algı oluşturan tasavvurlar geçerli olduğuna göre din, hangi formda olursa olsun kişiye özel tabiata sahip olmalıdır. Ancak bu durumda insanın deruni yaşantısına hitap eden özel durumları ifade etmektedir. Bu özel durum başkasına tam olarak aktarılamayacağı gibi bu durumun anlamı ve değeri kişinin içselliğinde gizlidir. Tanrı ile insan arasındaki ilişkiyi özel ve herhangi bir sınırlamanın dışında kabul eden bu yaklaşım Gabriel

¹⁴⁶ Topakkaya, *Egzistansiyalizmde Tanrı*, s.7.

¹⁴⁷ Roger Verneaux, *Çağdaş Ateizm Üzerine Dersler*, çev. Murtaza Korlaelçi, Ankara Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Yayınları, Ankara 2001, s. 45.

¹⁴⁸ Frankl, *Psikoterapi ve Din*, s.30.

Marcel tarafından da benimsenmiş ve bu ilişki ‘sır’¹⁴⁹ olarak ifade edilmiştir. Bu kavram, dışarıya tam olarak aktarılamayacağı gibi bunların değeri de kişinin içselliğinde gizlidir.¹⁵⁰

Frankl’a göre Tanrı çok samimi iç diyalogumuzun muhatabıdır.¹⁵¹ Onunla beraberlik için inanç dahi gerekmediğini söylemiştir. Frankl’a göre:

“Tanrı, en gizli iç konuşmalarımıza eşlik eden kişidir. Tam bir içtenlik ve tam bir yalnızlık içinde kendi kendinizle konuştuğunuz zaman, kendinizi anlattığınız kişiye Tanrı denir.”¹⁵²

İç konuşmalarımıza eşlik eden bir Tanrı düşüncesi, Tanrı’nın muhatabına olan yakınlığını ifade etmektedir. Böyle bir Tanrı karşısında insan, hiçbir şey saklayamaz ve bu durum kişinin her daim gözetim altında olduğunu düşünmesine yol açar. Nitekim Frankl’ın kabul ettiği Tanrı, kendisine sığınılan varlıktır.

Tanrı inancı, varlığın kaynağı, niçinliği ve anlam problemine; ahiret inancı ölüm ve sonrası sorusuna cevaplarını vahiy ile vermektedir. Kabulleniş (iman) bütün yaşamsal problemler karşısında gösterilen varoluşsal bir karardır.¹⁵³ Frankl’ın Tanrı hakkında söylemiş olduğu sözler, Kelabazi’nin¹⁵⁴ (mü’min) kişinin Allah’ın her şeyden evvel ve kendisine her şeyden yakın olduğuna kesin bir şekilde şehadet etmesi şeklindeki sözleriyle içerik açısından paralellik göstermektedir. Frankl, içinden konuştuğu şeye Tanrı adını verirken, Kelabazi de en yakın olana Allah demektedir. Çünkü Kelabazi’ye göre iman, herhangi bir şeyi yakinen bilip, onu tasdik etmektir.¹⁵⁵

Sufilerin Tanrı tasavvuru ile yukarıda aktarmış olduğumuz varoluşçu filozofların düşünceleri arasında önemli ölçüde bir benzerliğin olduğu görülmektedir. Sufilerde genel olarak Tanrıya genel geçer tanımlamalardan ve formel söylemlerden bağımsız bir şekilde insanın seslendiği zaman hemen ulaşabileceği bir mesafede ve kendi dünyasına özel bir duygu ile yönelmektedir. Bu yüzden tasavvufta insanın kalbi

¹⁴⁹ Fulya Bayraktar, *Bağlanma Hürriyeti Bir Gabriel Marcel Okuması*, Aktif Düşünce Yayıncılık, Ankara 2019, ss.23-33.

¹⁵⁰ Bahadır, *İnsanın Anlam Arayışı ve Din*, s.42.

¹⁵¹ Bahadır, “Psikoterapi’de Yeni Bir Yaklaşım: Logoterapi ve Viktor Frankl”, ss.477-480.

¹⁵² Viktor E. Frankl, *Duyulmayan Anlam Çığılığı: Psikoterapi ve Hümanizm*, çev. Selçuk Budak, Totem Yayınları, İstanbul 2019.

¹⁵³ Tokat, *Varoluşsal Teoloji*, s.16.

¹⁵⁴ Süleyman Uludağ, “*Kelâbâzî, Muhammed b. İbrâhim*”, TDV İslâm Ansiklopedisi, <https://islamansiklopedisi.org.tr/kelabazi-muhammed-b-ibrahim> (10.03.2022).

¹⁵⁵ Vahit Göktaş, *Kelabazi ve Tasavvufî Görüşleri*, Ankara Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Yayınlanmamış Doktora Tezi, Ankara 2007, s.91.

Tanrının tecelligahı olarak kabul edilir. Başka bir ifadeyle insanın Tanrı ile irtibatı büyük ölçüde özeldir ve “sır”dır.

Tanrı ile doğrudan ve birebir irtibat kurulabileceğini ve bu irtibatın insanın var oluşu açısından son derece önemli olduğunu kabul eden varoluşçu filozofların bu yaklaşımları insan ile Tanrı arasında kurulan ilişkinin insan açısından bakıldığında bir iradeye dayanması gerektiği sonucuna bizi götürmektedir. Dolayısıyla varlığı kabul edilen Tanrının karşısında insanın özgür ve irade sahibi olması beklenmelidir.

Anlam arayışında kişinin zihinsel gücüne etkisi olan ve her durumda anlamı olan bir kavramla karşılaşmaktayız ki o da: özveridir. Frankl, özveriyi dinsel inancı olan kişilerin daha iyi anlayacağını söylemektedir. Çünkü o kişiler için acı ve ölüm anlamlıdır.¹⁵⁶ Yaşanılanların Tanrı nezdinde bir karşılığının olduğuna inanılmaktadır. Bu durum yaşanılanların kişi üzerindeki etkisini azaltmakta ve kişinin hayattan ümidini kesmemesini sağlamaktadır. Nitekim bu durum Tasavvuf ilminde salikin nefsi terbiye etme ve ruhunu olgunlaştırma yoluna girmiş olmanın gereği ile yaşamış olduğu zorluklar ki bunlar bir zorluk değil, kamil insan olma yolunda aşılması gereken kademeler olarak görülmekte ve bu duruma etvar-ı seb’a olarak isimlendirilmektedir. Çünkü nefis, bu eğitim aşamalarından geçerek istenilen duruma gelmektedir.

2.4.3. İrade

“Kierkegaard ve Nietzsche, Batı insanının ‘ruhunun hastalanmasının’ belli bireysel ve sosyal sorunlarla açıklanamayacak kadar derin ve kapsamlı olduğunun apaçık farkındaydı. İnsanın kendisiyle kurduğu ilişkide kökten yanlış olan bir şeyler vardı, insanın kendisinin temel sorunsalı haline gelmişti. Nietzsche ‘Avrupa’nın önündeki gerçek tehlike şudur’ diyordu, ‘insandan korkmakla birlikte insan sevgisini, insan güvenini ve aslında insan iradesini de yitirdik.’”¹⁵⁷

Nietzsche’nin de söylediğine göre insanlığı tehdit eden bir durum var. O bu duruma sebep olan şeyi iradesini kaybetmiş olan insanlara bağlamaktadır. İradesini kaybetmiş olan bir topluma yapılabilecek en büyük yük, her türlü seçiminin sonucunu kendi kararları üzerine yükleyip bu sonuçların devamında oluşabilecek bütün sorunlarda kendisini suçlamasına müsaade etmektir. Nitekim Varoluşçu filozofların çoğunluğu kişinin seçimlerini kendi sorumluluğuna bağlamışlardır. Kişi seçimleriyle kendisini tanımlamaktadır. Böyle bir bakış açısında o kişinin hayatına dışarıdan bir

¹⁵⁶ Frankl, *İnsanın Anlam Arayışı*, s.99.

¹⁵⁷ May, *Varoluşun Keşfi*, s.83.

müdahalede bulunulmamaktadır. Bütün sorumluluk kişinin kendi iradesine bağlanmaktadır. Her şeyin ihtimal dahilinde değil de seçimle şekillendiği kabullenilmiştir. Varoluşçu terminolojide seçim ve sorumluluk, insanın özgürlük anlayışıyla doğrudan ilintilidir. Bu nedenle kişinin kendi seçimiyle hayatını şekillendirmesi bir özgürlük göstergesi olarak değerlendirilir. Başka bir ifadeyle yaptığı seçim ve taşıdığı sorumluluk ile bizzat insanın kendi irade sahibidir. Kendi seçimleriyle kendi hayatlarını şekillendirmeyi özgürlük olarak değerlendirmişlerdir. Bu demek oluyor ki irade, kişinin kendi emrindedir.

Bugünün toplumunda tatminsiz kalan ve günümüz psikolojisi tarafından göz ardı edilen şey, "anlam istemidir (istenci)." Mevcut motivasyon teorileri insanı ya uyarılara *tepki veren* ya da içgüdülerini *boşaltan* bir varlık olarak kabul etmektedir. Bu teoriler, insanın aslında tepki vermekten çok, yaşamın sunduğu anlamları gerçekleştiren bir varlık olduğunu dikkate almaz.¹⁵⁸ Bu bakımdan irade konusunda varoluşçulardan biraz farklı düşünen Frankl, yaşanmışlıklarla ve dahi yaşanan an ile mücadelenin insanın kişisel saygınlığı için gerekli olduğunu hayat tecrübeleriyle ifade etmektedir. Frankl'ın bu tecrübesi, Sartre'nin savunduğu irade düşüncesinden biraz farklılık göstermektedir. Şöyle ki Sartre, karakterin inşasında sadece kişinin iradesinin etkenliğinden söz etmekte ve bunun da 'özgür' düşünce yapısı için gerekli olduğunu savunmaktadır. Buradan hareketle Sartre'ın insanın varoluşu sürecinde tanrıya verilen bir rolü bulunmamaktadır. Bu bakımdan insan hayatta karşılaştığı ve mücadele ettiği bütün olaylarda kendi iradesiyle var olmaktadır. Yani kişi hayatındaki bütün sorumlulukları üzerine aldığı anda, 'özgür' olduğunu düşünerek geçmişte yaşadığı ve gelecekte yaşayacağı her şeye kendi seçimlerinin (iradesinin) sonucunda karşılaştığını kabul etmektedir. Bu kabule göre kişinin yaşantısına dışarıdan müdahale yok sayılmaktadır.

Frankl, Sartre'ın özgürlüğünün yanına sorumluluk duygusunu ekleyerek farklı bir bakış açısı ortaya koymaktadır. Buna göre İnsan kendi varoluşunda özgürlüğüyle seçim yapabilen tek varlıktır. İnsanı diğer varlıklardan ayıran bir özelliği de, bir şeyi yapmayı ya da yapmamayı seçebiliyor olmasıdır. İnsan varoluşunu özgürlüğü ile seçer. Her birey kendi yaptığı seçimlerden sorumlu olduğu kadar kendi varoluşundan da sorumludur.¹⁵⁹ Bu sorumluluk, insana seçim yapma özgürlüğünü tanır. Sorumluluk duygusunun kişinin kendi iradesine verilmiş olması, yapmış olduğu seçimleri ve bu

¹⁵⁸ Frankl, *Duyulmayan Anlam Çılgılığı: Psikoterapi ve Hümanizm*, s.28.

¹⁵⁹ Çüçen, *Varoluş Filozofları*, s.34.

seçimlerin sonuçlarının kendi hayatının şekillenmesinde önemli olduğu kabul edilmektedir. Nitekim bu durumda kişi, kendi iradesi doğrultusunda anlam arayışına yön vermektedir. Bu bakımdan karşımıza birden fazla anlam veya gerçeklik çıkmaktadır. Bununda nedeni anlam ve özgürlük duygusuna yön veren şeyin kişinin kendi iradesi olmasıdır. Dolayısıyla iradenin yönü, kişide anlam ve özgürlük duygusu oluşturmaktadır.

Sartre'in burada ortaya koyduğu bakış açısı insanın kendisinden kaynaklansa bile hiçbir şekilde insanı sınırlayan veya bağlayan bir duygunun veya düşüncenin söz konusu olmadığı kabulüne dayanır. O yüzden ona göre özgürlük, irade ve akıl yürütme ile oluşmaktadır. İnsanda seçimlerini akıl yürütmeyle yapmaktadır. İşte bu seçim daha doğrusu seçebilme iradesi insanın kendi var oluşunu ortaya koyan bir araçtır. Dolayısıyla insanın özünü teşkil etmektedir.¹⁶⁰ Sartre'a göre, insan kendi kendisini seçer. Varoluş filozofları için seçim/irade konusu insanın kendisinin belirlemesi gereken bir durum olarak kabul edilmektedir.

Heidegger'e göre insan, dünyaya atılmış bir canlıdır ve yalnız başına bırakılmıştır. Yalnız olması özgürlük duygusuna dönüşmüştür. Dünyada yalnız kalan insan zgr olduğu için, özgürlük onun varoluşunun temelini oluşturmaktadır. Dünyaya bırakılmış olma hali kişinin kendi seçimleriyle hayatta kalmasına yardımcı olmaktadır. Bu durum Heidegger'e göre zorunlu özgürlük deneyimi¹⁶¹ olarak adlandırılmaktadır.

Schopenhauer'e göre ise irade “kendinde şey yani Mutlak varlık, bütün görünenlerin ardındaki görünmeyen, ilk neden, var olanların ilk sebebi, yaşamın özüdür. İrade tektir ve her yerde mevcuttur, o kr/bilinçsiz ve nedensiz olarak evrensel var oluşun koşuludur.”¹⁶² Schopenhauer'a göre, beden, bir yönüyle iradenin somutlaşmış hali olarak kabul edilir ve bu durumda irade ve hareket, sadece düşüncede farklıdır, aslında bir bütündür.¹⁶³ Ona göre irade bedeni diğer nesnelerden ayıran şeydir. Beden irade sayesinde var olur, nesneleşir. Schopenhauer bu konuda şöyle söylemiştir:

¹⁶⁰ Talip Karakaya, *Jean Paul Sartre ve Varoluş*, Elis Yayınları, Ankara 2004, s.112.

¹⁶¹ en, *Varoluş Filozofları*, s.34; Martin Heidegger, *Varlık ve Zaman*, ev. Kaan H. Ökten, Agora Kitaplığı, İstanbul 2011, s.266.

¹⁶² Edouard Sans, *Schopenhauer*, ev. Işık Ergüden, Dost Kitabevi, Ankara 2006, s.35.

¹⁶³ Sans, *Schopenhauer*, s.43.

“Şimdiye dek irade kavramı genellikle güç kavramının altında görüldü. Doğada şöyle ya da böyle işleyen her gücün iradeyle özdeş olduğu şimdiye dek saptanmadı. Ama ben tam tersini yapıyor, doğadaki her gücün irade diye düşünülmesini istiyorum.”¹⁶⁴

Frank, insanın kendi kararları ile hayatın karşısına çıkardığı ve insanı bir şekilde davranmaya mecbur bırakan zorunluluklar arasındaki belirsizlikten de rahatsız olduğunu söylemiştir. Bunu bizzat kendi hayatında tecrübe eden Frankl, kamptan kurtulmak için birçok fırsatının olmasına rağmen kaçmayarak hayatta kaldığını söylemektedir. O, işkence dolu hayattan kaçan arkadaşlarının yakalanıp yakıldığını¹⁶⁵ öğrenince kendi iradesi ile hayatın onu yönlendirdiği olaylar karşısında yaşadığı ikilemi sorgular hale gelmiştir. Ayrıca arkadaşlarına karar vermeleri konusunda yardım ettiğinden dolayı iradenin insanın kendi dışından yönlendirilebilir¹⁶⁶ ve etki altına alınabilir bir yönü olduğunu kabul etmiştir. Aynı durum anlam arayışı içinde söz konusu olmaktadır. Bu bakımdan Frankl’a göre irade Sartre ve Heidegger gibi varoluşçuların benimsediği gibi mutlak anlamda “özgür” değildir. Bu bakımdan Frankl özgürlüğü hiçbir şekilde başka bir varlık veya duygu ile bağlantısı olmamak şeklinde yorumlayan ve anlam arayışı sürecinde insanı adeta bir boşluğa sürüklemeye potansiyeli barındıran varoluşçu yaklaşımın bu problemli ve çelişik durumunu görerek özgürlük¹⁶⁷ ve sorumluluk arasında bir denge kurmayı benimsemiş ve bu dengenin adını “vicdan” olarak koymuştur. Buradan hareketle vicdan sahibi olmak ile din arasında olumlu bir bağlantı kurmaktadır.

Tasavvufta da ‘irade’ kişinin manevi yükselişi için olmazsa olmaz olarak görülen ancak hem kulun hem de Allah’ın karşılıklı olarak ele alındığı bir kavramdır. Sufiler Allah’a yönelme talebini her şeyden önce ilahi iradeye bağlı olarak değerlendirirler. Bu bakımdan irade sülûkun başlangıcını oluşturur. Sufiler, kişinin Allah’a yönelme talebini önceleyen bir ilahi iradede söz etmektedir.¹⁶⁸ İrade, sülûk yolunun başlangıcıdır. Seyr u sülûkun gayesi, insanın elest şuuruna tekrar ulaşması, irade ve özgürlük vehmini terk ederek bütünüyle Hakk’ın iradesine bağlanmasını

¹⁶⁴ Arthur Schopenhauer, *İsteme ve Tasarım Olarak Dünya*, çev. Levent Özşar, Biblos Kitabevi Yayınları, Bursa 2005, s.55.

¹⁶⁵ Frankl, *İnsanın Anlam Arayışı*, s.77.

¹⁶⁶ Frankl, *İnsanın Anlam Arayışı*, s.145.

¹⁶⁷ Frankl, *Psikoterapi ve Din*, s. 47.

¹⁶⁸ Hacı Bayram Başer, “Yükümlü Varlıktan Varlığın Gayesi Olan İnsana: Tasavvufta İnsan Tanımlarının Dönüşümü Üzerine Bir Değerlendirme”, ed. Ömer Türker-Halil İbrahim Üçer, *İnsan Nedir?*, İlem Yayınları, İstanbul 2019, s.511.

amaçlar.¹⁶⁹ Nitekim bu durumda kul bir şeyi istemediği/niyet etmediği müddetçe onu yapmayacağı için, irade her işin başını tutan niyete benzetilmektedir.¹⁷⁰ İrade, adet üzere olan şeyi terk etmektir. Başka bir ifadeyle kulun yerleşik olan kabullerin dışında bir hakikatin var olabileceğini tasavvur edebilmesi irade ile gerçekleşir.¹⁷¹

Denilebilir ki Herevi insanın irade sahibi olması için kendisini ve zihnini meşgul edecek düşüncelerden nesnelerden uzak olmayı, insanın irade özgürlüğü için önemli bir şart olarak görmektedir. Dolayısıyla bu durum kişinin yaygın ve yerleşik kabuller ile kendisini sınırlı görmemesini sağlar. Herevi de irade konusunu üç derece halinde ele almaktadır. Birincisi, talibin ilim vasıtasıyla nefsinin alışkanlıklarını bırakması, samimi bir niyetle sufilerin yöntemlerine sarılması ve kendini meşgul edecek/zihnini dağıtacak şeylerden uzak durmasıdır. İkincisi, müridin haline yönelmek suretiyle ünsün rahatlığına kavuşmasıdır. Üçüncüsü, salikin gaybet halinde de olsa istikameti koruması ve her daim edebe riayet etmesidir.¹⁷²

Tasavvuf ilmi de insanın iradi olarak her daim kendinde olması gerektiğini izah etmek adına bu durumu ‘sahv’ kavramıyla açıklamaktadır. Sahv, temkin ve itidal hali üzere olmak anlamına gelmekle beraber insanın İrade sahibi bir varlık olduğuna vurgu yapar. Böylece insan hem özgürlüğüne kavuşur hem de sufilerin diliyle gaybin hakikatini keşfeder. Bu bakımdan denilebilir ki irade sahibi olmak bilgi sahibi olmanın kapılarını açar. Çünkü insan bu hali iradesi ve çabasıyla kazanmaktadır.¹⁷³ Sahv, gaybin hakikatini keşfedenlerin hali¹⁷⁴ olarak kabul edilmektedir.

2.4.4. Vicdan

Var olmak; bilinci, farkındalığı, benlik şuurunu, kendi varlığının ve varlığın devamı için gerekenleri anlamlandırmayı, var olana değer atfetmeyi ve bu durumu hayata karşı anlamlı hale getirmeyi ifade eden bu sürecin önemli bir parçasını da vicdan teşkil etmektedir. Vicdan, insanı var eden duygu, düşünce ve davranış boyutlarını kapsayan bir durumdur. Bir kişinin akıl sahibi olması ile doğru akıl yürütmesi birbirinden farklı şeyleri ifade etmektedir. Aynı durum vicdan sahibi olmak

¹⁶⁹ Başer, Yüklümlü Varlıktan Varlığın Gayesi Olan İnsana: Tasavvufta İnsan Tanımlarının Dönüşümü Üzerine Bir Değerlendirme, ss.521-522.

¹⁷⁰ Kuşeyri, *Risale*, s.283.

¹⁷¹ Hücveri, *Keşfü'l-Mahcub*, s.276.

¹⁷² Abdurrezzak Tek, *Tasavvufi Mertebeler-Hace Abdullah el-Ensari el-Herevi Örneğinde-*, Emin Yayınları, İstanbul 2008, ss.175-176.

¹⁷³ Süleyman Uludağ, *Tasavvufun Dili 2*, Mavi Yayıncılık, İstanbul 2007, s.127.

¹⁷⁴ Tek, *Tasavvufi Mertebeler*, s.327.

ile de alakalıdır. Nitekim bu durum vicdan sahibi olmakla vicdanlı olmak arasındaki farklılığı ifade etmekte olan bir duruma benzemektedir. Vicdan, Aydınlanma Çağı sonrasında içinde yaşadığımız kültürde, yapılması gereken davranışları en ussal bir öğretici veya ahlaki bir duygu olarak algılamamızda bir çelişki teşkil etmemektedir. Vicdanı belirleyen otoriter formlar rasyonel ve birleşmiş içerikli modern felsefeden gelmekte ve ‘iç ses’ olarak tanımlama yapılmaktadır. Nietzsche vicdanı, bir iç ses olarak tanımlanmayı kabul edilmemekte, kabul edilme ihtimali olsa dahi bu iç sesin Tanrı’yla bir alakasının olmadığını, bunun yerine diğer insanların kendisinde oluşturduğu iç ses olarak görülebileceğini söylemektedir.¹⁷⁵

Vicdana rasyonel bir içerik kazandırma konusunda bir diğer önemli ismin Hegel¹⁷⁶ olduğunu söyleyebiliriz. Bununla birlikte Varoluşçular bu konuda da ikiye ayrılmışlardır. Nietzsche ve Sartre vicdanı rasyonel bir düzlemde ele alırken; Tolstoy, Marcel ve Frankl gibi teistik varoluşçular bunu daha ziyade tanrıyla ilintili bir iç ses olarak değerlendirmiştir. Söz gelimi Tolstoy: Bir grup vicdanı, iç ses olarak kabul ederken, diğer grup bu durumu reddetmektedir. İç ses olarak kabul edenlerden Lev N. Tolstoy, “Kalbimizde Allah’ın nuru vardır, onun adı da vicdandır”¹⁷⁷ demektedir. Bu konuda Frankl da “Tinsel bilinçdışı”¹⁷⁸ olarak tarif ettiği ve dürtüsel bilinçdışının karşıtı olarak koyduğu şeyi daha iyi açıklayabilmek için “vicdan” fenomenini bir model olarak benimsemiştir. Çünkü vicdan, ona göre sorumlu olmanın ilk fenomen olması hakkındaki kabulleri gereği “karar veren” insan varlığının bir parçasıdır. Vicdan, bilinçdışı bir derinliğe inmekte ve kökeni itibariyle bilinçdışı bir sebepte var olmaktadır. İnsan varlığının büyük kararlarını -varoluşsal anlamda- çoğu kez düşünmeksizin almaktadır. Yani bilinçdışıdır; köken itibariyle de vicdan bilinçdışına inmektedir.¹⁷⁹

“Vicdan, aynı zamanda irrasyonel olarak adlandırılabilir; usdışı, veya daha iyi ifade etmek gerekirse mantık öncesidir. Nasıl ki bilim öncesi ve ontolojik olarak onun da öncesinde *mantık öncesi bir varoluş anlayışı* varsa, *bir ahlak öncesi değerler sistemi* vardır ki her türlü görünür ahlakın öncesindedir.”¹⁸⁰

¹⁷⁵ F. Nietzsche, *Gezgin ve Gölgesi*, çev. Mustafa Tüzel, Türkiye İş Bankası Kültür Yayınları, İstanbul 2014, s.40.

¹⁷⁶ Çınar, *Varoluşçu Teolojide İnsan ve Anlam*, s.172.

¹⁷⁷ L.N. Tolstoy, *H. Muhammed*, Karakutu Yayınları, Gaziantep 2005, s.50.

¹⁷⁸ Viktor E. Frankl, *Psikoterapi ve Din*, çev. Zeynep Taşkın, Say Yayınları, İstanbul 2018, ss.19-27.

¹⁷⁹ Frankl, *Psikoterapi ve Din*, s.29.

¹⁸⁰ Frankl, *Psikoterapi ve Din*, s.29.

Frankl’a göre anlam, bulunmak zorunda değildir, bulunmaması da mümkündür ve anlam arayışında insanı yönlendiren şey, kişinin vicdanıdır. Başka bir ifadeyle vicdan, kişinin anlamlandırma organıdır. Vicdan, her durumda var olan, tek ve benzersiz anlamın izini sürmek ve onu bulmakla görevli olan organdır.¹⁸¹ Nitekim Heidegger de vicdanı bir şeyleri anlamamızı sağlayan ve onları açarak ortaya koyan bir özellik¹⁸² olarak görmektedir. Bu bakımdan denilebilir ki anlam arayışı ile vicdan arasında bir doğru orantı bulunmaktadır.

Vicdanın sezgisel bir işlevi vardır. Gerçekleşecek olanı önden görmek için vicdan bir ön kabul yapmak zorundadır; bu anlamda da vicdan, ahlak, gerçekten de irrasyoneldir ve sadece sonradan rasyonalize edilebilir. Vicdan “var olması gereken” değil, var olmayan, aşk ile olacak olan, var olması mümkün olandır.¹⁸³ Başka bir ifadeyle vicdan insanda insanın iradesi söz konusu olmaksızın var olan, bununla beraber insanın var olma arayışı ile rasyonalize edilebilen bir organdır. Denilebilir ki vicdan insanın çabası yani var olma arayışı ile işlevsel hale getirilebilecek bir duygudur.

Frankl vicdanı tanımlarken ona bilinçdışı bir görev yüklemektedir. Tanrıtanımaz filozoflar, yapılan her şeyi kendi seçimleriyle olduğunu kabul ettikleri için hayatlarına bilinçdışı olabilecek bir boşluk bırakmamaktadırlar. Bilinçdışını kabul etmeleri onlara göre Tanrı’yı kabul etmek, dolayısıyla özgürlüklerinin engellenmesi anlamına gelmektedir. Bu da onların kabul edeceği bir durum değildir. Özellikle Sartre bu duruma karşı çıkmaktadır. Çünkü Sartre’a göre insanın özü belirlenmemiştir.

Frankl, kamp hayatındaki gözlemlerine göre vicdanın kişiden yok olması durumunda kötülüğün sıradanlığı ortaya çıkmaktadır. Kamptayken gardiyanın birisi Frankl’a küçük bir parça ekmek getirmesi durumunda mutluluk yaşamakta ama bu mutluluğun sebebini o ekmeğe bağlamamaktadır. Mutluluğunu o gardiyanın ona ekmek getirmesindeki vicdanına bağlamaktadır.

Frankl, çocuklarını kaybetmiş bir hahama uyguladığı yönteminde vicdanına seslenerek, kişiyi içinde bulunduğu sıkıntıdan kurtulmasını¹⁸⁴ ve kendini gerçekleştirmesini sağladığını ifade etmektedir. Vicdana dokunarak kişideki

¹⁸¹ Frankl, *Psikoterapi ve Din*, s.85.

¹⁸² Martin Heidegger, *Varlık ve Zaman*, çev. Kaan H. Ökten, Alfa Yayınları, İstanbul 2019, s.285.

¹⁸³ Frankl, *Psikoterapi ve Din*, s.30.

¹⁸⁴ Frankl, *İnsanın Anlam Arayışı*, s.133.

değişimlere şahitlik etmektedir. Dolayısıyla vicdanın sezgisel bir durumunun olduğunu kabul etmiş olması, dinin vicdanı aktifleştirme konusunda yardımcı olacağını düşünmesine kapı aralamaktadır. Frankl, kamptaki kötülüğün sıradanlaşmasını oradaki gardiyanların vicdanlarını duymamalarından kaynaklandığını, bu durumda da gardiyanların sakınacağı hiçbir etken gücün olmamasının, onları hiçbir sorumluluk duymadan istedikleri gibi davranmalarına sevk ettiğini düşünmektedir. Bu itibarla vicdan aynı zamanda anlam arayışıyla da bağlantılı olarak kişinin sorumluluk sahibi olmasını da içermektedir.

Tasavvuf ilminde kişinin sakınması anlamında ‘vera’¹⁸⁵ kavramı kullanılmaktadır. Vera, sözlükte “sakınmak, kaçınmak, çekinmek” anlamında kullanılırken terim olarak “haram ve günah olup olmadığı şüpheli hususlardan özenle kaçınıp helal ve mubahların bir kısmından feragat etmek” anlamında kullanılmaktadır.¹⁸⁶ İnanan bir kimsenin istediğini yapması veya yapmaması konusunda serbest olmadığını gösteren bir kavramdır. Burada insanın davranışlarını şekillendirecek başka bir ifadeyle vera sahibi olmasını sağlayacak en önemli sebebin insana yaratıcının emrine boyun eğerek insana duyduğu hürmet ve bundan kaynaklı olarak ahirete olan inancın olduğu söylenebilir. Bu nedenle insan bir başkasına zarar verecek (maddi, manevi) her türlü durumdan sakınmaktadır. İbrahim b. Ethem’e göre bu duruma engel olabilecek davranış, kişinin dünyaya olan hırsını/tamahını yok etmesi¹⁸⁷ gerekmektedir.

Serrac, vera konusunda üç tabakadan bahsetmektedir: birincisi, mübah ve helalliği şüpheli olan şeylerden uzak durması. İkincisi, müminin kalbini rahatsız eden, gönlüne yatmayan hususlardan dikkatle sakınması. Üçüncüsü, kulun Mevlası ile meşgul olmasını engelleyen her şeyden kaçınmasıdır.¹⁸⁸ Serrac’ın üç aşama olarak tanımladığı vera’ın ortak fikrinin sürekli bir sorumluluk duygusu içerisinde bulunmak olduğu söylenebilir. Bu duygunun da insanın anlam arayışında son derece etkili olacağı açıktır.

Serrac’ın vurguladığı bu husus Gazzali tarafından dört mertebeye ele alınmış ve her bir mertebenin taşınması gereken sorumluluk şu şekilde izah edilmiştir:

¹⁸⁵ Süleyman Uludağ, *Tasavvufun Dili-III*, Mavi Yayıncılık, İstanbul 2007, ss.31-34.

¹⁸⁶ Süleyman Uludağ, "Vera", TDV İslâm Ansiklopedisi, <https://islamansiklopedisi.org.tr/vera> (17.12.2022).

¹⁸⁷ Uludağ, *Tasavvufun Dili-III*, s.32.

¹⁸⁸ Serrac, *Lüma*, ss.70-71.

Kişinin davranışlarını belirleyen durum Muhâsibî'ye göre eylemin dayanağının ve gayesinin riâyetten kaynaklanıyor olmasıdır. Riayet, insanın ahlaki eylemlerinde bir motivasyon unsuru olarak korku ile ilişkilendirilir. İnsan, riayet bilinci ve Allah korkusuyla niyetlerine yön verirken harekete geçmektedir.¹⁸⁹ Vera, birinci derecesiyle adalet ve ehliyetin korunması için tanınan şahitlik ve kadılıkta, günah olduğu açıkça bilinen fiillerden sakınmaktır. İkinci derecesi, muhtemel günahlardan uzak duran salikin vera'sıdır. Üçüncü derecesi, harama yol açabilecek helalleri terk eden takva sahiplerinin vera'sıdır. Son olarak, Allah'a daha da yaklaşmak için ömrün her anını sadece O'na harcamaktan kaçınan siddıkların vera'sıdır.¹⁹⁰

İnsanın davranışlarını belirlemesinde önemli bir etken olan vicdan kavramı, iki ilim içinde sezgisel bir içeriğe sahiptir. Nitekim bu durum da Tanrıyla irtibatla olmaktan kaynaklanmaktadır.

Anlaşılabileceği üzere vicdan, insanın davranışlarını belirlemesinde oldukça önemli bir etkidir ve vicdanın ana unsurunu sorumluluk oluşturmaktadır. Bu duygunun insanın varoluşunda taşıdığı ancak kendisinin etkin bir hale getirmesi durumunda insanın anlam arayışında vazgeçilmez bir yeri olduğu teist varoluşçular tarafından benimsendiği söylenebilir. Bu bakımdan tasavvufun vera kavramı anlam arayışı içerisinde bu yönüyle kendisine yer bulabilir. Başka bir ifadeyle insanın nihai anlam ulaşmasında vera merkezi bir yer işgal eder.

2.4.5. Nihai Anlam

İnsan için hayatın yaşanır olması, ona yüklediği anlamla yakından ilişkilidir. Nitekim kişinin hayata yönelik bir amacının var olması anlamı destekleyen bir durumdur. Çünkü amacı olan kişi her daim mücadele içerisinde. Bu mücadele de psikolojik açıdan kişinin sorumluluklarına karşı daha dikkat etmesi gerektiği sonucuna ulaştırır. Zira, bu sorumluluk -teist varoluşçulara göre- insanın var olması için gerekli bir durumdur.

Her oluş, kendi varoluşunu aşarak başka bir şey veya kişiyi meydana getirir. Başka bir deyişle, insan derinliklerindeki haz, denge gibi içsel durumlarla ilgilenmek yerine dünya ile ilişkilendirir, dış dünyaya yönelir ve bu dünyada anlam arayışına veya

¹⁸⁹ Haris b. Esed el-Muhasibi, *Er-Riaye Nefs Muhasebesinin Temelleri*, çev. Şahin Filiz-Hülya Küçük, İnsan Yayınları, İstanbul 2004, s.403-421.

¹⁹⁰ Ebu Hamid Muhammed el-Gazzali, *İhya'u Ulumi'd-din*, Çev. Sıtkı Güllü, Huzur Yayınevi, İstanbul 2021, c.II, s.630.

sevebileceği bir insanı bulma çabasına girer. Ve nihayetinde insan, kendisini bir şeylere adadığı müddetçe, bir şeye veya sevdiği kişiye hizmet ettiği ölçüde kendisini unuttur.¹⁹¹ Bu da insanın hayatına anlam katar. Frankl'ın ifade etmiş olduğu kendisini unutmama hali kişinin boşluğa düşmesine engel olmak için bir çözüm niteliği taşımasına rağmen, asıl izah etmeye çalıştığı husus, kişinin anlamı kendisinde değil de başkasına karşı yaptığı eylemlerde araması gerektiğidir. Başkalarına yönelmek, aşkın varlığa güven ile oluşmaktadır. Bu konuda, Varoluşçular arasında farklı yaklaşımlar söz konusudur. Bununla birlikte bu farklılıklara bizim çalışmamızın kapsamı dışında gördüğümüz için değinilmeyecektir. Sadece bu konudaki genel yaklaşımı ortaya koyması açısından denilebilir ki insan Tanrı'nın varlığını kabul etmeyerek kendisinin varlık nedenini açıklayamamakta ve bu durum kişinin kendisini yalnızlık ve terk edilmişlik içerisinde hissetmesine sebep olmaktadır. Bu durumu kabul etmeyen Sartre, insanın kendisinden başka bir dayanağının olmadığını söylemektedir.¹⁹² Çünkü O'na göre insan kendi varlığını, seçmiş olduğu eylemlerle gerçekleştirmektedir, Özgürlüğün anlamı da budur. Kierkegaard'a göre 'seçme' konusunda kişi kendi yönelimleriyle eylemleri oluşturacağını söylemekle beraber nihai kurtuluşu/anlamı Tanrı'nın kişinin hayatına müdahil bir şekilde olmasıyla insanın özgürleşebileceğini iddia etmektedir. Böylece Sartre'daki belirsizliğin yol açtığı kısır döngüye karşı Kierkegaard, kesin bir kabullenişle hayatın kısır döngüsünden/bunalımından uzak durabileceği fikrini benimsemektedir.

Dolayısıyla anlamsızlık, biran da ortaya çıkan bir durum değildir. İnsanın büyük umutlar bağlayarak tüm enerjisini yatırdığı, büyük anlamlar atfettiği değer sistemi çöktüğünde baş göstermektedir.¹⁹³ Frankl, bu angajmanın bozulması durumunu "varoluşsal boşluk" olarak tanımlamaktadır. Ona göre varoluşsal boşluğun tetikleyicisi modern zamanda insanın davranışlarını belirleyen ve güvence altına alan bazı içgüdülerin kaybedilmesi ve modern hayatın etkisiyle geleneğin çökmesi ile oluşan can sıkıntısıdır.¹⁹⁴ İlerleyen otomasyon ve gelişen teknolojiyle birlikte insanların kendilerine ayıracakları zamanları artmış ise de bu artış insanlara ne bir içgüdü ne de gelenek, yapılması gerekenleri söyler olmuştur. Tam olarak bu durum boşlukta kalan insanın anlam üretememesine ve dolayısıyla kaygısının artmasına sebep olur. İnsanın

¹⁹¹ Frankl, *Psikoterapi ve Din*, s.98.

¹⁹² Çelebi, S. *Kierkegaard ve J. P. Sartre'in Varoluşçuluk Anlayışlarının Karşılaştırılması*, s. 48.

¹⁹³ Göka, *Hayatın Anlamı Var mı?*, s.173.

¹⁹⁴ Frankl, *İnsanın Anlam Arayışı*, ss. 120-121.

boşlukta kalması onun anlam üretememesine sebep olur, bu durumda kaygıyı artırır.¹⁹⁵ Kaygının fazla olması, -Aşkın varlığa- güvenin az olmasıyla ilişkilidir. Çünkü kişi her şeyi kendisinin yapabildiğine dair bir düşünceyle yetişirse, kendisinin yapamadığı veyahut yapamayacak bir duruma geldiği zaman güvensizlik ve boşluk hissinden dolayı hayatına son vermeye varan farklı yöntemlere başvurmadan geri durmayacaktır.

Nitekim Frankl, hayata dair anlam bulabilme konusunun ‘değer’ kavramıyla da ilişkili olduğunu şu şekilde bir vaka üzerinden izah etmektedir:

“Yakınlarda, kadının biri sabahın üçünde bana telefon etti ve intihar etmeye kesin kararlı olduğunu ama bu konu hakkında neler diyeceğimi de merak ettiğini söyledi. Ona bu kararın aleyhindeki ve hayatta kalmanın lehindeki tüm delilleri sıralayarak cevap verdim. Onunla yarım saat içerisinde canına kıymayacağına ve hastaneye benim yanıma geleceğinin sözünü alıncaya kadar konuştum. Hastaneye geldiğinde ona sıraladığım delillerin hiçbirinin onu etkilemediği ortaya çıktı. Onu intihar etmemeye ikna eden, gece yarısı uykumda rahatsız edildiğim için sinirlenmek yerine onu sabırla dinlemem ve onunla yarım saat konuşmamış. Böyle bir olayın gerçekleşebildiği dünyayı kadın, yaşamaya değer olarak görmüş.”¹⁹⁶

Frankl’ın esas olarak üzerinde durduğu şey insanın hangi sebeple ve ne için anlam arayan bir varlık olduğundan çok, insanın anlam arayışı ihtiyacının nedeninin bilinemezliğindendir. Frankl’a göre sadece insana ait bir özellik olan anlama arayışı insanın doğuştan getirdiği bu duygunun bir dışavurumu olmalıdır.¹⁹⁷ Bu dışa vurumun sonuçlarından biri insanın hayata yönelik tutumunda temel bir değişmeye yol açmasıdır. Bu değişimle hayattan ne beklediğimizden ziyade hayatın bizden beklentisini öğrenmemiz vedası umutsuz insanlara öğretmemizdir. Bunun içinde insanın hayata dair her saat, her gün sorgulanan birisi olarak kendisini değerlendirmesi ve böylece anlam arayışını sürdürmesi gerekmektedir. Bu sadece bir konuşma veya meditasyon değil, daha çok doğru eylem ve doğru hayat tarzı oluşturmayı da zorunlu kılar. İşte bu yaklaşım, nihai anlamda hayata ilişkin sorunlara doğru çözümler bulmak ve sorumluluklarını üslenmek anlamına gelir.

Gerçekten ihtiyaç duyduğumuz şey, yaşama karşı tutumumuzda temel bir değişimdir. Ne beklediğimizden daha önemli olan, yaşamın bizden neler beklediğini

¹⁹⁵ Göka, *Hayatın Anlamı Var mı?*, ss. 172-173.

¹⁹⁶ Frankl, *Anlam İstenci*, ss.18-19.

¹⁹⁷ Frankl, *İnsanın Anlam Arayışı*, s.90.

öğrenmek ve daha da önemlisi, umutsuz insanlara bunu öğretmektir. Yaşamın anlamıyla ilgili sorular sormaktan vazgeçmek ve kendimizi her gün, her saat yaşam tarafından sorgulanan bireyler olarak görmek gerekmektedir.¹⁹⁸

Frankl anlam arayışını hayatın temel güdüsü olarak gördüğü için insanın hayatının bir kesitinde yapması gereken bir çaba ve faaliyet değil, bütün hayatını kuşatan bir yaşam biçimi olduğunu düşünür. Bunun içinde ortam ve şartların bir önemi yoktur. Başka bir ifadeyle anlam arayışının bir sınırı bulunmamakta, asıl sınır insanın zihninde oluşturduğu ön yargılardan kaynaklanmaktadır.

Frankl insanın hayat boyu tecrübe etmesi gereken bu duygunun doğal olarak imana yani bir Yaratıcı ilkenin varlığını ve ona güven duymayı doğal bir sonuç olarak görür.¹⁹⁹ Bu konuyu Frankl şu şekilde görür:

“Nihai anlama imandan önce nihai varlığa güven, Tanrı’ya güven gelmelidir. Mesela hasta bir köpek tahayyül edin. Onu veterinerine götürüyorsunuz ve veteriner de ona acı verecek bir şeyler yapıyor. Köpek bir size bakar bir de veterinerine. Sizin tepkinize bakarak veterinerin kendisini tedavi etmesine izin verir. Acıya rağmen sakince bekler. Acının anlamını bilmez ancak size bakışında size olan sonsuz güveninden dolayı doktorun ona zarar vermeyeceğine inanır. İnsan-insan alemiyle Tanrısal dünya arasındaki farkı yarıp geçemez, ama nihai varlığa güven dolayımından geçmiş iman aracılığıyla nihai anlama uzanabilir.”²⁰⁰

Bu nedenle denilebilir ki insan, yaşadığı evrende her zaman güzel olaylar ile karşılaşmadığına göre yaşadığı acı ve üzüntülü hadiselerinde onun anlam arayışında bir yer edinmiş olması gerekir. Başka bir ifadeyle insanın dünyasında karşılaştığı iyi ve kötü bütün hadiseler ancak iman ile yani Yaratıcı ilkeye güven duymak ile bir anlam kazanabilir.

Böylece anlam ile Tanrı arasında doğrudan bir bağlantı kuran Frankl, bu konu da varoluşçu düşünce içerisinde yeni bir bakış açısı daha ortaya koymuştur. Nitekim bu konuda Sartre ‘insanın Tanrı olma arzusunu’ anlamlı bulurken, Marcel’de ‘insanın Tanrı’dan pay almış olan bir varlık olduğunun farkına vararak asıl varoluşunu gerçekleştirmek için kendi özüne, yani Tanrı’ya katılma arzusunu veya gerekliliğini²⁰¹ dile getirmiştir. Tillich ise anlamın tapınmada, korku ve titreme anlarında ortaya çıktığını söylemiştir. Görüldüğü üzere varoluşçu düşünce insanı daha çok Tanrı’nın

¹⁹⁸ Frankl, *İnsanın Anlam Arayışı*, s.92.

¹⁹⁹ Frankl, *İnsanın Anlam Arayışı*, s.64.

²⁰⁰ Frankl, *Anlam İstenci*, ss.176-177.

²⁰¹ Bayraktar, *Bağlanma Hürriyeti*, s.122.

karşısında veya Tanrı'ya rağmen bir varlık olarak görürken Frankl ile bu düşünce önemli ölçüde değişmiş ve insanın varlığı Tanrı ile birlikte anlam kazanmıştır.

Nihai anlama ulaşmada inanmanın yani Tanrı'ya güvenin önemini ifade eden Frankl'a göre bu durum aynı zamanda Tanrı hakkında bilgi sahibi olabilmeyi de mümkün kılmaktadır. Frankl'ın bu yaklaşımı bize Tasavvuf'ta 'marifet'²⁰² kavramını hatırlatır. Şöyle ki gerek anlam arayışı gerekse marifet bir ölçüde kişinin kendi çabasıyla elde edilebilecek veya ulaşılabilecek bir bilgi türüdür. Frankl'ın dediği gibi kişi ne kadar çaba gösterse de sonuçta bulabileceği bir anlam olmayabilir ki, bu durum marifet içinde söz konusudur. Nitekim sufinin bu yola girmesi ve bu yolda ilerlemesi yaratıcıya duyduğu güven ve muhabbetle ilişkilidir. Zira muhabbet acı ve zorluklara mücadele etmeyi de kolaylaştırır.

Nitekim marifet, tanımaktır. Bilmekten farklı bir durumu ifade etmektir. İrfan, keşif, ilham, ilmi ledün, sezgi gibi daha başka terimlerle de isimlendirilmektedir. Marifette kalpten vasıtasız bilgi aktarımı olmaktadır.²⁰³ Marifetin amacı sadece Allah'ı bilme ve tanıma mücadelesi içerisinde olmaktadır. İnsan bu duruma da nefsinin eğitebildiği ölçüde kavuşabilmektedir. Nitekim sufinin bu yola girmesi ve bu yolda ilerlemesi Yaratıcı'ya duyduğu sevgiyle ilişkilidir. Çünkü sevgi meşakkatlere sabretmeyi sağlar.

2.4.6. Sevgi

Sevgi, insanın varoluş alanında kendisini inşa etmesi çabasını bir bütünlük halinde değerlendirmesine yardımcı etkisi bulunmaktadır. Nitekim bu konuda Kierkegaard'ın *Sevginin İşleri*²⁰⁴ isimli yapıtı, insanın varoluş esnasında içerisine düşmüş olduğu çelişkileri çözmesine ve bu var oluş alanındaki zıtlıkları giderebilecek yeni ve bütüncül bir varoluş imkanları sunmaktadır.²⁰⁵ Kierkegaard, sevgi anlayışında ötekini sevme, koruma, ona karşı bencil olmama, onunla olan ilişkilerde karşılık beklememe ve çıkar gözetmeme gibi değerlere önem vermektedir.²⁰⁶ Ona göre sevginin kaynağı bu dünya değildir. Zira Kierkegaard, sevgi ile iman arasında şu

²⁰² Süleyman Uludağ, "Marifet", TDV İslam Ansiklopedisi, <http://islamansiklopedisi.org.tr/marifet> (01.04.2022).

²⁰³ Mustafa Kara, *Tasavvuf ve Tarikatlar Tarihi*, Dergah Yayınları, İstanbul 1995, s.129.

²⁰⁴ Søren Kierkegaard, *Sevginin İşleri*, çev. Nur Beier, Pinhan Yayıncılık, İstanbul 2020.

²⁰⁵ Vefa Taşdelen, *Søren Kierkegaard'ın Varoluş Alanlarında Benliğin Oluşamaması Sorunu ve Bir Çözüm Önerisi Olarak Sevgi Alanı*, Ankara Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Yayınlanmamış Doktora Tezi, Ankara 2004, s.226.

²⁰⁶ Kierkegaard, *Sevginin İşleri*, ss.317-318.

şekilde bir bağ kurmaktadır: Ona göre sevgi “Tanrı ile insan arasındaki ilişkinin yolu”dur ve “İnsan sevgisinin tek doğru nesnesi sevgidir o da Tanrı’dır, bu nedenle artık daha fazla bir nesne değildir çünkü Sevgi’nin kendisidir.”²⁰⁷ Kendini aşmanın en derin şeklini temsil eden inançla birlikteliğinde sevgi artık basit bir duygu değil, samimi bir niyetin eşlik ettiği güçlü bir hissediş ve içten bir bağlanmadır. Çünkü sevginin konusu bu noktada eşsiz ve biricik ‘Sen’dir. Bu ilişkide insan, yüce varlığı ruhunun derinliklerinde hisseder ve yaşar.²⁰⁸ Kierkegaard'a göre ifade etmek gerekirse, sevgi insanın varoluşunu hem iç dünyasında hem de dış dünyayla olan ilişkisinde anlamlı kılan duyguların başında gelir. Sevgi, olumlu ve olumsuz davranışlarda harekete geçmeye yol açan güçlü bir etkidir. Bu güç, insanüstü bir boyuta sahiptir. Sevginin aşkın boyutunu düşündüğümüzde, inançla ayrılmaz bir birliktelik içerdiğini kabul edilmektedir.²⁰⁹

Sevginin sadece iman ile ilişkisi yoktur. Aynı şekilde sevginin acı ile de çok yakın bir ilişkisi vardır. Bu konuda Frankl, yaşanan zorlu şartlarda insanın mücadele etmesinde sevginin gücünü gösterebilmek için yaşamış olduğu şu kesiti bizlere aktarmaktadır:

“Karanlıkta birden sendeledik. İri kayaların üstünde ve büyük su birikintileri içinde, kampa giden bir yol üzerindeydik. Yanımızda muhafızlar bize bağırmaya ve tüfeklerinin dipçığı ile itelemeye başladılar. Ayağından yaralı olanlar, yanındaki arkadaşının koluna yaslanıyordu. Zihnim karımın hayaline takıldı, onu hiç katışıksız hayal ediyordum. Bana cevap verdiğini duydum, gülümsemesine, candanlığına ve güven verici bakışına şahit oldum. Gerçek veya değil, bakışı yeni doğmaya başlamış güneşten daha parlaktı. Bir düşünce zihnime takıldı; hayatımda ilk defa hakikati gördüm. Hani birçok şairin şiirlerinde işlediği, bir çok düşünürün en nihai hikmet diye dile getirdiği hakikat. Hakikat; insanın kavuşmak istediği en birinci ve en yüksek gaye olarak aşk.”²¹⁰

Frankl’ın bu tecrübesinden de anlaşılacağı üzere insan yaşamış olduğu acılara karşı dayanma gücünü ve kendi varoluşunu gerçekleştirebilmeyi sevgi ile sağlayabilmektedir. Bu yüzden sevgi insanın hangi durumda olursa olsun bir şekilde hissettiği ve yaşadığı daha doğrusu kendisinden uzak kalamayacağı bir duygudur. Esas itibarıyla bu duygu insanı hakikate Frankl’ın ifadesiyle nihai anlama ulaştırmaktadır.

²⁰⁷ Kierkegaard, *Sevginin İşleri*, ss.264-265.

²⁰⁸ Bahadır, *İnsanın Anlam Arayışı ve Din*, s.110.

²⁰⁹ Abdülkerim Bahadır, *Hayatın Anlam Kazanmasında Psiko-sosyal Faktörler ve Din*, Uludağ Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Yayınlanmamış Doktora Tezi, Bursa 1999, ss.203-205.

²¹⁰ Frankl, *İnsanın Anlam Arayışı*, ss.57-59.

Başka bir ifadeyle Frankl'ın varoluşçu anlayışında sevgi, sevilen kişi ile aynı ortamda bulunmayla oluşan duygunun ötesindedir. Bu açıdan sevgiden anlaşılması gereken derin anlam, kişinin gerçekte var olup olmaması, bir anlamda önemini kaybetmektedir. Nitekim bu durum insanın varoluşsal boşluktan kurtulmasına yardımcı olmaktadır. Frankl'a göre bu duygu, acıya katlanmanın yanında anlam kazanma yolu olarak da görülmektedir. Ayrıca sevgi ile insanın umutsuzluktan kurtulabileceğini de kabul etmektedir. Kişi, hayata dair umudunu kaybettiği vakit, mücadele edeceği de bir şey kalmamış demektir. Nitekim bu durum da kişiyi hayatın kendisinden hiçbir beklentisinin olmadığı sonucuna yöneltmektedir. Bu itibarla denilebilir ki Frankl'ın varoluşçuluğu sevgi duygusu temelinde bir yaratıcı ilkenin varlığını kabul eden bir iyimserlik içermektedir.

Frankl, hayatta anlam bulabilmek için; iyilik, doğruluk, güzellik gibi duyguları deneyimlemek; doğayı ve kültürü yaşamak, en önemlisi de insanı sevmek gerektiğini savunmuştur. Yaşanılan en zor anda ona güç veren şeyin eşinin sevgisi olduğunu aktarmıştır. Onun yaşayıp yaşamadığını bilmediği halde onun silueti Frankl'ın hayata karşı direnmesinde yardımcı olmuştur. Burada sevgi noö-dinamik²¹¹ hale gelmiştir. Sevgi, sevilen kişiyi sadece gözle görmekle sınırlandırmayacak kadar sınırsızdır.

Frankl, bir insanın kişiliğini derinlemesine keşfetmenin tek yolunun sevgide olduğunu, hatta sevgi yoluyla bir yandan sevilen insanın gerçekleşememiş olan potansiyellerini keşfedilebilmesi mümkünken diğer yandan sevdiği insanın potansiyellerine katkıda bulunabileceğini düşünmektedir. Bu nedenle sevgi bu duygunun bir arada tuttuğu her iki yöne açık bir direnç ve hayat kaynağı olabilmektedir. Aynı zamanda bu durum kişinin sevgiyle, sevdiği insanın bu potansiyellerini gerçekleştirebilmesine yardımcı olabileceğini belirtmiş olmaktadır.²¹²

²¹¹ "Noö" terimi, Yunanca "noos" kelimesinden türetilmiştir ve "akıl" veya "ruh" anlamına gelir. "Dinamik" ise hareket, etki veya güç anlamına gelir. Noö-dinamik kavramı, insanın ruhsal veya zihinsel gücünü ifade eder. Frankl, insanın anlam arayışının, içsel bir dinamizm veya güç olduğunu savunmuştur. Logoterapiyi temel alan noö-dinamik yaklaşım, insanların yaşam anlamı, değerler ve amacın önemini vurgular. Frankl'a göre, anlam arayışı ve anlam verme çabası, insanın ruhsal sağlığını ve iyilik halini destekleyen temel bir güçtür. Noö-dinamik kavramı, insanların içsel kaynaklarını harekete geçirerek zorluklarla başa çıkmalarına ve yaşamın anlamını bulmalarına yardımcı olmayı hedefler. Bu yaklaşım, insanın özgür iradeye sahip olduğunu ve yaşam koşullarına tepki verme şeklindeki seçimlerinin, ruhsal güçlerini etkileyebileceğini vurgular. Frankl, *İnsanın Anlam Arayışı*, s.118.

²¹² Ferdi Kırış, *Dindarlık Eğilimi, Varoluşsal Kaygı ve Psikolojik Sağlık*, Ankara Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Ankara 2007, s.65.

İnsanın özleyebileceği nihai ve en yüksek hedefin sevgi olduğunu kabul etmiştir Frankl. Kamp hayatının zorluklarında insan hayatının ve inancının kişiye vermesi gereken ‘giz’in anlamını kavradığını söylemiştir. Ona göre insanın kurtuluşu ‘insanın sevgiyle ve sevgi içinde gerçekleşebilir.

Yalnızlık içinde olan bir insan, yaşadığı acılara katlanmaktan başka bir seçeneği olmadığında, sevdiği kişiye dair taşıdığı imgeye odaklanarak sevgiyle doyuma ulaşabilir. Bu nedenle sevgi, sevilen kişinin fiziksel varlığının ötesine geçer, zaman ve mekan sınırlarını aşar. Ona göre sevgi, kişinin iç benliğinde, ruhsal varlığında bulunur.²¹³

Denilebilir ki Frankl’a göre sevgi ile fiziksel varlık anlamını yitirmekte, gerçek hakikat açığa çıkmaya başlamaktadır. O kadar ki duygular dahi anlam değiştirebilmekte, insanın maddi bir şeye ihtiyacı azalmaktadır. Böylelikle var oluşun boşluğundan terk edilmişliğine ve yoksunluktan kurtulmasına yardımcı olmaktadır.

Denilebilir ki sevgi bir anlam da insanın hayatında karşılaşmış olduğu olumsuz ve ızdırap verici deneyimlerle kendisini gösterir ve insanın varlığını anlamlandırmasında yol gösterici olur. Bu bakımdan sevgi ile acı ve ızdırap arasında bir ilişkinini olduğu kabul edilebilir.

2.4.7. Acı ve Negatif Mutluluk

Viktor E. Frankl’ın kurmuş olduğu logoterapiye göre hayata anlam bulabilmenin üçüncü adımı da acı çekmektir. Nitekim O’na göre hayatımızda karşılaştığımız olaylara ilişkin umudumuz kalmadığında, yaşadığımız olumsuz anların değiştirilmesinin mümkün olmadığı bir durumda bile hayatta bir anlam bulabileceğimizi iddia etmektedir. Şöyle ki Frankl yaşanan olumsuz bir olayın algılanmasının yani kişisel bir trajedinin zafere dönüştürülmesinin sadece insana özgü bir özellik olduğundan bahsetmektedir.²¹⁴ İnsan olayları algılama şeklini değiştirebilecek duruma geldiği zaman, kendisini de değiştirebilecek demektir. Bu değişim konusunu Nietzsche de şu şekilde izah etmiştir:

“Acı çekildiğini görmek iyi gelir, acı çektirmek daha da iyi gelir -sert bir cümle bu; ama eski, kudretli, insanca- pek insanca bir temel ilke, hatta maymunlar bile bu cümlenin altına imzalarını atarlardı: çünkü acayip

²¹³ Frankl, *İnsanın Anlam Arayışı*, s.53.

²¹⁴ Frank, *İnsanın Anlam Arayışı*, s.127.

zalimlikler keşfetme konusunda iyiden iyiye insanın habercisi ve adeta insana bir başlangıç oldukları anlatılır.”²¹⁵

Nietzsche'nin acıya yaklaşımı daha sert fakat varoluş düşüncesi içerisinde bir gereklilik şeklinde dile getirilmiş olduğu görülmektedir. Bu yönüyle Frankl ile bakış açılarının aynı çizgide olduğu düşünülebilir. Nitekim Frankl'a göre acının insan üzerinde etkisinin kabulü onun hayata bakışında bir zorunluluk olarak karşımıza çıkar.

İnsanı düşünen bir hayvan olarak kabul eden filozoflar dahi acının insana bir anlam vereceğini kabul etmektedirler. Çünkü acı insanın anlam yükleme çabasında kendisiyle bir bağ kurmasına yardımcı olacak bir etkidir.

Frankl, bir insanın acı çekmesini, boş bir odadaki gazın yayılmasına benzetmektedir. Gazın belirli bir miktarı zamanla, oda ne kadar büyük olursa olsun, odaya yayılır. Aynı şekilde acı da, ne kadar küçük veya büyük olursa olsun, zamanla insanın ruhuna ve bilincine tamamen yerleşir. Dolayısıyla, acının "büyüklüğü", kişinin olaya bakışı ve algısıyla ilişkilidir. Bu nedenle acının göreceli bir özelliği vardır.²¹⁶

Frankl acının anlamlı hale dönüşmesiyle acının istenen bir şey olmasını birbirinden ayırmaktadır. Ona göre acı, istenilmez ve onun arayışı içinde olunmaz, fakat her şeye rağmen acıyla karşılaşıldığında onun olumsuz etkilerine rağmen hayatın da anlamsız olduğu kanısına varılmaz. Acının varlığı, hayatın anlamının sorgulanmasına engel olmamalıdır. Başka bir ifadeyle anlam arayışı sürecinde acı peşinde koşmamak gerekir. Çünkü bir acıyı üstlenmek ya da acı çekmek için özel bir çaba içerisinde olmak güçlü olmaya değil, mazoşistliğe yatkınlığı göstermektedir.²¹⁷

Acının nihai anlam arayışı sürecinde bir yer edinmiş olması Frankl'a göre logoterapi ile dinin²¹⁸ aynı paralelde meseleye bakmasından kaynaklanmaktadır. Nitekim hiçbir acının gereksiz olmadığını²¹⁹ ifade eden Frankl insanın karşılaşmış olduğu acının anlam arayışı içerisinde bir şekilde değerlendirilmesi gerektiğinin önemine vurgu yaparken; acı çekmeye teşvik ettiği izleniminden de özellikle kaçınmaktadır. Bunun için esas olan acının kaçınılma durumda olduğu zamanlarda bu tecrübenin olumlu yönelimlerinin ortaya konulabilmesidir.²²⁰ Acıya rağmen anlama

²¹⁵ Friedrich Nietzsche, *Ahlakın Soykütüğü*, çev. Z. Alangoya, Kabalcı Yayınevi, İstanbul 2011, s.61.

²¹⁶ Frankl, *İnsanın Anlam Arayışı*, s.83.

²¹⁷ Frankl, *İnsanın Anlam Arayışı*, s.128.

²¹⁸ Frankl, *İnsanın Anlam Arayışı*, s.129-130.

²¹⁹ Göka, *Hayatın Anlamı Var mı?*, ss.128-129.

²²⁰ Frankl, *İnsanın Anlam Arayışı*, s.134.

ulaşmayı ve acının bir şekilde değerlendirilmesi gerektiğinin önemine vurgu yapmakta fakat bu yaklaşımıyla da acı çekmeye teşvik niteliği taşımamaktadır. Sadece, acının kaçınılmaz bir durumda olduğu zamanlar da bile olumlu yönelimlerin belirlenebileceği hususuna işaret etmektedir.²²¹

“Günlük hayattayken bir önemi olmayan davranışların, mahrumiyet zamanında (kampta) yaşanan olumsuzluk anlarında yapıldığı zaman ortaya çıkan bir duygu durumu vardır. Kişi kendisine merhamet edildiğine inanır. Karşı tarafa minnet duyar. Kampta işler bitirildikten sonra mahkumlara vücutlarındaki bitleri ayıklayabilecekleri kadar zaman vermek adına ışıkların kapanmamasının anlamıdır negatif mutluluk.”²²²

Frankl’ın yukarı da nakletmiş olduğumuz ifadesinden de anlaşılacağı üzere insanın yaşamış olduğu acı tecrübelerden kendisi adına edinebileceği olumlu düşünceler söz konusu olabilir. Bu Frankl’ın düşünce dünyasında “negatif mutluluk” şeklinde karşılık bulmaktadır. Bu kavram kabaca “en olumsuz şartlarda bile mutluluğu aramak” şeklinde tanımlanabilir. Frankl’a göre negatif mutluluk, karşısındaki kişiye kendisine muhtaç olma hissini empoze ettirir ve bu durumun devamında o (etkilenen) kişi, etkileyen kişinin isteklerini yapma konusunda kendisi mahkum hissettirilir ve bir şartlanma oluşturulur. Bunun sonrasında gelen mutluluk, acılar arasında en az acı olanın kişinin kendi başına geldiğini anlamasından kaynaklanmaktadır. Nihayetinde yine bir zorluk vardır. Ve bu mutluluk kendisinden daha az zorluk içerisinde olan kişiler tarafından imrenilmektedir. Mesela Frankl’ı, ikinci kamp alanına götördüklerinde kişilerin banyo yapma, diş fırçalama, akrabaları ile haberleşebilme²²³...vb imkanlarının olduğunu gördüğünde yaşadığı hissini adı negatif mutluluktur. Mutluluk eşik değerleri o kadar düşük ki acı çektirenlerin (gardiyanlar) en ufak merhametleri bile mutlu olmalarına yetmektedir. Yine Frankl, Auschwitz’deki kamptan tahliye edilip bir başka kampa götürüldüğünde, ilk anda yoklamada bir mahkumun eksik olmasından dolayı mahkumları saatlerce dışarıda bekletmelerine rağmen: “bu kampta baca yoktu ve Auschwitz’e çok uzak”²²⁴ olmasından dolayı mutlu olduğunu ifade etmiştir. Dolayısıyla Frankl’ın yaşamış olduğu bu iki deneyimden hareketle denilebilir ki negatif mutluluk, olumsuzluklar karşısında daha az bir olumsuzlukla karşılaşma anında kişide oluşan psikolojik bir ruh

²²¹ Frankl, *İnsanın Anlam Arayışı*, ss.126-127.

²²² Frankl, *İnsanın Anlam Arayışı*, s.62.

²²³ Frankl, *İnsanın Anlam Arayışı*, s.61.

²²⁴ Frankl, *İnsanın Anlam Arayışı*, s.60.

hali olarak anlaşılmaktadır. Bu da bir fark edıştır ve kişinin kendisini olumluya yönlendirmesini sağlayan bir destek olarak görülmektedir.

Frankl, kötülüklerin sıradanlaştığı kamp hayatında uygulamış olduğu negatif mutluluğu polyanacılığın²²⁵ bilinçli hali olarak tanımlar. Böylece Frankl yaşadığı yeri, yaşanabilir hale getirmek istemiş, Kötülüklerin içerisinde kendisini mutlu edecek şeyleri bulma çabasına girmiştir. Bu çabanın amacı onun orada kamp hayatında bir anlam bulabileceğine duyduğu inançtan kaynaklanmaktadır. Bu inanç yukarıda ifade ettiğimiz logoterapi ile dinin acıya bakışta paralellik gösterdiğinin yanı sıra insanın nihai anlama ulaşma çabası içerisinde dini bir gereklilik olarak karşımıza çıkarmaktadır. Çünkü Frankl'a göre insanlar çektikleri acının yalnızca Tanrı tarafından bilindiğini, Tanrı'nın tanıklık ettiğini düşününce acılarına anlam yüklemeye başlamakta ve acıları hafifletmektedir.²²⁶ Dolayısıyla acı nihai anlam arayışının bir parçası olduğu ölçüde acı olmaktan çıkmaktadır.²²⁷ Acının bu şekilde yorumlanması ve insanın hayatına Frankl'ın ifadesiyle negatif mutluluk katması insanın bakış tarzı ile ilişkilendirilmektedir.

Frankl, insanın bu kadar acıya katlanabilmesi için gerçek bir içsel başarıya sahip olması gerektiğini söylemektedir. Hayatı anlamlı ve amaçlı kılan şey, insanın elinden alınamayan ruhsal özgürlüktür.²²⁸ Özgürlüğün kurallarla, değerlerle ve beklentilerle belirlenmiş olması, insanın bunların dışına çıkamayacağı anlamına gelmez. İnsanın, geleceğini belirlemesi kendi seçimiyle olmaktadır.²²⁹ Frankl burada varoluşçu anlayış ile din arasında bir karşıtlıktan ya da bir çatışmadan çok geçişkenlik ve zorunlu bir bağlantıdan söz etmektedir. Başka bir ifadeyle dinin insana sunmuş olduğu kural, değer veya ödevler kişinin ruhsal özgürlüğü ile çelişmemektedir. Tam tersine insanın yaşadığı acıları anlamlandırma başka bir ifadeyle negatif mutluluğa dönüştürmede dinin olumlu bir etkisi vardır. Kamp yaşantısında da acının mahkumlar içinde içsel özgürlüklerini koruyabilenlerin üzerinde bir anlam ifade ettiğini söyleyen Frankl, yukarıda ifade ettiğimiz gibi insanın ruhsal özgürlüğü ile inandığı dinin kişiye sunmuş

²²⁵ Bkz. Frankl, *İnsanın Anlam Arayışı*, ss.157-166.

²²⁶ Ayşe Şiir Solak, *Nietzsche'de Suç-Vicdan-Acı İlişkisi*, Mersin Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Mersin 2017, s. 49.

²²⁷ Frankl, *İnsanın Anlam Arayışı*, s.127.

²²⁸ Frankl, *İnsanın Anlam Arayışı*, s.82.

²²⁹ Sabri Büyükdüvenci, *Varoluşçuluk ve Eğitim*, Form Ofset, Ankara 1994, s.46.

olduğu kural ve yaptırımları arasında bir çatışma görmediği için dinin ruhsal özgürlüğünü sınırlayacağı düşüncesini reddetmektedir.

Frankl, acıya sadece olumsuzluk anlamı yüklemeyen acının hayatın her anında bir şekilde ve oranda karşımızı çıkacağını ifade etmekte böylece acıyı anlam arayışının yeri doldurulamayan bir parçası olarak görmektedir. Bu konuda acıya farklı bir anlamlandırma da Kemal Sayar tarafından yapılmaktadır. Ona göre acı, insanın beklentileriyle hayatın gerçekleri arasındaki uçurumundan kaynaklanmaktadır. Bu uçurumlar hakkında Schopenhauer'ın;

“Dünyanın herhangi bir yerinde elde edilebilecek büyük şeyler yoktur, dünya acı ve yoklukla doludur, bunların birinden kurtulan için hemen ötede yeni bir acı pusuya yatmıştır”²³⁰

şeklindeki ifadeleri acının hep var olacağını destekler niteliktedir.

Sonuç olarak denilebilir ki logoterapinin amacı, insanın temel çabalarından zevk almak veya acıdan kaçınmak değil, hayatında bir anlam bulmaktır.²³¹ Frankl'a göre insan, cesurca acılara karşı koyunca, hayatta son ana kadar bir anlama sahip olunabileceğini ve bu anlamı kelimenin tam anlamıyla sonuna kadar koruyabileceğini kabul etmektedir.

Tasavvuf ilminde de acı vardır ve orada da bir amaç vardır. Rağbet edilen şeylerden uzak durmanın verdiği bir acıdır. Amaç, nefsin isteklerini yapmamak, onu terbiye edebilmektir. Çünkü sufi dünyaya tavır koyabilmek adına zorluklarla mücadele etmekte ve durum 'zühd'²³² kavramıyla tanımlanmaktadır.

Dünyaya düşkün olmama, nefsin arzularını durdurabilme anlamına gelen zühd, filozoflar ve bilge kişiler tarafından da bir ahlak değeri olarak görülmekte ve tavsiye edilmektedir. Zühd, dünya nimetlerini tamamen terk etmekten ziyade, bu nimetlere olan bağlılığın ortadan kaldırılmasıdır.²³³ Bu durum riyazet ve mücahedenin vasıtasıyla gerçekleşecektir Şüphesiz burada karşılaşılan zorluklarda da bir amaç gözetilmektedir. Bu bakımdan Zühd, insanın dünyayla bağlantılarını asgari düzeye indirdiği için kaygıyı da azaltmaktadır.

²³⁰ Arthur Schopenhauer, *Yaşam Bilgeliği Üzerine Aforizmalar* Çev. Levent Özşar, Biblos Kitabevi Yayınları, İstanbul 2011, s.32.

²³¹ Frankl, *İnsanın Anlam Arayışı*, s.128.

²³² Semih Ceyhan, "Zühd", TDV İslâm Ansiklopedisi, <https://islamansiklopedisi.org.tr/zuhd#1> (17.02.2023).

²³³ Süleyman Uludağ, *Tasavvufun Dili-III*, ss.35-37.

3. İNSANIN ANLAM ARAYIŞI VE SEYR U SÜLÛK

Viktor E. Frankl, kamp hayatındaki deneyimleriyle geliştirmiş olduğu logoterapi yöntemi, insan hayatını anlamlandırma ve onlara dünyada yaşamak için bir anlam arayışının olması gerektiğini savunduğu logoterapi yöntemi üzerine yoğunlaşmıştır. Bu yönetime göre insanlar doğuştan iyi bir tabiata sahiptir ve bu nedenle logoterapide insanların biricikliğini destekleyen fenomenolojik yaklaşımla, onların yaşadıklarına değer verilmesi gerektiğini savunulmuştur. Bu sebepten insanın elde ettiği hayat tecrübesinin varlığına ve insanın günlük hayattaki mücadelesiyle oluşan anlam arayışı çabasına önem verilmektedir. Nitekim bu çabada anlam alanının temsil edildiği noöjenik bir boyutun varlığından söz edilmektedir. Bu yüzden kişinin sorumlulukları ve özgürlüğü kendisine özgüdür; dolayısıyla bireyden ulaşması beklenen anlam yine kendisine özgü olacaktır ve bu duruma kişi kendi çabasıyla ulaşabilir. Lakin anlam arayışı için sarfedilen her çabada bir sonuca ulaşılacağı anlamına gelmemektedir.

Frankl, hayatın anlamının üç şekilde bulunabileceğini savunmuştur: İlki, bir eylemi gerçekleştirerek, ikincisi bir değer ortaya koyarak, üçüncüsü de acıyı yaşayarak. Burada Frankl, insanın anlam arayışından bahsederken söylemek istediği şey, insanın her daim nihai anlam arayışı içerisinde olduğudur. Çünkü insan, hayatı boyunca bu anlam arayışı istemiyle hareket etmektedir. Frankl'ın bu iddiası, kurmuş olduğu logoterapinin (psikoterapi tekniğinin) temel düşüncesini ‘anlam yoluyla terapi’ olarak şekillendirmiştir. Frankl, bu düşüncesiyle terapi yoluyla anlam arayışı düşüncesine itiraz etmiştir. Çünkü bu yaklaşım insanı hayatın akışı içerisinde çekip alan ve insanı doğasından uzaklaştıran bir yöntemdir. Frankl ise bunun aksine insanın hayatın olağanlıkları içerisinde deneyimlediği olaylarla birlikte bir anlam arayışı içerisinde olması gerektiğini öngörür. O’na göre bu düşünce insanı anlama ulaştırmaz.

Anlam arayışındaki çabayı anlatabilmek için Frankl; logoterapi, Tanrı, nihai anlam, irade, vicdan, sevgi, acı/negatif mutluluk ve kaygı gibi kavramlarla ilişki kurmaktadır. Teist bir varoluşçu olan Frankl, dini nihai anlam arayışı olarak değerlendirdiği için bu arayış sonucunda Tanrı’ya ulaştığını söylemektedir. Frankl, insanın ulaşması gereken noktanın bu olduğunu söyler. Frankl’a göre insanın anlam arayışı sürecinde dinin veya bir tanırının varlığının anlam arayışının bir parçası olması varoluşun kendisiyle çelişmemektedir. Bu nedenle Frankl bu durumu “bilinçdışı” olarak adlandırmaktadır. Bu kavramları ayrıntılı bir şekilde izah ettiğimiz için burada

tekrar değinilmeyecektir. Bu kavramları hatırlatmaktaki amacımız, daha önce ele aldığımız, Frankl'ın anlam arayışının esasları olarak değerlendirdiği kavramların İslam düşünce geleneğinde insanın bu dünyadaki varlığını, bu dünyadan önceki durumunu ve tekrar geldiği yere dönüşünü kendi bilgi ve değer anlayışı çerçevesinde ele alan ve bu amaçla insanın bu dünyadaki hayatının tabiri caizse “bir anlam arayışı” içerisinde yorumlayan Tasavvuf ilminde karşılığı olabileceğini düşündüğümüz kavramlar arasındaki ilişkiyi/benzerlikleri/ayrılıkları ortaya koymaktır.

Buradan hareketle denilebilir ki, Tasavvuf ilmi insanın bu dünyadaki varlığını bağlı olduğu geleneğin esasları çerçevesinde bir anlam zemininde insanın hayatına bir istikamet çizebileceği ve bu yolda önüne çıkan engellerle mücadele edebileceği, daha doğrusu etmesi gerektiği esası ile bir anlam arayışının kendisidir. Dolayısıyla Viktor E. Frankl'ın varoluş düşüncesinin “logoterapi” adını verdiği yöntem ile bir mutlak varlığa ulaşmak üzere tanımladığı anlam arayışının Tasavvuf geleneğinde insanın nefsi ile mücadele etmesi süreci arasında önemli irtibat noktaları kurulabileceği düşüncesinde olduğumuzu ifade etmek istiyoruz.

Tasavvufta insanın hayatının anlamlı bir istikameti olduğunu ifade etmek üzere “seyr u sülûk” kavramının önemli olduğunu belirtmek gerekir. Başka bir ifadeyle seyr u sülûk bir tür anlam arayışıdır.

3.1. Tasavvufta Seyr u Sülûk

Tasavvuf ilmi, özü itibarıyla salikin samimiyeti doğrultusunda azim ve kararlılıkla bağlandığı dini yaşamaya çalışarak kişiliğini ahlaki anlamda geliştirmeyi hedeflemektedir. Bu yolculukta benliğin hakimiyetinin kırılması ve nefse hoş gelen değerlerin Allah için terk edilmesi konusunda nefse ve dünyevi arzulara karşı bir tavır takınıldığı için bu yolculukta kararlılık ve samimiyet çok önemlidir.²³⁴

Tasavvuf, sadece bir bilgi değil, aynı zamanda bir düşünce tarzı, bir yöntem ve bir metodolojidir. Ancak bu metodolojiyi izleyerek bir tür bilgiye ulaşılabilir. Tasavvuf, geçici ve değişken olanın ötesinde, özünde yatan ve kalıcı esasların araştırılmasına odaklanır ve bu yönüyle birçok insan için bir açıklama modeli sunar. Tasavvuf, metafizik ekollerden biri olarak kabul edilir.²³⁵ Tasavvuf yolunda ilerlemek

²³⁴ Ebu'l-Ala Afifi, *Tasavvuf: İslam'da Manevi Hayat*, çev. Ekrem Demirli-Abdullah Kartal, İz Yayıncılık, İstanbul 1999, ss.124-125.

²³⁵ Mahmut Erol Kılıç, *Tasavvufa Giriş*, Sufi Kitap, İstanbul 2014, s.13.

için belli manevi makamlardan (tevbe, rıza, havf, reca...gibi) geçmek şarttır. Mutasavvıflar bu yolda ilerlemek, bir manevi makamdan diğerine geçmek suretiyle ruhi olgunluğa ermek, gerçek bilgiye ulaşmak için “Seyr ü sülûk” (Ruhani yolculuk) denilen bir manevi yükselişin gerekliliğini tespit etmiş ve bunun uygulamasını ortaya koymuştur.²³⁶

İnsan, doğasında var olan eğilimlerini tamamen yok edemeyeceğini bildiği için onları arındırması gereğini hisseder. Kötü eğilimlerin arındırılması, iyi eğilim ve yeteneklerin artırılması, erdemli bir mutluluğu önemseyen insanlar için kötü eğilimlerden nasıl arınacağı ve böylece nasıl olgun insan olacağı şeklinde asgari şartın nasıl yerine getirileceğine yönelik ihtiyaç her yaştaki insanda mevcut bulunmaktadır.²³⁷ Bu ihtiyaçları gidermemek sufiler tarafından, insanın kendisini unutmaması, kendisine yabancılaşması ve özünden uzaklaşması olarak kabul edilir. Buna göre ruh, Bezm-i Elest'i yeniden yaşayabilme özlemi içerisinde olup insanın varoluşunun başlangıcı olarak görülmektedir. Elest Bezminde Hakk'tan başka fiil ve güç sahibi tanımayan insan, dünya hayatında fiil ve gücü kendisine nispet ederek ahdini unutmuştur. Bu nedenle seyr u sülûkun gayesi, insanın Elest meclisinde vermiş olduğu sözü tekrar hatırlamasını hedefler. Bunun için kişinin “fena” makamına ulaşması gerekliliği üzerinde durulmaktadır. Zira fena insanın irade ve özgürlük vehmini terk ederek bütünüyle Hakk'ın iradesine bağlanması yani mutlak edilgenlik, yoksunluk ve acizlik hususiyetini tahakkuk ettirmesi demektir.²³⁸ Dolayısıyla sülûk, bu eğitim sürecinin yaşandığı bir tecrübe olarak anlaşılabilir. Zira sûfi geleneğine göre insanın temel sorunu; gerçekte neyi aradığını bilmiyor olmasından kaynaklanmaktadır.

Tasavvufta “İnsan” olma süreci olarak tanımlanan “seyr u sülûk” iki farklı kavramın birleşimi olarak tanımlanmaktadır. Seyr²³⁹ yürümek, gezmek anlamına gelmekle birlikte ıstılahta Allah'a ulaşmak için kişinin yaptığı manevi yolculuk, kötü huylardan iyi huylara evrilmehtir.²⁴⁰ Sülûk, ise “yola girmek, yolda yürümek; bir şeyin

²³⁶ Eraydın, *Tasavvuf ve Tarikatlar*, s.320.

²³⁷ Cafer Sadık Yaran, *Bilgelik Peşinde Din Felsefesi Yazılar*, Araştırma Yayınları, Ankara 2002, ss.45-46.

²³⁸ Başer, “Yükümlü Varlıktan Varlığın Gayesi olan İnsana: Tasavvufta İnsan Tanımlarının Dönüşümü Üzerine Bir Değerlendirme”, ss.521-522.

²³⁹ Muhammed Ali Tehanevi, *Keşşafu ıstılahati'l-fünûn*, haz. Refik el-Acem-Ali Dahruc vd., Beyrut: Mektebetü Lübnan, 1996, I, ss.996-998; Seyyid Cafer Seccadi, *Tasavvuf ve İrfan Terimleri Sözlüğü*, çev. Hakkı Uygur, Ensar Yayınları, İstanbul 2007, s.416.

²⁴⁰ Ethem Cebecioğlu, *Tasavvuf Terimleri ve Deyimleri Sözlüğü*, Ağaç Kitabevi Yayınları, İstanbul 2009, s.564.

başka bir şeyin içine nüfuz etmesi, katılması, intikal etmesi”²⁴¹ anlamına gelmekle beraber Abdürrezzak Kaşani²⁴² bu konuda insanın dünya ve yer sevgisi, hased, kibir, cimrilik, yalan, gıybet, hırs gibi zemmedilen ahlaklardan arınarak ilim, haya, rıza, adalet gibi övülen ahlak ile ahlaklanması olarak tanımlamaktadır. Seyr u sülûkta, Allah’a layık bir kul olabilmek²⁴³ adına Allah’ın kişiden yapmasını istediği davranışları en güzel bir şekilde yapmaya çalışarak güzel ahlak ile egosunu yok edip nefsi ile ruhuna aynı güzellikleri istetebilmek için gösterdiği mücadelenin kendisidir. Bu mücadele sufinin hal ve davranışlarındaki değişim ile ruhunu Allah’a yaklaştırması halidir.²⁴⁴

Sufi gelenekte sülûka verilen manevi yolculuk bir mücadele sürecini ifade eder. Sözü edilen mücadele nefse karşı yürütülür. Zira nefs insanı kötülöklere sürükleyen bir tabiata sahiptir.²⁴⁵ Ancak nefs, varoluşuyla kötü olmaktan ziyade, eyleme geçmeye hazır güçlü bir kötölük potansiyeline sahip bir güçtür. Başka bir deyişle, nefs kötölük işlediğinde kötüdür; işlemediğinde ise hala potansiyel olarak kötü eylemlere eğilimlidir, ancak kontrol altında olduğundan dolayı artık kötü olarak nitelendirilemez.²⁴⁶

İlk dönem tasavvuf klasiklerinde seyr u sülûk, Tarikatlar dönemindeki gibi belirli kuralların uygulanmasıyla Allah'a ulaşma yolunda bir yöntemden ziyade, dini hayatın her yönünün şekillendirilmesi olarak tanımlanır. Bu dönemde, çeşitli riyazet yolları ve nefse karşı duruş, seyr u sülûkün belirgin bir özelliğı olarak öne çıkar ve günlük yaşamın her anına ve alanına içselleştirilmiştir. Bu nedenle, bu eserlerde kavramsal bir tanım yerine, eser sahipleri sufiler, seyr u sülûkün özelliklerine işaret etmeyi tercih etmişlerdir. Çünkü gerçeklik yolunda ilerlemeyi seyr u sülûk olarak kabul etmişlerdir.²⁴⁷ Seyr u sülûkun amacı, salikin bireysel arzularını ortadan kaldırarak kendisini tamamen ilahi iradenin istekleri doğrultusunda şekillendirmek ve böylece insanın en yüce mertebesine ulaşmasını sağlamaktır. Bir müridin seyr u sülûkunu tamamlaması, bu yetkinliğı kazanması anlamına gelmektedir.²⁴⁸ Bu yolda

²⁴¹ Süleyman Uludağ, "Sülûk", TDV İslâm Ansiklopedisi, <https://islamansiklopedisi.org.tr/suluk--tasavvuf> (10.06.2022).

²⁴² Abdürrezzak Kaşani, *Istilahatü's-sufiyye Tasavvuf Sözlüğü*, ter. Ekrem Demirli, İz Yayıncılık, İstanbul 2004, s.289.

²⁴³ Hasan Kamil Yılmaz, *Ana Hatlarıyla Tasavvuf ve Tarikatlar*, Ensar Yayınları, İstanbul 2011, s.183.

²⁴⁴ Kâşânî, *Istilahatü's-sufiyye Tasavvuf Sözlüğü*, s.304.

²⁴⁵ Yusuf 12/53.

²⁴⁶ Mehmet Uyar, *Sufi Benliğın İnşasında Nefs*, Litera Yayıncılık, İstanbul 2017, s.41.

²⁴⁷ Uyar, *Sufi Benliğın İnşasında Nefs*, s.101.

²⁴⁸ Süleyman Uludağ, *Tasavvuf Terimleri Sözlüğü*, Kabalcı Yayınları, İstanbul 1991, ss.427-428.

olan kişilere bulunduğu mertebe itibariyle “talib, salik, mürid ve vasil” gibi isimler verilmektedir.²⁴⁹

Seyr u sülûk ifadesine ilk kez Kuşeyrî'nin Tertibü's-sülûk adlı eserinde rastlanmaktadır.²⁵⁰ Kuşeyrî'ye göre seyr u sülûk, her şeyden önce niyetle başlar. Bu niyetin temelinde ise samimiyet yer alır.²⁵¹ Salik, tam bir içtenlik ve bilinçle hareket etmek zorundadır. Niyetten sonra ise tevbe gelir, ki bu da sülûkun fiilen başladığı anlamına gelir.²⁵²

Hücvirî'de göre sülûk, tasavvuf yolunun kendisi anlamına gelmektedir. Bir bakıma tasavvuf sülûk ilmidir.²⁵³ Bu ilme dahil olmanın yolu Hücvirî'ye göre de tevbe ile başlar. Nitekim, bu yola adım atacak kişinin öncelikle bilgisizlikten, yani gafletten uyanması gerekmektedir. Bu farkındalıkla birlikte tevbe gelir, ki tevbe, kendi eylemlerini aşağılayarak ve kötü olarak görmek, pişmanlık duyarak iyiye doğru bir yönelişe odaklanmayı amaçlamaktır.²⁵⁴ Sülûk ilmi her ne kadar ahlaklanma olarak görülse de bu yolun esasının ilim ile başlaması gerektiği konusunda neredeyse bir ittifak vardır. Söz gelimi Cüneyd-i Bağdadî bu konuda: “Dostun yoluna ya ilimle veya sülûkla girilir. İlimsiz sülûk, güzel bile olsa eksiklik, bilgisizliktir.”²⁵⁵ demektedir.

Mutasavvıflar, sufinin amacının belirli merhalelerden geçerek kendisini bulmasını ve Hakk'a ulaşması gerektiğini düşünmektedir. Bu amaca ulaşabilmesi için sufinin bir yola girmesi ve bu yolda yapılması icap edilen şeylerin yerine getirilmesi gerekmektedir. Tasavvufta manevi eğitim olarak kabul edilen seyr u sülûk, ilk dönem tasavvuf klasiklerinde, insanı Hakk'a ulaştıran tüm eylemleri kapsayan geniş bir anlama sahip olan terim, VI/XII. yüzyıldan itibaren daha çok bir mürşid-i kamilin rehberliğinde belirli tasavvufi adab ve erkanın uygulanması anlamını kazanmış ve aynı anlama gelen *seyr* kelimesiyle birlikte *seyr u sülûk* tabiri kullanılmıştır.²⁵⁶ Bu manevi eğitimde mertebeleri katetmekte olan sufi için son aşama söz konusu olmamakta çünkü bu eğitim süreci sufi hayatta olduğu sürece devam etmektedir. Bu yolculuk süresince

²⁴⁹ Mustafa Kara, *Tasavvuf ve Tarikatlar Tarihi*, Dergah Yayınları, İstanbul 2013, s.182.

²⁵⁰ Süleyman Uludağ, "Sülûk", TDV İslâm Ansiklopedisi, <https://islamansiklopedisi.org.tr/suluk--tasavvuf> (10.06.2022).

²⁵¹ Ebu'l Kasım Abdülkerim b. Hevazin el-Kuşeyri, *Risaletü Tertibi's-Süluk*, Neş. Muhammed Hasan, Beyrut, tsz., s.63.

²⁵² Kuşeyri, *Risale*, s.621.

²⁵³ Hücvirî, Ebü'l-Hasen Alî b. Osmân b. Ebî Alî el-Cüllâbî el-Hücvîrî, *Keşfu'l-Mahcub Hakikat Bilgisi*, çev. Süleyman Uludağ, Dergah Yayınları, İstanbul 1996, s.83.

²⁵⁴ Hücvirî, *Keşfu'l-Mahcub*, ss.356-358.

²⁵⁵ Hücvirî, *Keşfu'l-Mahcub*, s.468.

²⁵⁶ Uludağ, "Sülûk", s.127.

salık, kişiyi meşgul edecek dünyevi işlerden uzak durmaya ve kötü alışkanlıklardan kurtulmak için mücadele etmeye gayret göstermek durumundadır. Bu mücadelenin amacı fitratın bozulmamış haline tekrar dönebilmektir. Nitekim bu yolculuk Hakikate ulaşma yolculuğudur. Bu yolculuğun ön koşulu kişinin özgür olmasıdır. Özgürleşmek için arınmak, istek ve arzularla sürekli mücadele etmek ve dünyevi bağları bir kenara atmayı gerektirir.²⁵⁷ Sülûkta hem beden hem de ruhen bir eğitimden söz edilmektedir. Kişinin özgürleşebilmesi bu ikilinin uyumuyla alakalıdır. Tasavvufun bu çabası donuk bir bekleme ile değil, içsel ve dışsal uygulamalarla insanı sürekli canlı ve hareketli tutan bir yolculukla olmaktadır.²⁵⁸ Anlam arayışı konusunda insanın özgür olması gerektiğini söyleyen Frankl'da, bu özgürlüğü sadece bedene hapsetmemiştir. Bu düşüncesiyle -Maslow'un ihtiyaç hiyerarşisine itiraz etmekte, çünkü -kişi sorumluluklarını her yerde ve gereksinimleri tamam olmadan da özgür bir insan olabileceğini savunmaktadır. Özgür olan bir kişi de yaşadığı zorluklara rağmen -nerede olursa olsun- hayatın kendisinden istediği anlamı bulmak için çaba harcamakta ve bu çabası da insanı nihai anlama ulaştırmaktadır. Bu konuda Amerikalı psikolog William James, 20 yüzyılın başlarında 'saçaklı bilinç' olarak isimlendirdiği bilincin durumunu sürekli akan ırmağa benzetmektedir. Bu benzetme bilincin her daim hareket halinde olduğunu anlatmak için tasvir edilmiştir. Batılı bilim adamları için bilinç genel itibarıyla bedenin etkisiyle dönüşebilen bir durum olma özelliğini taşıırken İslam düşünce geleneğinde bilincin değişiminde beden ve ruh ilişkileri de çok önem arz etmektedir. Eylemsellik, yalnızca beden ile sınırlı değildir; bir sufî, oturduğu yerden de yoğun bir hareketlilik içerisinde olabilmektedir. Bu, onun mesafeleri aynı zamanda ruhu ile de aldığını göstermektedir.²⁵⁹

Sufilerin bilinç hakkındaki önemini belirleyen şey: 'asli kaynak' ile irtibat halinde olmalarıdır. Asli kaynağın tükenmez²⁶⁰ gücü, sufilerin bilinçüstüne ulaşabilmeleri konusunda yardımcı olmaktadır. Sufilerin, beden ve ruh bütünlüğü içerisinde hareket ediyor olması, zamanın akışı sırasında alışık olunmayan -aktarımının mümkünlüğü tartışılan- bir şekilde anın varlığından söz etmeleri, bilinçüstüne ulaştıklarını göstermektedir. Çünkü sufiler, Yaratıcı'nın kendilerini her daim görüyor olduğunu düşünerek bu bilinç üzerinde yaşamaktadırlar. Bu şekilde bir

²⁵⁷ L. Wilcox, *Sufizm ve Psikoloji*, çev. O. Düz, İnsan Yayınları, İstanbul 2003.

²⁵⁸ Hasan Kayıklık, *Tasavvuf Psikolojisi*, Akçağ Yayınları, Ankara 2011, s.119.

²⁵⁹ Uyar, *Sufî Benliğin İnşasında Nefs*, ss.136-137.

²⁶⁰ Merter, *Psikolojinin Üçüncü Boyutu Nefs Psikolojisi ve Rüyaların Dili*, s.215.

bilinçle yaşamalarındaki amaç; -İbn Arabi'nin de dediği gibi- 'Kendini bilen Rabbini bilir.' hadisinin doğrultusunda kendi sırlarındaki Rabb'i bulabilme çabasından ibarettir.²⁶¹ Tasavvuf, bu hedefi gerçekleştirmek için çeşitli yollar ve yöntemler izler. İbadetin yoğun olduğu tarik-i ahyar, riyazet ve uzleti temel alan tarik-i ebrar, aşk ve muhabbet merkezli tarik-i şuttar gibi farklı yollara sahiptir.²⁶²

Salikin yaşadığı müddetçe manevi bir gelişim içerisinde olma çabası, bu yolda gösterdiği mücadele onun kendini gerçekleştirme başka bir ifadeyle aslı kaynağını hatırlama amacıyla nefsiyle sürekli bir mücadele içerisinde olması salikin hayatında hiçbir durağanlığa meydan vermemekte ve dinamik bir hayat anlayışı benimsemesinin sağlamaktadır. Bu durum bize Rollo May'ın hayatın durağan olmadığını hatırlatır.²⁶³ May'ın söylemiş olduğu bu iddia, hayatın durağan olmadığını gösteren bir içeriktir. Durağan olmaması, her daim hareketin var olduğunu göstermektedir. Hareketin olması da, süregelen bir dönüşümün varlığının delilidir. May'a göre insanın hayatındaki dönüşümler iki grupta ele alınmalıdır: birincisi, süregelen dönüşümün farkında olmaksızın dönüştürülen gerçeklikler, ikincisi, süregelen dönüşümün farkında olup dönüşmek için mücadele ederek dönüşenler. Bu iki maddeyi biraz açıklamak gerekirse, birincisinde insanın müdahalesinin çok fazla olamayacağı durumları içerir. Örneğin, günlerin dönüşümü, insanın cildinin değişimi, mevsimlerin birbiri ardınca takibi...vb. İkinci dönüşümde ise insanın yaşadıklarının farkındalığı sonucunda dönüşme talebinde bulunmasıyla gerçekleşen veyahut gerçekleşme ihtimali olan dönüşümler söz konusudur. Dolayısıyla May'a göre de insanın varoluşunun gerçekleşmesi bu dönüşümü yaşayabilmesiyle bağlantılıdır.

Tasavvufta da salikin kendi iradesiyle karar vererek bu yola girmesi ve mücadeleden vazgeçmemesi son derece önemlidir. Başka bir ifadeyle yolda bulunma hali esastır. Ulaşılmak istenilen amaç için süreklilik halinde olmak gerekmektedir. Bu durum bir süreç işidir. Oluşumun sağlanması içinde devamlılık lazımdır. Seyr u sülûk bu devamlılığı ve eyleme yönelik bir dönüşümü ifade etmesi açısından son derece önemlidir. Bu yolculuğun sürekliliği gerekli görmesi nefsin tabiatı itibariyle kötülüğe

²⁶¹ Muhammed Nur el-Arabi, *Muhyiddin İbn Arabi'nin Gavsiyye Risalesi Şerhi*, çev. Mahmut Kanık, İz Yayıncılık, İstanbul 2010, s.36.

²⁶² M. Necmettin Bardakçı, *Sosyo-Kültürel Hayatta Tasavvuf*, Rağbet Yayınları, İstanbul 2005, ss.79-137.

²⁶³ Rollo May, *Kendini Arayan İnsan*, çev., Kerem Işık, Okyanus Yayınları, İstanbul 2018, s.13.

meylinden kaynaklanmaktadır.²⁶⁴ Kuşeyri, bu konuda nefsin dizginlenmesi²⁶⁵ gerektiğini ifade etmektedir.

Sülûkun aşamalarını ifade etmek üzere tasavvuf terminolojisinde ilme'l-yakin ayne'l-yakin ve hakka'l-yakin şeklinde kullanılan tabirler Abdülgani Nablusi tarafından da benimsenmiştir. Nablusi'ye göre seyr u sülûk nefsin mertebeleri arasındaki yolculuğu ifade etmektedir. Ona göre ilme'l-yakin, şüphe ve tereddütün yer almadığı kesin bilgidir. Ayne'l-yakin'i perdesiz müşahade olarak tanımlarken, hakka'l-yakin O'nda fani olana kadar yok olmak şeklinde tasnif edilmiştir. Bu hakikat yolunda olanların iki tane önemli rolünün olduğunu söyleyen Nablusi'ye göre birincisi, hakka yönelmek ikincisi ise O'nun haricindeki her şeylerden sırt çevirmektir.²⁶⁶ Buna göre seyr u sülûk sufînin kendisini "basitlik"²⁶⁷ten ve nefsin hakimiyeti altına girmekten kurtararak nefsin önüne koyduğu engelleri aşmak suretiyle huzuru bulma çabası olarak anlaşılabilir. Bunun için nefsin heva ve heveslerinden kurtulması şarttır. Bu aynı zamanda sufînin bir dönüşüm gerçekleştirebilmesi için bir amaç belirlemiş olması anlamına gelir. İnsan psikolojik olarak bir hedef belirlediği zaman iradesi ve çabasının yardımıyla o hedefine ulaşabilir. Nihayetinde hedefine ulaşamamış olsa bile bu durum o kişinin hayata karşı mağlup olmasını engellemektedir. İşte sülûk bütün bu çabaları ifade eden sürece verilen addır.

Kendisini dönüştürmek isteyen bir sûfî bu mücadelenin kolaylıklardan ziyade güçlüklerle dolu olduğunu bilir. Dolayısıyla kişi bu mücadeleye başlamışsa, iradesi ve kararlılığı istediği hedefe ulaşabilmesinde çok önemli yardımcıdır. Bu yolculukta karşılaşılması muhtemel durumları Cavit Sunar şu şekilde izah etmiştir:

"İnsan seyr u sülûk vasıtasıyla duyular dünyasından uzaklaşır ve varlığın gayesini elde etme yoluna girer. Ruh ancak bu yolla kendisini, hayatın, aklın ve varlığın ilke ve sebeplerini kavrayabilir. Birey bu kavrayışla bilinci merkez olmaktan çıkararak onun yerine Allah'ı yerleştirir. Bu durum mutasavvıf için yeni bilgi yollarının yani irfani bilginin yollarını açar ve insan Allah'a karşı yeni bir anlayış ve kavrayışla bağlanır. Dolayısıyla bu yeni kavrayış insanı manevi aleme tamamen açılmaya başlamasını sağlar. Ulaşılmak istenilen hedef için insanın zihninin düşüncelerden boşaltılması, kalbinin de ilahi heyecan ve sevgi ile dolması gerekmektedir. Bu durumun oluşabilmesi için sadece nefsin isteklerinden ve duyular dünyasından kurtulmak yeterli değildir. Zihninde

²⁶⁴ Uyar, *Sufi Benliğin İnşasında Nefs*, s.136.

²⁶⁵ Kuşeyri, *Risale*, s.190.

²⁶⁶ Abdülgani b. İsmail b. en-Nablusi, *Ariflerin Tevhidi*, çev. Ekrem Demirli, İz Yayıncılık, İstanbul 2003, ss.43-47.

²⁶⁷ Bkz. Maslow'un ihtiyaç hiyerarşisi. https://tr.wikipedia.org/wiki/Maslow_teorisi.

duyulara ait imajlardan, entelektüel şuur ve düşüncelerden arınması gerekmektedir. İnsanın, nefsinden ve zihninden uzaklaştırması gerekenleri gerçekleştirdikten sonra kişide yeni bir şuur meydana gelecektir. Oluşan yeni şuur, yaşamakla kazanılacağından dolayı akıldan ziyade kalbi hitap edecek olmakla beraber mantıki çıkarımlardan ziyade aşkın halleri olacaktır. Böylece Allah, zihni duyuların oluşturduğu algılardan arındırılan ve kalbi ilahi aşk ile dolan insana kendisini açacaktır.²⁶⁸

Bu aşamaların tamamı seyr u sülûk yolcusunun yol haritasıdır. Anlaşılacağı üzere bu kendisini dönüştürmek isteyen insanı bu yolculuğunun amacı esasen fitratı doğrultusunda yaşamak ve benliğini nefsin arzularından arındırmaktır. Bu İlme’l-Yakin, Ayne’l-Yakin ve Hakka’l-Yakin şeklinde aşamalandırılan bu arınma süreci ve tekamülü ayrıca seyr-ilallah, seyr-ifillah, seyr-maallah, seyr-anillah’ olarak dört mertebe şeklinde de derecelendirilmektedir.²⁶⁹ Tarikatların oluşumundan da etkili olan bu seyr mertebelerinin çeşitliliği tezkiye-i nefis ve takviye-i ruh olarak tanımlama yön esas alınmasından kaynaklanmaktadır.²⁷⁰ Sözü edilen çeşitlilik sufiler açısından bir problem olmaktan ziyade zorunluluktur. Çünkü sufiler hakikat yolculuğunun her insan için özel bir yönü olduğunu kabul ederler. Bu durum Necmeddin Kübra tarafından “Allah’a giden yollar mahlukatın adedi kadardır.”²⁷¹ şeklinde izah edilmektedir. Bu durum sufiler için problem teşkil eden bir durum olarak kabul edilmemektedir. Çünkü sufiler, hakikatin kişinin adedi kadar olduğunu düşüncesinde oldukları için var olan bu farklılıkları zenginlik olarak kabul emektedirler. Hatta bazı sufiler, sülûku 100 makam²⁷² olarak kabul etmektedir. Bir insan merhameti ile anılırken, bir başkası düşünceli olma hali ile tanınmaktadır. Bunun gibi birçok farklı duyguları içinde barındıran insanları bir tek duygu üzerinde toplamamız mümkün gözükmemektedir. Kuran-ı Kerim’de insanların farklılığını belirten ayetler²⁷³ bulunmaktadır. Sülûk, sufi için ‘oldu ve bitti’ gibi bir durum değildir. Bu durum bir süreç olduğu için sürekli dikkatli olmak gerekmektedir. Sufiler sülûkun mahiyetinin her insan için özel bir yönü olduğunu kabul etmekle birlikte bu özel yönlerin belirli bir usul dahilinde sürdürülmesi gerektiği kanaatindedirler. Bu usul Tasavvuf kültüründe ‘Tarik-i Ahyar, Tarik-i Ebrar, Tarik-i Şuttar’ şeklinde ifadelendirilir. Tarik-i Ahyar, Allah’a ibadet eden, Allah’ın

²⁶⁸ Cavit Sunar, *Mistisizm Nedir?*, Kılıç Kitabevi, Ankara 1979, s.34.

²⁶⁹ Selçuk Eraydın, *Tasavvuf ve Tarikatlar*, Marmara Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Vakfı Yayınları, İstanbul 2013, ss. 233-236.

²⁷⁰ Yılmaz, *Ana Hatlarıyla Tasavvuf ve Tarikatlar*, ss. 233-236.

²⁷¹ Necmeddin Kübra, *Tasavvufta On Esas Usulü’l-Aşere*, çev. Süleyman Gökbulut, İnsan Yayınları, İstanbul 2018.

²⁷² Hâce Abdullah El-Herevi, *Menazilü’s-Sairin*, terc. Abdürrezzak Tek, Emin Yayınları, Bursa 2017, s.70.

²⁷³ Bkz. Al-İ İmran 3/69, 72, 75, 78, 113; Nisa 4/46; Maide Sure 5/66; A’raf 7/168.

rizasını kazanabilmek için salih amellerde bulunan kimselerin yoludur. Tarik-i Ebrar, nefsin terbiye etmek için mücahede edenlerinin yoludur. Tarik-i Şüttar, kalbi Allah’a doğru yönelenlerin, kendinden geçip karşılıksız sevenlerin yoludur.

Nefsi kötülüklerden arındırma yöntemlerinden riyazet, uzlet, açlık ve yoğun ibadet temposu kişiyi Allah’a ulaştırmayı amaçlamaktadır. Bu süreç ve bu süreçte kazanılan nitelikler nefsin kazanmış olduğu kemalat göz önünde bulundurularak nefis merkezli bir mertebeleşme ile şu şekilde ifade edilir. Bunlar: nefs-i emmare, nefs-i levvame, nefs-i mülhime, nefs-i mutmainne, nefs-i raziyye, nefs-i marziye ve nefs-i kamile/safiye şeklinde yedi aşamadan oluşmaktadır.

Tasavvuf kültüründe nefsin mertebeleri etvar-ı seb’a olarak isimlendirilmektedir. Etvar hal, miktar, sınır ve hiza anlamına gelmektedir. İnsanın yaratılış süreci yahut sahip olduğu mertebeler anlamına gelen etvar ile sınır ve had anlamındaki “tavr” kelimesinin birleşiminden oluşan bir eğitimi ifade etmektedir.²⁷⁴

Sonuç olarak sülûk, nefsin kötü huylarını kontrol ve dönüştürme yolculuğudur. Bu yolculuk hem beden hem de ruhen yapılmaktadır. Nefsin terbiye etmek amacıyla sufi öncelikle bir takım maddi perhizler uygular. Böylece zihnin arınması ve marifetullahı ulaşabilmesi için bir aşama kat etmeye başlar. Bu mücadele hiçbir zaman bitmeyeceği için aslında salık, hayatı boyunca her anında bir ilerleme ve mücadele, kısaca süluk içerisinde.

3.1.1. Sülûk Mertebeleri

Sülûk, ilk dönem tasavvuf klasiklerinde dini hayatla ilgili tüm fiilleri içeren geniş bir anlamda kullanılırken, XII. yüzyıldan itibaren tarikatların ortaya çıkmasıyla birlikte daha çok "Hakka ulaşma yolunda belirli tasavvufi adab ve erkanın uygulanması" anlamını kazanmıştır.²⁷⁵ Sülûk, tarikatlarda tarikat prensiplerinin yerine getirilmesi neticesinde oluşan manevi yükselme/Allah’a doğru yürüme²⁷⁶ süreci olarak kullanılmaktadır. Manevi yükselme ile kastedilen nefsin eğitimidir. Bu konuda Sülemini, nefsin tabiatı hakkında kişide bulunan olumsuz tutum ve davranışların alt benliğin heva ve isteklerinden kaynaklandığını söylemektedir.²⁷⁷ Bu durum nefsin

²⁷⁴ Usta, *Tasavvuf Eğitiminde Etvar-ı Seb’a Metodu*, s.108.

²⁷⁵ Süleyman Uludağ, "Sülûk", TDV İslâm Ansiklopedisi, <https://islamansiklopedisi.org.tr/suluk--tasavvuf> (04.04.2023).

²⁷⁶ Reynold a. Nicholson, "Sülûk", İslam Ansiklopedisi, M.E.B., c.11, 1997, s.232.

²⁷⁷ İbrahim Işıtan, *Sufi Psikolojisi ve Sülemini’ye Göre Sufi Benlik Dönüşümü*, Divan Kitap, İstanbul 2014, s.202.

eğitilemeyeceği anlamına da gelmemektedir. Aksine bu eğitim bir müridin bağlı olduğu tarikatın kuralları doğrultusunda yaptığı bütün dini ritüellerin sonucunda nefsini dereceli bir şekilde arındırarak ilahi hakikatleri görmesine engel olan perdeleri kaldırabileceği bir yolculuğu ifade etmektedir. Başka bir ifadeyle sülûk, nefis ile mücadele ederek ona karşı galip gelmeyi ifade etmektedir. Dolayısıyla mutlak surette varılması gereken bir hedef kendini belli etmektedir.²⁷⁸ Sülûke dair bu tanımlar daha ziyade tasavvufun ilim olarak teşekkül ettiği zamanlara aittir. Zühd döneminde daha çok maddi anlamda bir yerden bir yere gitmekle ilgili olarak değerlendirilen bu kavram aynı zamanda kalbi temizlemek ve nefsi eğitmek gibi bir amacı da bulunmaktaydı.²⁷⁹ İstenilen hedefe ulaşabilmek için Tasavvuf ilminin ilk zamanlarında sufiler “sefer” ve “miraç” kavramlarıyla da ifade ettikleri bu yolculuk farklı tasnifler olmakla birlikte yaygın kabule göre “esfar-ı erbaa” olarak adlandırmaktadır. Ulaşılması istenilen hedef göz önünde bulundurulduğunda sufiler, bu yolculuğu “kalbin Hakk’a yönelmesi” olarak tanımlamakta ve esfar-ı erbaa kavramıyla yolculuğun kat edilen merhaleleri ifade ‘anillah’ olarak adlandırılır.²⁸⁰

Sayı bakımından farklılık olsa da her biri, kalben yapılan bu seyahatin aşamalarını ifade etmektedir. Allah’a ulaşmanın aşamaları olarak kabul edilmektedir.²⁸¹ Nitekim bu farklılıkların tasnifin doğal görünmesi tasavvuftaki genel kabule göre Hakk’a giden yolların mahlukatın nefesleri sayısındadır. Kişi bu yolculukla birlikte, yüzeysel ilimden derin ve üstün ilme, oradan da vacibü’l-vücuda ulaşır. Yaşanan bu durumun adı “fenafillah”tır.²⁸² Bu mertebede kulun nasıl olduğu nokta iradesinin rahmanın iradesinde fani olmasıdır. Bu durum nefse dair mertebelerin, mecazi aşkların sona ermesi ile kalbin Allah’tan başka her şeyden tümüyle arınması, başka bir ifadeyle vahdetin üstünü örten kesret örtüsünün kalkması anlamına gelir.²⁸³ Dolayısıyla Hakk’ın ilmiyle son bulacak bu yolculuğun temel gayesi, sufîyi nefsinin

²⁷⁸ Yılmaz, *Anahatlarıyla Tasavvuf ve Tarikatlar*, s.205.

²⁷⁹ Uyar, *Sufî Benliğin İnşasında Nefs*, s.149.

²⁸⁰ Süleyman Uludağ, "Sülûk", TDV İslâm Ansiklopedisi, <https://islamansiklopedisi.org.tr/suluk--tasavvuf> (04.04.2023). Manevi yolculuğun bir diğer tasnifi de: Allah’a (seyr illallah), Allah için (seyr lillah), Allah üzere (seyr alallah), Allah ile birlikte (seyr maallah), Allah’ta (seyr fillah), Allah’la (seyr billah), Allah’tan seyir (seyr anillah)’dir. Bkz. Usta, *Tasavvuf Eğitiminde Etvar-ı Seb’a Metodu*.

²⁸¹ Abdurrahman Cami, *Nefahatü’l-Üns Evliya Menkıbeleri*, haz. Süleyman Uludağ-Mustafa Kara, Marifet Yayınları, İstanbul 2005, s.68.

²⁸² Eraydın, *Tasavvuf ve Tarikatlar*, s.174.

²⁸³ İmam Rabbani, *Mekubbat-ı Rabbani*, çev. Talha Hakan Alp-Ömer Faruk Tokat-Ahmet Hamdi Yıldırım, Semerkand Yayınları, İstanbul 2011, s.327.

alışkanlıklarından kesmek ve O'ndan başka bir şeye bağlanmasından muhafaza etmektir.²⁸⁴

3.1.1.1. Seyr İlallah

Seyr illallah, Allah'a sülûk etmek olup kalbe, nefse, ruha, sırra ve Hakk'a ait bütün taayyünlerin kaldırılmasından ibarettir.²⁸⁵ Sûfî eğitiminin ilk mertebesi olarak kabul edilen bu seyr, 'nefs menzillerinden başlamakta, kalp makamının son, isim tecellileri makamının da başlangıç noktası'²⁸⁶ olarak tanımlanmaktadır. Bu mertebe sufînin Hakk'a yönelişi (teveccüh) olduğundan dolayı dünya malına ve eşyalara olan bağının kalpten kademe kademe azalması, nefsin arzularına boyun eğmemesi ve Allah'ın iradesine teslim olması şeklinde ifade edilir. Bu nedenle, nefisten hakiki varlık yönüne doğru yapılan yolculuğun ilk aşamasını temsil eder. Kendi varlığından, gerçek benliğine, yani ufk-ı mübine (uluhiyet makamına) doğru ilerleme anlamına gelir. Sufînin bu yolculuğunda amacın anlaşılabilmesinin ilk şartı salih ameller yapması ve bu yolda Hz. Peygamberin yoluna bağlı kalmasıdır. Bu mertebede sufînin her şeyden önce nefsiyle mücadele etmesi gerektiğine dair kendisinde bir bilincin ve verilmiş bir kararın olması gerektiği anlaşılmaktadır. Bu itibarla yolculuğun ilk adımı bir "fark edişi" gerektirir. Tasavvuf terminolojisinde bu durumu "yakaza" kavramıyla ifade etmek mümkündür. Yakaza, Arapça kökenli bir terim olup "uyanma" veya "uğraşma" anlamına gelir. Tasavvufî literatürde kullanılan bu terim, ruhsal uyanış, manevî çaba ve Allah'a yönelik gayretleri ifade etmek için kullanılır. Yakaza, tasavvuf yolunda ilerleyen kişinin nefis terbiyesi, ilahi aşkın peşinde koşma ve manevî gelişim yolculuğunu ifade eden bir kavramdır. Tasavvufî geleneğin bir parçası olarak, kişinin Allah'la birlikte olma arzusunu gerçekleştirmek için içsel çabayı ve uyanıklığı temsil eder. Dolayısıyla bu durum bir fark edişi ifade eder.²⁸⁷ Bu fark edişle beraber sufînin havf ve reca arasında olması beklenir.²⁸⁸ Havf ve reca, tasavvuf yolunda denge ve olgunluk sağlayan duygusal durumları ifade eder. İnsan, havf duygusuyla Allah'ın huzurunda alçalarak kendi eksikliklerini fark eder ve günahlardan kaçınma isteğiyle dolu olur. Aynı zamanda, reca duygusuyla Allah'ın rahmetine umut bağlar, sevgiyle,

²⁸⁴ Usta, *Tasavvuf Eğitiminde Etvar-ı Seb'a Metodu*, s. 55.

²⁸⁵ Zafer Erginli, *Metinlerle Tasavvuf Terimleri Sözlüğü*, Kalem Yayınevi, İstanbul 2006, s.943.

²⁸⁶ Uludağ, *Tasavvuf Terimleri Sözlüğü*, s.309.

²⁸⁷ Abdurrezzak Tek, *Tasavvufî Mertebeler- Hacı Abdullah el-Ensari el-Herevi Örneğinde*, Emin Yayınları, Bursa 2009, ss.47-51.

²⁸⁸ Alparslan Açıkgenç, "el-Esfârü'l-Erbâa", TDV İslâm Ansiklopedisi, <https://islamansiklopedisi.org.tr/el-esfarul-erbaa> (03.04.2023).

samimiyetle ve umutla O'na yönelir. Tasavvufi anlayışa göre, havf-reca dengesi, Allah'a olan derin bağlılığı, sorumluluk bilincini ve manevi gelişimi teşvik eder. İnsan hem Allah'ın cezalarından korunma arzusuyla hem de O'nun lütfuna güvenerek ilerler, bu duyguların dengeli bir şekilde bir arada olması hedeflenir.²⁸⁹

3.1.1.2. Seyr Fillah

“Allah'ta seyr” anlamına gelen bu kavram onun ahlakıyla ahlaklanmak ve sıfatlarını hissetmek sonucunda ulaşılan aşamadır.²⁹⁰ Bu mertebeye sefer-i sani (cem'), beka billah, vahdaniyet ve cezbe makamı da denilmektedir. Allah'ın sıfatlarıyla muttasıf, isimleriyle mütehakkık olmak, ufuk-ı ala'ya ulaşmak, seyrü fillah'ı tanımlamaktadır. Bu seferin nihayetinde, salike vücut-ı alemde perdelerin kalkıp, ilm-i ledünninin keşf olunduğu kaydedilmektedir. “Rabbim ilmimi artır!”²⁹¹ ayetinde belirtilen ilim bu düzeye işaret etmektedir. Bu aşamada kişi hakikat mertebesinde olduğu için bir nevi beşeri sıfatlardan arınmaktadır. “Sen çıkınca aradan, kalır seni Yaratan” sözündeki hakikat gerçekleşmiş olmaktadır.²⁹² Bu durumun sonucunda Salik kimseye hakikat aleminin perdeleri kalkar, ilmi ledün ve bazı sırların keşfine dair şahit olur.²⁹³ Burada aynu'l-cem makamına çıkan kişi, iç ve dış zıtların kayıtlarından kurtulur ve ‘Kabe Kavseyn’ menziline ulaşır. Bu noktada ikilik bitmiş, velayet kemaline varmıştır.²⁹⁴

Sûfinin bu mertebede zatın fenasını tahsil etmeyi hedeflemesi gerektiği ifade edilmektedir. Bu husus Hakk Teala'nın fiillerinin eseri hüviyetindeki eşyanın Hakk'ın fiillerinde, Hakk'ın fiillerinin O'nun sıfatlarında, O'nun sıfatlarının ise Hakk'ın zatında kaybolması, bir diğer ifade ile özdeş olması anlamına gelmektedir. Bu durum tasavvufi eğitimdeki sûfinin Allah'ta fani olması, zati açısından Hakk'ın şuhudunda bulunması ve O'nun zati tecellileri ile mütecelli olması²⁹⁵ anlamına gelmektedir.

3.1.1.3. Seyr Maallah

“Allah ile seyr” anlamına gelen bu mertebe “Nerede olursanız olun O sizinle beraberdir”²⁹⁶ ayeti dolayısıyla sufilerin katettiği manevi yolculuğun nihayetinde

²⁸⁹ Kuşeyri, *Risale*, ss.228-248.

²⁹⁰ Mahir İz, *Tasavvuf*, Kitabevi, İstanbul 1990, ss.182-183.

²⁹¹ Taha 20/114.

²⁹² Eraydın, *Tasavvuf ve Tarikatlar*, s.174.

²⁹³ Cebecioğlu, *Tasavvuf Terimleri ve Deyimleri Sözlüğü*, s.564.

²⁹⁴ Kadir Özköse, *Tasavvuf El Kitabı*, Grafiker Yayınları, Ankara 2014, ss.233-234.

²⁹⁵ Usta, *Tasavvuf Eğitiminde Etvar-ı Seb'a Metodu*, s.67.

²⁹⁶ Hadid 57/4

“ahadiyet”in idrak edildiği ve cem’ duygusunun hakim olduğu bir seyr makamıdır. Seyrin bu mertebesindeki salike ‘salik bi’l-mecmua’ adı verilir.²⁹⁷ Nitekim bu mertebenin sonunda zahir ve batın ikiliği ortadan kalkmaktadır.²⁹⁸ İkilikten kurtulan Salik, veliliğin sonuna ulaşmış olarak kabul edildiği için ahadiyet makamını elde eder.²⁹⁹ Hakk’ın huzurunda bulunmanın, sufiye bu mertebede iki önemli özellik kazandırdığı ifade edilmektedir. İlk olarak, sufinin yüce Allah’ın isim ve sıfatlarını gözlemlemesi nedeniyle "ihsan" yani yüce Allah’ı görüyormuş gibi O’na kulluk etme niteliğini elde etmesidir. İkincisi ise sufinin Allah’ın yanında olmasıyla, Hakk Teala’nın yakınlığına erişmesidir.³⁰⁰ Bu makam Hakk’tan tekrar halka dönmeyi ifade etmektedir. Başka bir ifadeyle bu duruma fena’dan sonra beka, cem’den sonra fark da denilmektedir.³⁰¹ Bu durumda Salik, birlik bilincine ulaşarak tevhidi yaşamakta ve eşyanın hakikatine vakıf olmaktadır.³⁰²

3.1.1.4. Seyr Anillah

“Allah’tan seyr”³⁰³ demek olan bu kavram, “telkin ba’de’l-temkin, beka ba’de’l-fena, sahv ba’de’s-sekr” şeklinde de isimlendirilmektedir. Bu mertebe, Hakk’tan halka terbiye ve irşad için dönüşü ifade etme mertebesi olup vahdetten kesrete doğru olmasıdır. Bu makam davet ve irşad makamını tahsil için olup insan-ı kamil ulaşan kimseler için bir vasıta olarak kabul edilmektedir. Yüce Allah’ın varlığı yine Allah ile unutmaya seviyesine gelme, kaybettiğini bulma, ayrı düştüğüne kavuşma ve manevi olarak Cüda’dakine yakın olduğunu hissetme şeklinde tanımlanması yapılmaktadır.³⁰⁴ Bu demek oluyor ki sûfi bu mertebede vahdette kesreti kesrette de vahdeti aynı anda müşahade etmektedir. Böylelikle tasavvuf eğitiminin temel gayesini içeren insan-ı kamil olabilmek bu mertebede nihayete ermektedir. Sözü edilen makamlardan ilk iki seyr ile velilik makamına, son ikisi ile şeyhlik makamına/yetkisine

²⁹⁷ Özköse, *Tasavvuf El Kitabı*, s.234.

²⁹⁸ Mehmet Ali Ayni, *Tasavvuf Tarihi*, der. Hüseyin Rahmi Yaranlı, Büyüyen Ay Yayınları, İstanbul 2017, s.233.

²⁹⁹ Süleyman Uludağ, *Tasavvuf İstılahları-Tasavvufi Hayat*, Dergah Yayınları, İstanbul 1996, s. 170.

³⁰⁰ Nakl. Mehmed Emin Tokadi, *Etvar-ı Makamat-ı Hazreti Ali*, vr. 32ab; (Usta, *Tasavvuf Eğitiminde Etvar-ı Seb’a Metodu*, s.63.)

³⁰¹ Özköse, *Tasavvuf El Kitabı*, s.234.

³⁰² Mustafa Atak, *Nefs Psikolojisi Kuram Uygulama*, Büyüyen Ay Yayınları, İstanbul 2021, s.128.

³⁰³ Uludağ, *Tasavvuf Terimleri Sözlüğü*, s.309.

³⁰⁴ İmam Rabbani, *Mektubat-ı Rabbani*, s.498.

kavuşulmaktadır.³⁰⁵ Hakk'tan halka yönelen kişi, irşad makamına yükselmekte ve kamil birey haline gelmektedir.³⁰⁶

Manevi arınma sürecine “fark ediş ya da yakaza” ile giren kişi, nefesine karşı vermiş olduğu mücadele sırasında çeşitli haller yaşamakta, bu haller zaman zaman manevi olarak sıkışma ve daralma şeklinde ifade edebileceğimiz zorluklar içermekle birlikte nihayetinde bireysel tekâmüle erişmektedir. Sufinin yaşamış olduğu bu dönüşüm bireysel tecrübeleri ve kazandığı kemalat esas alınarak bu manevi yolculuk farklı bir açıdan daha tasnif edilmektedir. Bu tasnifin adı “etvarı seba”dır. “Nefs mertebeleri” şeklinde ifade edebileceğimiz bu tasnif sufinin ulaştığı olgunluk aşamaları esas alınarak yapılır.

Seyr yoluna giren kişi nefesine karşı vermiş olduğu mücadeleye sırasında da farklı halleri yaşamaktadır. Sufinin bu süreci nefsin arınma durumuna göre farklı bir şekilde adlandırılır. Bu arınma 7 mertebeye ayrılmakta ve ‘nefs mertebeleri’ olarak isimlendirilmektedir. İlk sufiler bu şekilde bir mertebe tanımlarken daha sonraları bu durum etvar-ı seb’a ismiyle yedi mertebe olarak şekillenmiştir.³⁰⁷

3.1.2. Nefis ve Mertebeleri

“Ruh, can, hayat, hayatın ilkesi, nefes, varlık, zat, insan, kişi, heva ve heves, kan, beden, bedenden kaynaklanan süfli arzular”³⁰⁸ anlamına gelen nefis, tasavvufi bir terim olarak; insanda var olan kötü huylara kaynaklık eden arzular, güdüler, eğilimler, duygular bütünü³⁰⁹ ve insanın bizzat kendisi demektir.³¹⁰ Kelabazi’ye göre nefis, hareket, durgunluk ve arzuların kaynağı olan sıcak rüzgardır.³¹¹ Nefsi Kelabazi gibi değerlendiren Kuşeyri’ye göre nefis, bağımsız bir varlık ya da cismi ifade etmeyip kulun kötü fiil ve ahlakına³¹² karşılık gelen bir ifadedir. Kuşeyri buna hem ıstılahlar hem de “makamlar ve haller” bölümünde³¹³ yer vermektedir. Bununla beraber nefis

³⁰⁵ Mustafa Kara, *Metinlerle Osmanlılarda Tasavvuf ve Tarikatler*, Sır Yayınları, İstanbul 2004, ss.564-565.

³⁰⁶ Ayni, *Tasavvuf Tarihi*, s.233.

³⁰⁷ Süleyman Ateş, *İslam Tasavvufu*, Elif Yayıncılık, Ankara 1972, s.90.

³⁰⁸ Uludağ, "Nefis", TDV İslâm Ansiklopedisi, <https://islamansiklopedisi.org.tr/nefis#1> (17.04.2023).

³⁰⁹ Gazzali, *İhyaü Ulumu'd-Din*, c.3, s.10.

³¹⁰ Erginli, *Metinlerle Tasavvuf Terimleri Sözlüğü*, s.747.

³¹¹ Kelabazi, *Doğuş Devrinde Tasavvuf*, s.111.

³¹² Kuşeyri, *Risale*, s.222.

³¹³ Kuşeyri, *Risalesi*, s.222, 290-299.

kelimesinin farklı anlamları da bulunmaktadır.³¹⁴ Örneğin “Zatullah, ruh, beden, zat, cins...vb.”

Bununla beraber ilk sufilerden nefse maddi bir özellik yüklemeyen veya onu duyu organlarıyla algılanabileceğini düşünen kişiler de bulunmaktadır. Hatta nefsi çeşitli cismani ve maddi varlıklar olarak bizzat gördüklerini ve onunla mücadele ettiklerini söyleyen sufiler de bulunmaktadır. Nitekim bu durumu örneklendirmek gerekirse Ebu Abbas Şekkani ‘köpek’, Şeyh Ebu Kasım Gürgani ‘yılan’ olarak³¹⁵ gördüğünü söylemektedir.

Sûfî düşüncenin ürünü olan eserlere bakıldığı zaman nefsi kavramsal açıdan merkeze alan yaklaşımların yanında nefs kavramının hiç kullanılmadığı, ancak isim zikredilmeksizin nefsin konunun öznesi olarak merkezinde yer aldığı, başka bir ifadeyle meselenin özünün daima insanın nefsiyle olan mücadelesi şeklinde değerlendirildiği görülmektedir.³¹⁶ Söz gelimi Cüneyd-i Bağdadi’nin “sulhü olmayan bir savaştır”³¹⁷ şeklindeki bir tanımlaması ile Kuşeyri’nin “(çocuğu sütten keser gibi) nefsi alışkanlıklardan kesmek, her zaman isteğinin tersine sevk etmek”³¹⁸ ifadesi arasında anlam ve vurgu açısından hiçbir farkın bulunmadığı ve tasavvufun nihai amacını ortaya koyan önemli örneklerdendir.

Muhasibi nefsi insanda doğal olarak var olan bir potansiyel olarak kabul eder. Nefsin değiştirilmesinden ziyade ıslah edilerek kontrol altına alınması gerektiğini söyler.³¹⁹ Bunun sebebi Muhasibi’ye göre, nefs insanın bir iyilik istediğinde onu ters yöne çevirmeye çalışan, kötülüğe çağıran ve insanı sürekli arzulara yönlendiren, dünya işlerini hatırlatan bir unsurdur.³²⁰ Burada önemli olan nokta, nefsin doğrudan insan psikolojisine etki eden ve davranışlarını yönlendiren bir özellik olmasıdır.³²¹ Bu nedenle Muhasibi nefse soyut bir anlam yüklemekte ve onu anlamak için varlığa olan etkilerine bakılması gerektiğini ifade etmektedir.³²²

³¹⁴ Bkz. Mehmet Ali Ayni, “Nefs Kelimesinin Manaları”, *Darulfünun İlahiyat Fakültesi Mecmuası*, s.14, 1930, ss.46-52.

³¹⁵ Hucviri, *Keşfu’l-Mahcub*, s.269.

³¹⁶ Uyar, *Sufi Benliğin İnşasında Nefs*, s.50.

³¹⁷ Abdülvehhab eş-Şarani, *et-Tabakatü’l-Kübra*, thk. Ahmed Abdürrahim es-Sayih, Kahire 2005, s.155; Bkz. Uyar, *Sufi Benliğin İnşasında Nefs*, s.51.

³¹⁸ Kuşeyri, *Risale*, s.290.

³¹⁹ Muhasibi, *er-Riaye*, ss.127-128.

³²⁰ Muhasibi, *er-Riaye*, ss.261-262.

³²¹ Uyar, *Sufi Benliğin İnşasında Nefs*, s.69.

³²² Muhasibi, *er-Riaye*, s.115.

Anlaşılabacağı üzere Sufilere göre, insan nefisle sürekli bir mücadele içinde olmak zorundadır. Sufi düşüncesinin nihai hedefinin Allah'a ulaşmak olduğu kabulüyle beraber, bu hedefin önündeki en büyük engelin nefis olduğu genel bir kabuldür. Bu sebeple, bir sufünün tasavvuf yolunda attığı ilk adımdan son adıma kadar sürekli bir mücadele içinde olduğu bir düşmanı vardır.³²³ Tasavvuf düşüncesinin temelinde yatan bu gerçeklikten dolayı sufi, kendisini korumak için geliştirdiği uygulamalar - riyazetler- sayesinde bu düşmana karşı korunmayı amaçlamaktadır.

Bütün bunlardan hareketle sufilerin nefsi ontolojik olarak “kötü” bir varlık kategorisinde değerlendirdiklerini söylemek güçtür. Nefis ile “kötü” kelimesini bir arada kullanan sufiler bu sıfatı nefsin varoluşundan çok bi'l kuvve kötülük yapmaya meyilli olması durumunu kastederler. Dolayısıyla kötülük yapan bir nefis kötüdür, kötülüklerden alıkonulan nefis ise kötü olarak nitelenemez ve fakat potansiyel olarak kötülük yapmaya meyillidir. “Nefis kötülüğü emredicidir”³²⁴ ayeti ile kast edilen de tam olarak budur.

Bu itibarla denilebilir ki nefsin bir diğer özelliği onun eğitilebilir ve dizginlenebilir oluşudur.³²⁵ Zira iyi olmak kötü olmaktan farklıdır ve bir tercihi ifade eder. Bu tercihte nefse ve nefsin taleplerine karşı bir tutum sergilemek anlamına gelir. Dolayısıyla nefsin kötü oluşu nefsin doğal haline bırakılmasında iyiliği ise ona müdahale edilmesinde aranmalıdır.³²⁶

“İnsanın Tanrı'ya yakınlaşması düşüncesinin kabul edildiği bu anlayışta, insanın “kötü” yönleri dediğimiz hususlar bizatihi onun varlığının “kaim” unsurları değil bir değişim süreciyle giderilmesi gereken “arızı” unsurlar, olarak anlaşılmıştır.”³²⁷

Nefis hakkındaki tartışmaları sufiler iki grupta incelemişlerdir. Birinci grup, nefisle ilgili herhangi bir nazari tartışmadan kaçınarak onun kötülüğü ve tedip edilmesi üzerinde duran sufilerin görüşleridir. Bu kişiler; Muhasibi, Sehl bin Abdullah et-Tüsteri ve kısmen Hakim Tirmizi'dir. İkinci grup, nefis hakkında kısmen nazari diyebileceğimiz bir düşünce geliştirip bunu bilgi ve varlık anlayışlarının merkezine

³²³ Abdüllatif Kutsi, *Nefis Mertebeleri Kalp Ruh Sır ve Makamları*, terc. Abdurrezzak Tek, Ketebe Yayınları, İstanbul 2021.

³²⁴ Yusuf 12/53.

³²⁵ Dilan İstekli, *Sufilere ve Filozoflara Göre Nefsin Mahiyeti*, Uludağ Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Bursa 2022, ss.10-15.

³²⁶ Muhasibi, *er-Riaye*, ss.261-262

³²⁷ Başer, “Yükümlü Varlıktan Varlığın Gayesi olan İnsana: Tasavvufta İnsan Tanımlarının Dönüşümü Üzerine Bir Değerlendirme”, s.503.

yerleştiren sufilerdir ki bunlar da Ebu Said el-Harraz, Cüneyd-i Bağdadi ve Hallac-ı Mansur'dur. Serrac, Kelabazi, Kuşeyri ve Hücviiri gibi sünni tasavvufu savunan klasik yazarların fonksiyonu ise bu iki ana eğilimi telif etmelerinde ortaya çıkar. Bu yazarlar bu iki düşünce biçimini de koruyan bir yaklaşım içerisindeyler.³²⁸

Sufiler nefsi mahiyeti itibariyle de beş sınıfa ayırmaktadırlar: 1) Nefs-i cemadi: Maddi nefis, maddeyi birleştirir ve parçalanmasına engel olur. 2) Nefs-i nebati: Bitkisel nefis; üremeyi, gıdalanmayı, bedenin gelişmesini sağlar. 3) Nefs-i hayvani: Hayvani nefis, canlıların iradeli olarak hareket etmesini sağlar. 4) Nefs-i insani: İnsani nefis, insanda küllileri algılama ve akıl yürütmeyi sağlayan güçtür. 5. Nefs-i kudsi: Kutsal Nefs, insan için her şeye sahip olmasını sağlayan kuvvedir.³²⁹

Tasavvuf düşüncesinde, nefis mertebeleri ile ilgili ilk sınıflandırmayı Cüneyd-i Bağdâdî'nin yaptığı söylenir. Bağdâdî, nefis mertebelerini emmâre, akile, hassa, şakire ve mutmainne şeklinde beş kısma ayırmıştır. Hakîm Tirmizî, emmâre, levvâme, mülhime, mutmainne şeklinde dördü bir tasnife tabi tutarken, İmam-ı Gazâlî, İbn Atâullah İskenderî, Necmeddin-i Kübrâ ve Şihâbüddin Sühreverdî; emmâre, levvâme, mutmainne ayrımını benimsemiştir. Ancak sonraki dönemlerde nefsin yedili tasnifi daha çok kabul görmüştür.³³⁰

3.1.2.1. Nefs-i Emmare

“Nefis terbiyesiyle insanın amellerinin dünya hayatından kaynaklanan ‘bulanıklığı’ gidermeye çalışır. Bu sayede insan, alışkanlıklarının, ön yargılarının, bilgisizliğinin, içinde yetiştiği kültürün ve kalıplaşmış yaşam biçimlerinin etkisinden kurtularak eylemlerini durulaştırabilir. Başka bir deyişle insanın bedenini dolayısıyla duygu, düşünce ve davranışlarını ruhun emrine teslim etmesi, nefis terbiyesinin temelini teşkil eder.”³³¹ Nitekim terbiye edilmesi gereken nefsin ilk uzaklaştırılması gereken yakınlığı dünyaya karşıdır. Bu yakınlığı temsil eden ve dönüşümün/hareketliliğin ilk aşaması olarak ifade edilen nefse, nefis-i emmare denilmektedir.

³²⁸ Hacı Bayram Başer, *Şeriat ve Hakikat Tasavvufun Teşekkül Süreci*, Klasik Yayınları, İstanbul 2017, s.114.

³²⁹ Uludağ, *Tasavvuf Terimleri Sözlüğü*, s.275.

³³⁰ Ramazan Muslu, “*Seyr u Sülûk Metodları*” Tasavvuf El Kitabı, Grafiker Yayınları, Ankara 2012, s.340.

³³¹ Başer, *Şeriat ve Hakikat: Tasavvufun Teşekkül Süreci*, ss.236-244.

“Emredici Nefs”³³² anlamına gelmekte olan Nefs-i Emmare, kötülüğe³³³ ve şerre kişiyi yönlendiren, beden tabiatına meyleden, şehvetlerinin peşinde koşan bu nedenle de kalbi günaha meylettiren Nefs demektir.

Sufilere göre, emmare nefis, şehvetli arzulara ve şeytani hastalıklara dirençsiz bir şekilde teslim olursa, nefsin en alt seviyesi olan "Nefs-i Emmare" olarak adlandırılır.³³⁴ Çünkü nefis-i emmare, bedeni tabiata meyleder, lezzet ve şehvetleri emreder. Kalbi, şerrin sığınağı haline getirmekle beraber kötü ahlak ve davranışların kaynağı olan süfli yöne doğru meylettirir.³³⁵

Nefs-i Emmâre, bedeni şehvet ve lezzetlere yönlendiren bütün şerhlerin ve kötü ahlakın kaynağı olarak görülür. Bu irade ve gücü kötüye meyletmekten vazgeçirip bu arzularını dizginlemek için çaba sarf etmek gerekir ki tasavvuf terminolojisinde bu mücahedenin amacını emretmekle beraber, kalbi cihete çeken bütün şerhlerin ve kötü ahlakın kaynağı durumundadır. Bu gücün kötüye yönelişini durdurmak ve dinin emri altına sokmak için çaba harcamak gerekmektedir. Bu çaba mücahede olarak adlandırılır.³³⁶ Nitekim mücahedenin amacı, nefse her halükârda muhalefet etmektir. Çünkü nefis yaratıldığı andan itibaren kendini dünyevi ve duyusal yaşantı, alışkanlık ve zevklerin içinde bulur. Başka bir ifadeyle nefis-i emmare insanın hayatında yapıp ettiği eylemleri bu güdüyle gerçekleştirmektedir. Dolayısıyla emmare olan nefis, levvâme, mülhime, mutmainne, radiye, mardiyeye ve kamile mertebesinde bile potansiyel olarak canlılığını muhafaza etmektedir. Çünkü insanın yaratılışından getirdiği bu güdülerin varlığından ayrılması mümkün değildir. Bu bakımdan denilebilir ki emmare mertebesinde sonraki aşamalar nefis-i emmarenin kontrol ve denetim altında tutulabilmesindeki başarı oranı³³⁷ ile farklı şekillerde adlandırılır. Bu itibarla yok edilen bir nefisten ziyade kontrol altına alınan ve mücadele edilmesi

³³² Uludağ, “Nefs”, TDV İslâm Ansiklopedisi, <https://islamansiklopedisi.org.tr/nefis#1> (17.04.2023).

³³³ Yusuf 12/53.

³³⁴ Caner Bilgin, *Tasavvufi Tarikatlarda Seyr-ü Sülûk Adabı ve Tasavvufi Bir Kavram Olarak Nefs*, Dicle Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Diyarbakır 2020, s.40.

³³⁵ Erginli, *Metinlerle Tasavvuf Terimleri Sözlüğü*, 760.

³³⁶ Erginli, *Metinlerle Tasavvuf Terimleri Sözlüğü*, s.703.

³³⁷ Abdurrahman Kasaboğlu, “Yusuf ve Züleyha Açısından Kur’an da Nefs-i Emmare Kavramı Freud’un “İd” Kavramıyla Muhayese”, *Tasavvuf İlmi ve Akademik Araştırma Dergisi*, Ankara 2006, s.71.

gereken bir nefis söz konusudur. Bu aşamada istek ve öfke yetilerinin tatmin arayışı tüm davranışların asıl güdüleyicisidir.³³⁸

Tasavvuf terminolojisinde, kötülüğü emreden ve mertebelerin en aşağısını ifade eden nefis-i emmare insanın geçici dünya zevklerine dalmasıyla onu ilahi hakikatten uzaklaştıran bir engel olarak görülür.³³⁹ Nefis-i emmare sinsi bir nefistir; doğruyu yanlış, yanlış doğru olarak göstererek kalbi aldatır ve içinde bulunduğu gafletten uyandırmamak için uğraşır. Şehvet, Nefis-i emmareden kalbe nüfuz eden ilk ve en tehlikeli hastalıktır.³⁴⁰ Bu mertebede insan iyi ile kötü arasında tercih yapma³⁴¹ imkanına sahip ise de sorumluluktan kaçan bir benliğe sahiptir. Bu benlik Allah inancını olumsuz yönde etkileyen nefistir. Ayrıca bu nefiste cahillik, kabalık, buğz, kahr, küfür ve nifak vasıfları bulunmaktadır.³⁴² Nefis-i emmarenin genel karakterini Feridüddin Attar'ın şu şekilde tasvir etmektedir:

“Ömrünü mezar kazmakla geçirmiş yaşlı bir adama sorarlar ki ömrün boyunca hiç durmadan mezar kazdın. Bu durumda muhakkak bir şeye şahit oldun. Gördüklerinden bizlere de anlat. Yaşlı adam dedi ki: Gerçekten de acayibinize gidecek bir şey anlatayım, bu nefis yetmiş yıl beni mezar kazarken gördü ama kendisi bir türlü ölmedi ve Allah'ın emrini tutmadı.”³⁴³

Niyazi Mısri de³⁴⁴ “Adavet kılma kimseyle sana nefsin yeter düşman/Ki asla senden ayrılmaz ömür ahir olunca ta.”³⁴⁵ beytinde nefsi insanın varlığı ile kaim bir gerçekliği olduğunu ve insanın kemalinin nefis ile mücadelesi ve bu mücadelesindeki başarısı ile ölçülebileceğini ifade etmektedir.

Tasavvuf kültüründe nefsi ve tabiatını izah etmek üzere farklı tasniflerin yapıldığı görülmektedir. Söz gelimi Mevlana nefis-i emmareyi bir çok put doğuran bir anaya benzetir. Bu doğan putlar yılan, nefis-i emmare ise ejderhadır. Yılan hükmündeki

³³⁸ Ali Ayten-Sevde Düzgün, *Tasavvuf Psikolojisine Giriş Bireysel Arınma ve Güzel Ahlak*, Sufi Kitap, İstanbul 2017, s. 59.

³³⁹ Hucviri, *Keşfu'l-Mahcub* Hakikat Bilgisi, çev. Süleyman Uludağ, Dergah Yayınları, İstanbul 1996, s.309.

³⁴⁰ Ömer el-Fuadi, *Muslihu'-n-Nefs Nefsin Özellikleri*, sad. Ahmed Cahid Haksever, Hoşgörü Yayınları, İstanbul 2015, s.47.

³⁴¹ Merter, *Psikolojinin Üçüncü Boyutu Nefs Psikolojisi ve Rüyaların Dili*, ss.197-203.

³⁴² Ögke, *Kur'an'da Nefs Kavramı*, s.50; Bkz. Hatice Meryem Toksöz, *Kutu'l Kulub'da Nefs ve Tekamülü*, Ankara Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Ankara 2007, ss.32-40.

³⁴³ Feridüddin Attar, *Mantiku't-Tayr*, terc. Ahmet Metin Şahin, Şule Yayınları, İstanbul 2016, s.180.

³⁴⁴ İbn Cerir et-Taberi, *Cami'u'l-Beyan an Te'vili Ayi'l-Kur'an*, Mısır, 1968, 13/1; bkz. Hasan Bulut, “Tasavvufi Bir Bakış Açısıyla Nefs”, *Mesned İlahiyat Fakültesi Dergisi*, 11/1, Haziran 2020, s. 172.

³⁴⁵ Niyazi Mısri, *Niyazi Mısri Divanı*, haz. Kenan Erdoğan, Akçağ Yayınları, Ankara 1998, s.14.

nefs-i emmarenin hazlarına mukabele edip onları terk etmek kolay olabilir fakat ejderha hükmündeki nefs-i emmareyi mağlup etmek oldukça güçtür.³⁴⁶

Köstendilli Ali el-Halveti nefsi emaredeki ilim için kişi kitap okumakla ve ilim öğrenmekle cehl-i basitten cehl-i mürekkebe intikal eder ve bu mertebede olduğu sürece şeytanlaşır şeklinde ifadelendirmektedir.³⁴⁷ Nitekim Ona göre nefs-i emmare makamındaki bir kimsenin organlarından sadır olan her bir şey nefsin sıfatıdır.³⁴⁸

Sûfî, Allah'ın sevgisini ve onunla irtibatını kaybetmekten korkması, o kişiyi manevi tekamül için motive edici bir durumdur. Bunun içindir ki kusurlara rağmen kişi Allah'tan uzak uzak düşebileceği korkusu ve ilerleme katedilebilecek ümidi arasında bulunmak durumundadır.³⁴⁹ Bu durum sufinin nefsine karşı daha temkinli davranması sonucunu doğuracağından nefsiyle mücadele de bir merhaleyi katetmiş olacağı anlamına gelmektedir ki bu aşamada nefsin “levvame” sıfatından bahsedilebilir.

3.1.2.2. Nefs-i Levvame

İkinci mertebe olan nefs-i levvâme, kendini “kınayan nefis”³⁵⁰ anlamına gelmektedir. İstilahî anlamda ise kalbin bir parçasının nurlanması ve o nurlanma ölçüsünde de nefsin uyanması halidir.³⁵¹ İnsanlarda farkındalık oluşturan bu nefis bir parça uyandığı için günahları işlemek istemez. Çünkü nefs-i levvamenin ilk şart kişinin kendisini sorgulaması ve hata yaptığını kabul etmesidir. Nefs-i levvame kendini hesaba çekerek olumsuz tutum ve davranışlardan kurtulmak için çabalamaktadır.³⁵² Bu aşamada nefis, gaflet uykusundan uyanacak kadar kalbin nuruyla nurlanmıştır.³⁵³

Nefs-i levvame “kendisini kınayan nefse yemin ederim.”³⁵⁴ ayeti dolayısıyla masiyetten yüz çevirip muhalefeti terk etmeyi temsil eder. Yaptığı kötülüklerden dolayı sûfî kendisini yerer. Bu nedenle de kendisini “çokça yeren (levvame)” nefis diye

³⁴⁶ Ahmet Avni Konuk, *Mesnevi Şerhi*, çev. Selçuk Eraydın-Mustafa Tahralı, Kitabevi Yayınları, İstanbul 2012, c.1, s.269.

³⁴⁷ Köstendilli Ali el-Halveti, *Telvihât-ı Sübhaniyye ve Mülhemat-ı Rahmaniyye Bir Osmanlı Şeyhinin Dilinden Tasavvuf*, hzl. Semih Ceyhan, Dergah Yayınları, İstanbul 2016, s.129.

³⁴⁸ Köstendilli, *Telvihât-ı Sübhaniyye ve Mülhemat-ı Rahmaniyye Bir Osmanlı Şeyhinin Dilinden Tasavvuf*, s.78.

³⁴⁹ Frager, *Kalp, Nefs ve Ruh*, s.32.

³⁵⁰ İsfehani, *Müfredat*, s.896; Erginli, *Metinlerle Tasavvuf Terimleri Sözlüğü*, s.760.

³⁵¹ Kotku, *Nefsin Terbiyesi*, s.474.

³⁵² Ayten-Sevde Düzgüner, *Tasavvuf Psikolojisine Giriş*, s.62.

³⁵³ Erginli, *Metinlerle Tasavvuf Terimleri Sözlüğü*, s.760.

³⁵⁴ Kıyame 75/2.

isimlendirilmiştir.³⁵⁵ Nefsin kendisini yermesi esasen manevi arınmanın ilk adımı olarak kabul edilir. Bununla birlikte tam anlamıyla nefsin olgunlaşmasından bahsedilemeyeceği için zaman zaman kötülük yaptığı da olur. Ancak kendisini yaptıklarından dolayı ayıplar, pişmanlık duyar ve işlediği günahlar için hesap verir. Bu aşamada nefis, işlediği günahlardan dolayı pişmanlık duyan ve zamanında tevbe eden bir durumdadır. Nefs-i Emmare sıfatları, levvame nefiste de görülür, ancak buradaki fark, levvame mertebesindekilerin halinin farkında olmalarıdır. Bazen ilahi güçleri hisseder ve yüce Allah'a sığınarak ibadet eder, böylece doğru yolu bulur. Bazen ise bu mertebede olan kişi, emmare nefsin etkisi altında kalarak isyan eder ve kendini günaha bulaştırır. Sonunda tekrar pişmanlık duyarak tevbe eder.³⁵⁶

Nefs-i Levvâmenin tam olarak nasıl anlaşılması gerektiği hakkında büyük âlimler tarafından farklı yaklaşımlar bulunmaktadır. Said İbn Cübeyr, İkrime ve Abdullah İbn Abbas gibi büyük âlimler arasında, Nefs-i Levvamenin yapılan bütün davranışlarda kendisini kınayan ve değerlendiren bir nefis olduğu konusunda ortak bir karara varılmıştır. İbn Abbas, kınamayı kesin bir şekilde kabul etmiş ve levvame nefsi, kendini yaptıklarından dolayı kınayan bir nefis olarak adlandırmıştır. Bu bağlamda levvame nefis, her yönüyle ele alınır. İşlediği kötülüğün sonucunda kendisine zarar vereceğini ve yaptığı davranışın nedenini pişmanlıkla düşüneceğini ifade eder. Aynı şekilde, yaptığı iyiliğin az olduğu için onun da pişmanlığını dile getirir.

Sühreverdi'ye göre nefis, yaratılıştaki köklerden gelen vasıflardan sıyrıldığı ve tabii karakterinden kurtulduğu zaman, itmi'nan makamına doğru yönelmeye başlayan nefsin adı levvamedir. Bu aşamada nefis kendisini kınayarak kendinde var olan kötülüğü yok etmeye meyleder.³⁵⁷ Sülemiye göre nefis-i levvame yaptığı iyilik ve işlediği kötülük noktasında kendisini sürekli kınayan, rahatta da sıkıntıda da sabretmesini bilmeyen, yaptıklarına hep pişman olup kendini hep kötüleyen nefstir.³⁵⁸

Kişinin yaşamış olduğu pişmanlık kendisine varoluşsal sorular sormasına ve bununla ilgili belli bir farkındalığın canlanmasına yol açar. Kim olduğu, nereden gelip nereye gittiği ve niçin yaşadığına dair sorular sorma cesaretini gösteren birey, doğal

³⁵⁵ Özköse, *Tasavvuf*, s.347-348.

³⁵⁶ Bilgin, *Tasavvufi Tarikatlarda Seyr-ü Sülûk Adabı ve Tasavvufi Bir Kavram Olarak Nefs*, s.45.

³⁵⁷ Şihabüddin Ebu Hafs Ömer Sühreverdi, *Avârifü'l-Mearif Tasavvufun Esasları*, terc. Hasan Kamil Yılmaz-İrfan Gündüz, Vefa Yayıncılık, İstanbul 1990, s.567.

³⁵⁸ Ebu Abdurrahman es-Sülemi, *Ruhun Hastalıkları ve Çareleri*, çev. Cemal Aydın, Sufi Kitap, İstanbul 2019, s.15.

olarak hayatını gözden geçiriyor demektir. O zamana kadar yaptıklarını, ulaşmak istediği hedeflerini ve ömrünü ne için harcadığını sorgular. Psikolojik anlamda çok zorlu bir süreç olan bu dönem, yapılan hataların yanı sıra az da olsa güzellikleri de hatırlatır.³⁵⁹ Buradaki amaç, öncesinde yapılan hataları terk ederek, sonrasında bunları yapmamak adına nefsi terbiye etmektir. Nitekim bu durum kolay olmamakta ve davranışsal olarak gel-gitler yaşanmaktadır. Sühreverdi bu konuda: “nefs, levvame sıfatında olduğu sürece bazen üstün gelip dediklerini yaptırır, bazen de mağlup olup sahibine söz geçiremez. Buna göre Kabz ve Bast halleri, bu makamda yer almaktadır.”³⁶⁰

Nefs-i emmare’de yaşanan temel varoluş kaygısı, nefs-i levvameye doğru yükselişle; tevekkül, tefviz, sika ve teslimiyet hallerinin devreye girmesiyle temel bir güven ve ümit haline dönüşmektedir.³⁶¹ Nitekim bu mertebenin sıfatları “kendini yerme, kendini beğenme, mahlukattan yüz çevirme, gizli riya, şöhreti ve baş olmayı sevme”dir.³⁶² Levvame nefiste hayvani sıfatlar tamamen kaybolmakla, emmareden nispeten kopmakla ve kalp güzel sıfatlarla sıfatlanmaya başlamaktadır.³⁶³ Bu kemal mertebesine yükselen nefis, mülhime makamı intikal eder.

3.1.2.3. Nefs-i Mülhime

Nefs-i Mülhime, sırlar alanı ve keşiflere şahit olunan nefistir.³⁶⁴ Bu nefse Allah hayrı ilham ettiği için mezkur isim verilmiştir.³⁶⁵ Bu makamın seyri Allah’a (‘alellah) olup, varidi marifet, alemleri ervah, mahalli ruh, hali aşk ve nuru kırmızıdır. Sıfatları ise cömertlik, kanaat, ilim, tevazu, sabır, yumuşaklık, eziyetlere tahammül, insanları af ve onların özürlerini kabul etmektir.³⁶⁶ Burada sûfî, ahlaki erdemlerle bezenmiş olan nefis ile Allah aşkını ve ibadetlerini salt görev bilincinin ötesine geçerek zevkine vararak yerine getirir.³⁶⁷ Sufinin vicdanının sesini duymasına vesile olan nefstir. Sır, yüce Allah tarafından kalbe giren manevi hakikati artık bizzat hissetmeye başlar.³⁶⁸

³⁵⁹ Ayten- Sevdü Düzgüner, *Tasavvuf Psikolojisine Giriş*, s.64.

³⁶⁰ Sühreverdi, *Avarifü'l-Mearif*, s.644.

³⁶¹ Atak, *Nefs Psikolojisi Kuram Uygulama*, s.139.

³⁶² *Atvar-ı Seb’â*, Anonim, İstanbul Süleymaniye Küt. İbrahim ef. Nr.:461/1, Vr.:9a; (Naklen Özköse, *Tasavvuf*, s.348).

³⁶³ Özköse, *Tasavvuf*, s.350.

³⁶⁴ Uludağ, *Tasavvuf Terimleri Sözlüğü*, s.137.

³⁶⁵ Erginli, *Metinlerle Tasavvuf Terimleri Sözlüğü*, s.765.

³⁶⁶ Erzurumlu İbrahim Hakkı, *Marifetname*, Merve Yayınları, İstanbul 2014, s.591.

³⁶⁷ Ayten- Sevdü Düzgüner, *Tasavvuf Psikolojisine Giriş*, s.69.

³⁶⁸ Frager, *Kalp Nefs ve Ruh*, s. 218.

Bu nefis mertebesi kalp nuruyla tamamen aydınlanmış, kötü sıfatlardan kurtulmuş, iyiyi kötüden ayıran irade bu mertebede olup iyileşmenin yaşandığı makamdır. Nefs-i mülheme yaptığı fiillerdeki günahını ve sevabını yüce Allah'ın yardımıyla³⁶⁹ hisseder. Bu noktada, nefis Rabbinden başka tüm varlıklardan uzaklaşır. Dolayısıyla nefsin öfke ve şehvetlerine üstünlük sağlayan, dünya nimetlerinden içine dönen, güzelliklerde Rabbini arayan, ilahi alemin gönül kapılarını açan, kendi nefsinin farkında olan ve bunun sonucunda Rabbine erişen bir nefis ortaya çıkar.³⁷⁰ Nefs-i Mülheme ise kişinin aşk halinde olmasıdır. Haktan gelen her türlü bilimle memnun olan, yetenekli, mütevazı, sabır ve dayanma gücü yükselmiş durumdadır. Bu mertebedeki kişilerde, dünyadan Hakk'a doğru bir yöneliş gözlemlenir.³⁷¹ Dolayısıyla bu yöneliş kişiyi olumlu davranışlara sevk ettirmektedir. Kişiyi bütün canlılara karşı olumlu davranışa meylettiren özellik ise vicdandır. Çünkü 'vicdan, insanda var olan ve onun iradi fiillerini ahlak ölçülerine göre denetleyen, iyilik anında sevinç, kötülük yapmaktan ıstırap duyan ahlaki bir melekedir.'³⁷² Mülheme nefsinin sıfatları her kimde cem olmuş ise Allah o kulu "ilham"³⁷³ ile mükâfatlandırır. Yani neyin iyi neyin de kötü olduğunu kullarına ilham ile bildirir. Yüce Allah, nefs-i mülheme mertebesine erişenlere ilim ihsan etmiştir. Nefs-i mülheme sahipleri, doğruluk ve ilim sahibi olan kişilerdir. İyilikleri, ibadet ve dualarında içtenlik, samimiyet, sevgi ve bağlılığın tam olarak ortaya çıktığı görülmektedir. Nefs-i mülheme mertebesi bazen insanların hata yaptığı ve yanlışlığı bir nokta olarak da değerlendirilebilir.

Başka bir ifadeyle bu makam aşılması zor ve tehlikeli bir yoldur.³⁷⁴ Şer ile hayır, yarar ile zarar, gerçek ile bâtil bir arada bulunduğu için fark edilemez. Burada Allah'ın yardımı söz konusudur. Dolayısıyla bu makâm, olayları birbirinden ayırt etme olarak bilinir.³⁷⁵ Nitekim burada davranışlar tam olarak kişide yerleşmediği için hata yapma durumunda levvame nefse geri dönüş söz konusudur. Bu makamın tehlikesini şu şekilde ifade edilmiştir: "Nefs hiçbir istasyonda ilham istasyonunda olduğu kadar aciz

³⁶⁹ Şems/7-8. "Nefse ve onu düzenleyene, sonra da ona bozukluğunu ve korumasını ilham edene andolsun."

³⁷⁰ Mahmut Çamdibi, *Şahsiyet Terbiyesi ve Gazali*, Marmara Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Vakfı Yayınları, İstanbul 1994, s.154.

³⁷¹ Cebecioğlu, *Tasavvuf Terimleri ve Deyimleri Tasavvufu*, s.475.

³⁷² Osman Demir, "Vicdan", TDV İslâm Ansiklopedisi, <https://islamansiklopedisi.org.tr/vicdan> (01.05.2023)

³⁷³ Yusuf Şevki Yavuz, "İlham", TDV İslâm Ansiklopedisi, <https://islamansiklopedisi.org.tr/ilham#1> (30.04.2023); Erginli, *Metinlerle Tasavvuf Terimleri Sözlüğü*, s.s. 427-429.

³⁷⁴ Ögke, *Kur'an'da Nefs Kavramı*, s.56.

³⁷⁵ Erzurumlu, *Marifetname*, s.333.

ve tehlike içinde değildir. Çünkü henüz benlikten tamamen kurtulma tecrübesini yaşamamıştır.”³⁷⁶

Sufinin geri dönüşüne sebep olarak karşılaşılabileceği bir imtihan alanı keramettir.³⁷⁷ Zira bu mertebede keramete karşı büyük bir ilgi duyulmaktadır. Bu mertebede sufinin karşılaşılabileceği olağanüstü haller kendisinin kemale erdiği ve sülûkunu tamamladığı şeklinde bir yanılgıya sürükleyebilir. Bu durumda sözü edilen olağanüstülüklerin yüksek makamlara ulaştığı vehmiyle aslında nefsinin bir hilesi olduğunu gözden kaçırabilir. Bu yanlış onu levvame mertebesine düşürebilirken karşılaştığı olağanüstülüklerin bir imtihan vesilesi olduğunu görerek itibar etmemesi ve istikametini bozmaması durumunda salık bir üst mertebeye yükselir.

3.1.2.4. Nefs-i Mutmainne

Nefs-i mutmainne, ilk kemal derecelerindendir.³⁷⁸ İtminana ve huzura eren nefis³⁷⁹ anlamına gelen nefis-i mutmainne, her türlü şüphe ve hastalıktan kurtulmuş kalbi temsil etmektedir.³⁸⁰ Nefs-i mutmainne, Allah'ın kendisinin Rabbi olduğuna katiyetle inanan, Allah'ın vaat ettiklerine yürekten bağlanan, Allah'ın kelamını bütünüyle tasdik eden ve O'ndan gelenlere sabreden nefistir.³⁸¹ Başka bir ifadeyle nefis, tüm inanç esaslarına inanıp bunların gereğini hakkıyla yerine getiren, Allah ile manevi iletişim kurabilen ve huzura kavuşandır³⁸². Bu mertebeye erişen nefis, İslam'ın emir ve yasaklarına tam anlamıyla uyan, imanın temel prensiplerine teslim olan ve bu konuda hiçbir şüphe veya tereddüt barındırmayan bir nefistir. Sonuç olarak, bu nefis yüce Yaratıcı ile ilahi bir bağa sahiptir ve bu bağın eşsiz tatlarını deneyimler. Dilimizde "huzura eren nefis" şeklinde ifade edilmektedir.³⁸³ Nefs-i mutmainnenin makamı sır, seyr Allah ile beraber (ma'allah), alemleri Hakikat-i Muhammediye, varid hakikattir.

³⁷⁶ Frager, *Kalp Nefs ve Ruh*, s.92.

³⁷⁷ Süleyman Uludağ, "Keramet", TDV İslâm Ansiklopedisi, <https://islamansiklopedisi.org.tr/keramet#1> (30.04.2023).

³⁷⁸ Erginli, *Metinlerle Tasavvuf Terimleri Sözlüğü*, s.767.

³⁷⁹ Fecr 89/27-30.

³⁸⁰ İbn Kayyim el-Cevziyye, *Medaricu's Salikin*, İnsan Yayınları, İstanbul 2017, s.402.

³⁸¹ Süleymî, *Ruhun Hastalıkları ve Çareleri*, s.15.

³⁸² Hasan Bulut, "Tasavvufi Bir Bakış Açısıyla Nefs", *Mesned İlahiyat Araştırmaları Dergisi*, c.11, s. Bahar 2020, s.172.

³⁸³ Bilgin, *Tasavvufi Tarikatlarda Seyr-ü Sülûk Adabı ve Tasavvufi Bir Kavram Olarak Nefs*, s.s. 49-50.

Serrac'a göre mutmainlik, akli tam, imanı güçlü, bilgisi sağlam, zikri saf ve hakikati sabit olan kulun halidir.³⁸⁴ Nefs-i mutmainne 'ye bu adın verilmesinin sebebi, sufinin sükuna ermesi ve Hakk ile huzura kavuşması dolayısıyladır. Bu durum kötü fiiller ve kötü hatırlarla ilgiyi tamamen kestiği zaman meydana gelir. Nitekim kötü hatırlar ondan tamamen yok olmadıkça mutmainne olmaz.³⁸⁵ Bu mertebeye gelen kişide bulunan özellikler: cömertlik, tevekkül, tezellül (kendini küçük görme), gam, ibadet, şükür, rıza ve ihsandır. Nefs-i mutmainne de fena-yı sıfat gerçekleştirir ve Cenab-ı Hak ile kul arasındaki perdeler kalkar. Bu aşamada salık yine kendisinin tam olgunluğa erdiğini ve en üst makama ulaştığını zanneder ise kendisi için bir geri dönüş söz konusu olacaktır.

Mutmainne olan kalp, her türlü şüpheden uzak, Allah'a doğru ilerleyen bir nefis sahibinin tamamen güvende olduğu ve gerçek bir imana sahip olduğu bir mertebedir. Bu mertebede tam bir teslimiyet ve razı olma hali vardır. Bu durumdaki kişilerin kalpleri her an huzur ve şükür içindedir. Kişi, tanık olduğu kusurları görmezden gelerek onları örter ve kendisine yapılan hataları bağışlar. Bu aşamaya gelmiş olan kişi, geçmişte kendi yapmış olduğu hataları da düşünerek tevbe etmiş ve bu tevbesinin de ardında durmuştur. Devamında hatalarının yerine hayırlı ameller yapma azmini göstermiş ve böylece kalbine de huzur intikal etmiştir.³⁸⁶ Dolayısıyla bu nefis mertebesinde bulunan kişi dinin gerektirdiği emirlerden hiçbir şekilde sapmadan, Hz. Peygamberin ahlakını örnek olarak alır ve yaşar.³⁸⁷

Denilebilir ki nefsi mutmainne düzeyine ulaşmak; içsel çatışmalardan, dünyevi bağılıklardan ve her şeye sahip olma isteğinden kurtularak yaşamın ve varoluşun görünmez gerçek ritmine yaklaşmak anlamına gelmektedir.³⁸⁸ Bu makama ulaşan sûfi, Allah'tan gelen her türlü duruma karşı memnuniyet içerisinde. Nitekim bu memnuniyetin ve manevi dinginliğin kökeni Allah'a duyulan sevgiden kaynaklanmaktadır.

Mutmain olan nefis için artık hiçbir şekilde mevcudattan eser kalmamıştır. Başka bir ifadeyle Hakk'tan başka her ne varsa fani olmuştur. Dolayısıyla bu aşamada Yüce

³⁸⁴ Serrac, *el-Lüma'*, ss.65-66.

³⁸⁵ Ögke, *Kur'an'da Nefs Kavramı*, s. 58.

³⁸⁶ Gazzali, *İhya-u Ulumu'd-Din*, c.4, s.78.

³⁸⁷ Ayten- Sevd Düzgüner, *Tasavvuf Psikolojisine Giriş*, s.75.

³⁸⁸ Kemal Sayar, "Geçmişin Bilgeliği Bugünün Psikoterapileriyle Buluşabilir mi?", Ed. Kemal Sayar, Timaş Yayınları, İstanbul 2008, s.s. 34-35.

Allah, insanın gören gözü, tutan eli, işiten kulağı olur.³⁸⁹ Bu mertebeden sonra saik Hakk'tan gelen her şeye razı olma konumundadır.

3.1.2.5. Nefs-i Radiyye

Nefs-i Radiyye Arapça razı olan, hoşnut kalan, rıza makamına ulaşan³⁹⁰ anlamına gelmekle beraber yalnızca yüce Allah adına ibâdet ve zikir ile meşgul olup şikâyet etmeyi terk etmektir.³⁹¹ Yaşanılan her türlü durumları kabul eden -lütfun da hoş kahrın da hoş-³⁹² anlayışına ulaşılan nefstir. Sufiler bu mertebede sırru's-sırr ile "Hakk'ın kuldan teferrüt ettiği şey" olarak tarif edilmiştir. Başka bir ifadeyle sırru's-sırr kulun Hakk'tan başka hiçbir şey ile muttali olmaması halidir.³⁹³ Bu durum devamında kişinin nefsi ve insani arzularından tamamen kurtulmasını amaçlar. Salikin dünya ki tek gayesi yüce Allah'ın ona karşı sevgi ve rızasını kazanmaktır.³⁹⁴ Kendi iradesini Hakk'ın iradesinde yok etmenin neticesinde meydana gelen tevekkül anlayışıyla Allah'ın Cemal ve Celal tecellilerine karşı gösterilen rıza halinin yaşandığı makamdır.

Herevi'ye göre rızanın üç farklı mertebesi bulunmaktadır. İlk olarak, "avamın rızası" olarak adlandırılan mertebe, kişinin Allah'a razı olması ve sadece O'na ibadet etmeyi hoş görmesini ifade eder. İkinci mertebe ise, kulun Allah'ın kaderine ve takdirine razı olmasıdır. Bu durumda kişi, tüm durumların eşit olduğunu kabul eder, insanlarla olan düşmanlığını bırakır ve isteklerinden vazgeçer. Üçüncü mertebe ise, kulun Allah'ın rızasını kazanmaya razı olmasıdır. Bu da kişinin Allah'ın hükmü karşısında hoşnut olma ve hoşnut olmama gibi seçimlerden vazgeçmesini ifade eder.³⁹⁵

Nefs-i radiyye mertebesinin makamı hafidir. Başlıca özellikleri; keramet, zühd, ihlas, riyazet, zikir ve vefadır. Bu mertebede salikin Seyri fillah (Allah'ta)tır. Bu mertebeye erişen salik olup alemleri lahutur³⁹⁶ Allah nezdinde saygın ve değerlidir.³⁹⁷ Nefs yaradılıştan gelen vasıflardan sıyrılmış, makamı fenaya varmıştır.³⁹⁸ varmıştır.

³⁸⁹ Ögke, *Kur'an'da Nefs Kavramı*, s. 62.

³⁹⁰ Kelabazi, *Taarruf*, s. 101.

³⁹¹ Cebecioğlu, *Tasavvuf Terimleri ve Deyimleri Sözlüğü*, s.475.

³⁹² Mustafa Tatcı, *Yunus Emre Divanı*, Akçağ Yayınları Ankara 1998, s.386.

³⁹³ Kuşeyri, *Risale*, s.88.

³⁹⁴ Fecr 89/28.

³⁹⁵ Bkz. Herevi, *Menazilu's-Sairin Tasavvufi Mertebeler*, s.99.

³⁹⁶ Ögke, *Kur'an'da Nefs Kavramı*, s. 63.

³⁹⁷ İsmail Hakkı Bursevi, *Tefsiru Ruhü'l-Beyan*, s.432.

³⁹⁸ Mustafa Kara, "Fena", TDV İslâm Ansiklopedisi, <https://islamansiklopedisi.org.tr/fena> (01.05.2023).

Buradaki fena diğer mertebelerdekilerden farklılık göstermektedir. Burada fena üçüncü aşamadaki fena olup “fena fi’ş-şuhud” olarak adlandırılmakta ve sonsuzluğu isteyen salikin vardığı bir haldir.³⁹⁹

Radiyye mertebesi makam-ı cem⁴⁰⁰ olarak da isimlendirilir. Cem’ tasavvufi anlamda sufinin Hakk’ın varlığı huzurunda kendi varlığına dair şuurunu ve eşyaya dair bilincini yitirmesidir.⁴⁰¹ Tasavvufi eğitim açısından, "cem" ve "tefrika" sufinin sahip olması gereken iki önemli hal olarak değerlendirilmiştir. Bu iki halin herhangi birinin eksikliği, tasavvuf eğitimi açısından bir eksiklik yaratmaktadır.⁴⁰² Kuşeyri cem’ haline sahip olmayan kimsede marifetin bulunamayacağını, tefrika haline sahip olmayan kimsenin ise kulluk yapamayacağını belirtmektedir.⁴⁰³ Bu konuda Sühreverdi’de Kuşeyri gibi düşünmekte ve şu şekilde ifade etmektedir: “Tefrikası olmayan cem’ zındıklık, cem’i olmayan tefrika ise ta’dildir.”⁴⁰⁴

Salikin bu makama ulaşabilmesi için ulaşabilmesi için dünyevi lezzetlerinden, nefsinin hırslarından, beşeri sıfatlarından sıyrılması ve beka mertebesine ulaşması gerekir. Böylece nefis, kendi iradesinden vazgeçip Hakk’ın iradesine tabi olur. Nihayetinde bu kişi emredilene istisnasız olarak uyar. Bu mertebenin nihayetinde Hakka’l- yakin⁴⁰⁵ derecesine varılır. Burada salik yalnızca ilim yönünden değil hal ve müşahede yönünden de Hakk’ta fani ve Hakk ile baki olur. Bu sıfatlara bürünen salik bir üst mertebeye geçebilir.

3.1.2.6. Nefs-i Merziyye

Kendinden hoşnut olunan, nefsin bütün isteklerinden vazgeçerek⁴⁰⁶ ondan razı gelinen yüksek bir mertebedir.⁴⁰⁷ Ayrıca bu mertebe kalpteki huzurun en son basamağıdır ve nefsin Hakk’tan razı olmasının yanında Allah Teâlâ’nın da ondan razı olmasıdır. Başka bir ifadeyle Rabbani varidatın galebe gelmesi neticesi Hakk ile ruh arasında Hakk’ın tecellilerinin kula ulaşmasını mümkün kılacak şekilde bir rıza oluşur.

³⁹⁹ Erzurumlu, *Marifetname*, s.590.

⁴⁰⁰ Hasan Kâmil Yılmaz, "Cem", TDV İslâm Ansiklopedisi, <https://islamansiklopedisi.org.tr/cem--tasavvuf> (04.05.2023).

⁴⁰¹ Herevi, *Menazilü’s-Sairin*, s.146.

⁴⁰² Usta, *Tasavvuf Eğitiminde Etvar-ı Seb’a Metodu*, s. 161.

⁴⁰³ Kuşeyri, *Risale*, s. 65.

⁴⁰⁴ Abdurrezzak Kaşani, *Mu’cemu Istılahatı’s-Sufiyye*, thk., Abdülal Şahin, Daru’l-Menar, Kahire 1992, s. 67; (nkl Usta, *Tasavvuf Eğitiminde Etvar-ı Seb’a*, s.161.)

⁴⁰⁵ Uludağ, *Tasavvuf Terimleri Sözlüğü*, s.153.

⁴⁰⁶ Erginli, *Metinlerle Tasavvuf Terimleri Sözlüğü*, s. 768; Mehmet Ali Ayni, *Tasavvuf Tarihi* sad. Hüseyin Rahmi Yananlı, Büyüyen Ay Yayınları, İstanbul 1992, s. 287.

⁴⁰⁷ Cebecioğlu, *Tasavvuf Terimleri ve Deyimleri Sözlüğü*, s.474.

Erzurumlu İbrahim Hakkı, nefsin sıfatlarını şu şekilde sıralamıştır: Hakk'ın sıfatlarıyla sıfatlanmak: Nefsin, Allah'ın sıfatlarına benzer sıfatlar kazanması, O'na benzeme yolunda ilerlemesi anlamına gelir. Beşeriyeti terk etmek: Nefsin, insanlıkla ilişkili olan zayıf ve eksik yönlerinden uzaklaşarak, ilahi sıfatlara daha yakın olmayı hedeflemesi anlamına gelir. Hüsn-i hulk: İyi ahlaka sahip olmak, güzel ahlak sergilemek ve olumlu davranışlarda bulunmak anlamına gelir. Günahları affetmek: Nefsin, başkalarının günahlarını affetme ve hoşgörülü olma özelliğini kazanmasıdır. Ayıpları örtmek: İnsanların kusurlarını örtmek, hatalarını görmezden gelmek ve hoşgörülü bir tavır sergilemek anlamına gelir. Her şeye lütuf ve şefkatle davranmak: Nefsin, her varlığa karşı merhametli, sevecen ve yardımsever bir tutum sergilemesidir. Halkı tabiatlarının zulümatından ruhlarının nuruna ulaştırma: Nefsin, insanların içinde bulundukları karanlık ve sıkıntılı durumları aydınlatma ve ruhlarını yüceltme çabasıdır. Bu sıfatlar, Erzurumlu İbrahim Hakkı'ya göre nefsin olgunlaşması ve Allah'a yakınlaşması için önemli adımlardır.⁴⁰⁸ Bütün bulanıklıklardan sıyrılan nefis, kusurları affeden, güzel düşünen, insanları sırf Allah rızası için seven, muhasebesini en iyi şekilde yapan bir vasfa bürünür. Nefs-i merziyyede Beka-billah, rıza-billah, rıfk, mahlukata lütuf ve şefkat, hilafet ve irşad, cem' ve fark ile doğru yola davet bu makamın özelliklerindendir.⁴⁰⁹ Bu makam aynı zaman da Cüneyd-i Bağdadi'nin ifade ettiği şekilde 'salikin sonunun evveline dönmesi'⁴¹⁰dir. Başka bir ifadeyle olmazdan önceki hayatına dönebilmektir.

“Ey gönül huzuruna ermiş nefis razı etmiş ve razı edilmiş (merziyye) olarak Rabbine dön.”⁴¹¹ ayeti dolayısıyla salikin nefsinin Rabb tarafından razı olunması anlamına gelen Merziye bu mertebeyi ifade edebilecek kavramdır. Bu mertebede karşılıklı rızalaşma mevcuttur. Bu durumun oluşmasına sebep olan eylem, salikin “Rabbinden korkan”⁴¹² olmasıyla gerçekleşmektedir. Buradaki korku, akla ilk gelen sözlük anlamdan daha farklı bir içeriğe sahiptir. Buradaki korku, Rabbin rızasına halel getirecek en küçük bir şey yapma ve bu durumdan dolayı Rabb'in yakınlığından uzaklaşma endişesidir.

⁴⁰⁸ Erzurumlu, *Marifetname*, s.592.

⁴⁰⁹ Özköse, *Tasavvuf*, s.358.

⁴¹⁰ Süleyman Ateş, *Cüneyd-i Bağdadi Hayatı Eserleri ve Mektupları*, Yeni Ufuklar Neşriyat, İstanbul 1970, s.88.

⁴¹¹ Fecr 89/28-28.

⁴¹² Beyyine 98/8.

Nefs-i merdiyye'nin yolu; ma'allah'tır. İçinde bulunulan varlık âlemi; sırlardır.⁴¹³ Hâli; hayrettir. Yolu; şeriattır. Bu mertebede kul Hakk'tan razı olduğu gibi halktan da razıdır. Bu durum da salik Allah'ın kendisine ikramı olan gaybtan bazı haberleri alabilmektedir.⁴¹⁴ Lakin bu haberlerin kendisini etkileme ihtimali oldukça azdır. Çünkü bu mertebedeki salik, hoşnutluk içerisinde. Davranışlarının temelini oluşturan düşünce: 'Allah'ın ahlakıyla ahlaklanmak' olduğu için bunun dışında bir beklenti ve kaygısı yoktur. Bunun sonucunda kişiye "Hakk katından verilen ilim" anlamına gelen ledün ilmi verilir. Ledün ilmi, gizli hakikatleri konu alan ve bu yolla insanı manevi kurtuluşa ulaştırdığı kabul edilen ilimdir.⁴¹⁵

Bu mertebede salikin şeytanın ve nefsinin gönlünü kirletecek vesveselerinden kurtulduğu bununla beraber kendisine ihsan edilen manevi lütuflar karşısında da kemale erdiği düşüncesine kapılmaz. Başka bir ifadeyle herhangi bir övgüye iltifat etmez, vermede ve menetmede aşırıya kaçmaz, ifrat ile tefrit arasında orta bir yolu takip eder.⁴¹⁶ başka bir ifadeyle salik her türlü aşırılıktan kurtulmuştur. Böylece sülûkunun nihai mertebesi olan "nefs-i kamile" mertebesine ulaşabilir.

3.1.2.7. Nefs-i Kamile

Nefs-i kâmile manevi olarak olgunluk seviyesinin en üstün derecesini ifade eder. En gizli olan şey anlamına gelen ahfa, bu mertebeyi ifade ettiği için makam-ı ahfa ismiyle de anılmaktadır. Bu makamda salik alem-i hakikatin en yakınındadır. Dolayısıyla bu durum salikin asıl vatanına dönmesi ve ruhunun aslına ulaşması anlamına gelmektedir. Nitekim burada kişinin tüm alemlerden geçerek lahuti aleme ermesi ve vuslat makamına ulaşması söz konusudur.⁴¹⁷ "Nefsi temizleyen kurtuluşa ermiştir."⁴¹⁸ ayeti dolayısıyla kusursuz, bütün özellikleri bakımından olgunluğa ulaşmış, irşat makamına yükselmiş, arınmış, kâmil, temiz, saf ve kemal sıfatlarını kazanmış olan nefstir.⁴¹⁹ Bu makama bu sebepten dolayı nefs-i sâfiyye⁴²⁰, nefs-i zekiyye⁴²¹, nefs-i kudsiyye ve nefs-i Saliha da denilmektedir.

⁴¹³ Hayrani Altıntaş, *Tasavvuf Tarihi*, Akçağ Yayınları, Ankara 2018, s.72-77.

⁴¹⁴ Cebecioğlu, *Tasavvuf Terimleri ve Deyimleri Sözlüğü*, s.256.

⁴¹⁵ Süleyman Uludağ, "Bâtın İlmi", TDV İslâm Ansiklopedisi, <https://islamansiklopedisi.org.tr/batin-ilm-i> (05.05.2023).

⁴¹⁶ Özköse, *Tasavvuf*, s.359.

⁴¹⁷ Mehmet Şakir Halveti, *Etvar-ı Seb'a Risalesi*, Süleymaniye Ktp., Yazma Bağışlar, nr. 6671/5, vr. 89b-102b.; Nkl. Usta, *Tasavvuf Eğitiminde Etvar-ı Seb'a Metodu*, s. 192.

⁴¹⁸ Şems 91/9.

⁴¹⁹ Kuşeyri, *Risale*, s.222.

⁴²⁰ Ögke, *Kur'an'da Nefs Kavramı*, s.65.

⁴²¹ Sühreverdi, *Avarifu'l-Mearif*, s.563.

Kamile mertebesinde salik en yüce makama ulaşmış, Bütün güzel sıfatlarla donanmıştır. Onun ruhi yönü cismi varlığına tam hakimiyet kılmasıdır.⁴²² Bu mertebeye ulaşmış salikin bütün davranışları ibadet ve hasenettan ibaret olmuştur. Bu makamda ilahi sırlara vakıf olan nefs “Kesretten vahdeti, vahdette kesreti” müşahade etmektedir.⁴²³ Başka bir ifadeyle vahdeti kesrette bulmak “fenafillah”⁴²⁴ ile kesrette de vahdeti bulmak “bekabillah”⁴²⁵ ile ifadelendirilmektedir.⁴²⁶

Nefs-i kamilenin seyri, seyr billahtır. Alemi, çoklukta birlik; birlikte çokluk alemidir. Mahalli en gizli bir yerdir (sırrın sırrı) ki; onun gizliliğe (sır) nispeti, ruhun cisme nispeti gibidir. Hali, beka’dır.⁴²⁷ Bu sebeple nefs-i kamile, ubudiyyette (kullukta) en yüksek mertebedir. Bu nefsin sahibi, bir yol bırakmayacak şekilde şeytanın gireceği tüm kapıları kapatıp hem zahir, hem de batın olarak Hakk rububiyet vazifelerini yerine getirerek vuslat ehlinden olur.⁴²⁸ Başka bir ifadeyle Tasavvuf ilminin en temel konularından biri ve Etvar-ı seb’anın amacı olan nefsin her bir mertebesine ilişkin referanslar Kur’an-ı Kerim’de yer almaktadır. Dolayısıyla bu durum, gerçekleştirilmek istenilen amacın İslami bir temelini olduğuna işaret etmektedir.⁴²⁹ Bu durumu Muhammed İkbal “kömür ve elmas” metaforu kullanarak nefsin çeşitli evrelerini şu şekilde ifade etmektedir:

“Madende kömürle elmas tartışmaya başladı. Kömür elmasa dedi ki: ‘Ey ebedi parıltıların cilvesi. Bizim özümüz bir, evrende kökümüz birdir. Ben neden madende siyah yüzlüyüm, sen, niçin şahların başında parlayan taçsın?’ Elmas dedi ki: ‘Ey ince gören arkadaşım, eğer parıldıyorsam pişmem asırlar aldı. Var gücümle savaştım ve taş gibi olgunlaştım. Vücudum pişmeseydi hiç parlar mıydım ve göğüslere nişan olarak takılır mıydım? Sen eğer alçalmışsan pişmemişliğindendir. Sen eğer ezilmişsen yumuşaklığındandır.’ (Ey elmas olmak isteyen kömür insan) endişeden, kederden, korkudan kurtul. Kömürsen piş ve elmas ol.”⁴³⁰

⁴²² Fatma Şengül, *Uşşakilerde Etvar-ı Seb’a*, Marmara Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, İstanbul 2009, s. 52.

⁴²³ Osman Türer, *Ana Hatlarıyla Tasavvuf Tarihi*, Ataç Yayınları, İstanbul 2019, ss.121-132.

⁴²⁴ Mustafa Kara, "Fenâ", TDV İslâm Ansiklopedisi, <https://islamansiklopedisi.org.tr/fena> (06.05.2023).

⁴²⁵ Metin Yurdağur, "Bekâ", TDV İslâm Ansiklopedisi, <https://islamansiklopedisi.org.tr/beka--kelam> (06.05.2023).

⁴²⁶ Seyyid Mustafa Rasim Efendi, *Tasavvuf Sözlüğü*, haz. İhsan Kara, İnsan Yayınları, İstanbul 2008, s.1207.

⁴²⁷ Ögke, *Kur’an’da Nefs Kavramı*, s.66.

⁴²⁸ Erginli, *Metinlerle Tasavvuf Terimleri Sözlüğü*, s.768.

⁴²⁹ Ögke, *Kur’an’da Nefs Kavramı*, s.67.

⁴³⁰ Muhammed İkbal, *Esrar-ı Hodi Rumuz Rumuz-u Bihodi*, çev. A. Yüksel, İstanbul 1990, s.71.

Nefs ve mertebelerini genel olarak ifade etmek gerekirse; Nefs-i emmare getirdiği dertlerin merkezinde dünyevi zevklere düşkünlük ve imansızlık yer almaktadır. Bu hastalığın bir çaresi, Allah'ın varlığının idraki ve hayatın bu dünyadan ve onun zevklerinden ibaret olmadığına, ahiret alemini bilincine varmaktır. Nefs-i levvamenin başlıca hastalığı olan ikiyüzlülüğün ilacı; nefsimizi doyurmak yerine Allah'a kulluk etmek ve Allah'ın rızası için yaratılana hizmet etmektir. Nefs-i mülheme, ilahi sırların salike açılmaya başladığı ilk aşama olarak görülür. Nefs-i mutmainne huzuru, fani ve sürekli değişen dünyevi varlıklardan ümidini kesmiştir. Allah'ı herkeste ve her şeyde Hayy olarak gören kimse nefs-i raziyye mertebesine yükselmiş demektir. Nefs-i merziyye makamında salik Allah'tan başka hiçbir şey görmez. Nefs-i kamile makamı bene dair bütün duygu ve düşüncelerin ortadan kalktığı mertebedir.⁴³¹

Salikin nefsinin emmareden kamileye doğru yükselişi esas itibariyle insanın bu dünya da “anlamsız” bir hayattan bir gaye ve amaç uğruna yaşayacağı başka bir ifadeyle “anlam”lı bir hayata doğru evrileceği bir süreci ifade eder. Bu süreç esas itibariyle salikin bir tür “varoluş” mücadelesi olarak değerlendirilebilir. Bu bakımdan denilebilir ki salikin kendisini arzuları, hırsları ve ihtiraslarıyla kontrol altına almak isteyen nefsinin dizginleyerek onu bir mücadele ve riyazet sürecinin sonunda bu dünyanın ötesinin farkına varmak gibi uzun bir yolculuğa çıkarması adeta bir nihai anlam arayışı olarak görülebilir.

3.2. Bir Anlam Arayışı Olarak Seyr u Sülûk

3.2.1. Varoluşsal Boşluk/Bunaltı ve Yakaza

İnsanın hayatına bir anlam verebilmesi başka bir ifadeyle hayatını bir amaç uğruna anlamlandırabilmesi varoluşçu düşüncenin temel sorularından birisidir. Bu bakımdan insanın bir anlam arayışı içerisinde olması halihazırda Frankl'ın adlandırmasıyla “varoluşsal boşluk” içerisinde olduğu anlamına gelir. Varoluşsal boşluk esasen herhangi bir yer ve zaman sınırlaması olmaksızın insanın temel bir problemi olmakla birlikte yirminci yüzyılın yaygın bir olgusu⁴³² olduğu açıktır. İnsan, davranışlarını belirleyen geleneklerin hızla azaldığı⁴³³ çağda, bir başka kayıpla daha

⁴³¹ Robert Frager, *Kalp Nefs ve Ruh*, ss.95-96.

⁴³² Frankl, *İnsanın Anlam Arayışı*, s.120; Özoğul, *Manevi Danışmanlık ve Rehberlikte Logoterapinin Uygulanabilirliği*.

⁴³³ Frankl, *İnsanın Anlam Arayışı*, s. 120.

karşı karşıya kalmıştır. Hiçbir içgüdü ona ne yapması gerektiğini söylemez. Hiçbir gelenek ona nasıl davranması gerektiğini anlatmaz; bazen neyi istediğini bile bilemez. Bunun yerine ya diğer insanların yaptıklarını arzular ya da diğer insanların kendisinden istedikleri şeyleri yapar. Çeşitli sebeplerle anlam arayışına ulaşamama veya yaşamın anlamsız olduğunu düşünme, bireyin varoluşsal boşlukla karşı karşıya kalmasına yol açar ve yaşamdan soyutlanmasına sebep olur. Frankl'a göre, değerler üçlüsü veya diğer yöntemlerle yaşamın anlamını keşfeden bir kişi, daha mutlu ve huzurlu bir yaşam sürer ve karşılaştığı sorunların üstesinden daha kolay gelir. Buna karşılık, yirminci yüzyıldan bu yana yaygın hale gelen ve "varoluşsal boşluk" varoluşsal boşluk⁴³⁴ olarak adlandırılan durum, tam tersine bir etki yaratır.

Bireyin karşılaştığı sorunlar arasında anlamsızlık ve boşluk hissi önemli bir yer tutar. Frankl'a göre, modern çağda bireyin karşılaştığı sorunlardan biri de anlamsızlık ve boşluk hissidir. Frankl, bu varoluşsal boşluğun belirtilerinin can sıkıntısı, anlamsızlık ve amaçsızlık gibi durumlar olduğunu ifade etmektedir. Frankl, Nazi kamplarında yaptığı gözlemlerle bu boşluğu yakından incelemiş⁴³⁵ ve Toplama kamplarında umutlarını yitiren, bir amacı ve planları olmayan mahkûmlar, giderek yok oluşa doğru ilerleyerek varoluşsal boşluğa sürüklenmişlerdir.⁴³⁶ Başka bir ifadeyle varoluşsal boşluk, insanın yaşamak için bir neden bulamaması ve bu sebepten dolayı hayatı sorgulamasıyla bireyin ruhunda oluşan boşluktur.

Varoluşsal boşluk, genellikle can sıkıntısı şeklinde kendini gösterir. Frankl, buna "pazar günü nevrozu" örneğini vermektedir. Hafta içinde yoğun tempoda hareket eden ve iç dünyalarındaki boşluğu fark eden bireyler, yaşamlarının anlamdan yoksun olduğunu hissettikleri için tatil depresyonu yaşarlar.⁴³⁷ Bu konuda Schopenhauer, insanın, sürekli olarak bunaltı ve can sıkıntısı arasında mekik dokumaya mahkûm edildiğini söylemiştir. Gerçekte, bugün can sıkıntısı, daha çok sorunlara yol açmakta ve psikiyatristlere göre çözüm bekleyen bir sorun olarak karşımıza çıkmaktadır. Bu sorunlar giderek daha belirleyici hale gelmektedir, çünkü ilerleyen otomasyon, muhtemelen ortalama çalışanın boş zamanını önemli ölçüde artıracaktır. Bu durumun üzücü tarafı, bu insanların yeni kazandıkları boş zamanlarında ne yapacaklarını

⁴³⁴ Frankl, *İnsanın Anlam Arayışı*, s. 120.

⁴³⁵ Frankl, *İnsanın Anlam Arayışı*, ss.17-60.

⁴³⁶ Safiye Çeber, *Din Psikolojisi Açısından İnsanın Anlam Arayışı Problemine Feridüddin Attar'ın Mantıku't-Tayr Eseri Bağlamında Bir Bakış*, İstanbul Sabahattin Zaim Üniversitesi Lisansüstü Eğitim Enstitüsü Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, İstanbul 2022, s. 19.

⁴³⁷ Frankl, *İnsanın Anlam Arayışı*, s.110.

bilmemeleridir. Bu da kişide sıkıntı, ilgisizlik, noöjenik nevroz, ahlaki ve manevi çatışmalar gibi sorunlar şeklinde kendini göstererek klinik bir durum olarak tanımlanmaktadır.⁴³⁸

Bir bireyin hayatının değerli olduğu konusunda duyduğu endişe ve hatta umutsuzluk, varoluşsal bir bunalıttır.⁴³⁹ İnsanın anlam arayışı, içsel denge yerine içsel gerilim yaratabilir. Ancak ruh sağlığının vazgeçilmez bir ön koşulu da bu gerilimdir.⁴⁴⁰ Dünyada, insanın en kötü koşullarda bile yaşamını sürdürebilmesine ve yaşamının anlamlı olduğu bilgisine en etkili bir şekilde yardımcı olan başka hiçbir şey bulunmamaktadır. Nazi toplama kamplarında, yerine getirilmesi gereken görevleri olduğunu bilen insanların, yaşama şansının en yüksek olduğu gözlemlenmiştir.⁴⁴¹ Bu da gösteriyor ki aslında insanın gerçekten ihtiyaç duyduğu şey, gerilimsiz bir durum değil, daha çok uğrunda çaba göstermeye değer bir hedef, özgürce seçilen bir amaca yönelik çabalamak ve mücadele etmektir. İhtiyaç duyduğu şey, her şeye rağmen gerilimi azaltmak değil, onun tarafından yerine getirilmeyi bekleyen potansiyel bir anlamın çağrısıdır. Frankl, bu fikri "noö-dinamikler" kavramıyla açıklamaktadır.⁴⁴² Noö-dinamikler, insan yaşamını tehdit eden veya yaşamında gerilime yol açan durumlarda, bir kutbun anlam yüklediği ve diğer kutbun anlam verdiği çift kutuplu bir gerilim alanında ortaya çıkan varoluşsal dinamiklerdir. Frankl, bu kavramı kendi kamp deneyimiyle örnekleyerek, yayına hazır olan kitabının elinden alınması sonrasında kamp süresince tekrar yazma arzusunun, zorlu kampta hayatta kalmasına yardımcı olan bir noö-dinamik olduğunu ifade etmektedir.⁴⁴³ Bu bakış açısına göre gerilimin, kişiyi karar verme konusunda cesaretlendirebileceği söylenebilir. Bu bakımdan denilebilir ki insanın anlam arayışı için gerekli olan şey hayatında bir durağanlık veya dinginlik değil tam aksine bir hareketlilik hatta gerilimdir. Bu gerilime sahip olmayan insanın hayatı için bir anlam kaygısı taşıyacağı Frankl'a göre düşünülemez. Bu durumda hayatını rutine bağlamış ve hatta düzenli bir yaşam biçimi olan bir kişi için bir anlam arayışı gerçekleştirmiş olduğunu söylemek zor görünmektedir. Hatta bu durumu Frankla göre "nihai anlamsızlık" duygusu ile ifade etmemiz daha doğru

⁴³⁸ Frankl, *İnsanın Anlam Arayışı*, ss.115-117.

⁴³⁹ Frankl, *İnsanın Anlam Arayışı*, s.117.

⁴⁴⁰ Frankl, *İnsanın Anlam Arayışı*, s.118.

⁴⁴¹ Frankl, *İnsanın Anlam Arayışı*, s.118.

⁴⁴² Frankl, *İnsanın Anlam Arayışı*, s.119.

⁴⁴³ Frankl, *İnsanın Anlam Arayışı*, s.119.

olacaktır.⁴⁴⁴ Bu bireyler, yaşama değer bir anlam bilincinden yoksun olmanın sıkıntısıyla mücadele etmektedirler. İçlerindeki boşluk hissi onları baskı altına almaktadır. Bu durum Frankl'ın "varoluşsal boşluk" dediği bir durumdur.⁴⁴⁵

Frankl'a göre, yaşadığı dönemde varoluşsal boşluğu doldurmanın temel yolu, yaşam felsefesine ve anlam arayışına önem vermektedir. Ona göre, insanın var olabilmesi için anlamı keşfetme süreci hayati bir öneme sahiptir.⁴⁴⁶

Frankl, insanın kendi varoluşuna anlam bulma çabasının, hatta bu konuda duyulan şüphenin her durumda bir hastalıktan kaynaklandığını ya da böyle bir hastalığa yol açtığını kesinlikle reddetmektedir.⁴⁴⁷ Varoluşsal boşluğun ortaya çıktığı farklı maskeler ve örtüler de mevcuttur. Engellenen anlam arayışının yerini haz arzusu alır. Varoluşsal engellenmenin birçok durumunda cinsel dengeleme ile sonuçlanmasının sebebi de budur. Bu durum tasavvufta nefsin arzuları, ihtirasları, beklentileri ve insanı dünyevi heveslerin peşine sürükleyen güdülerini ile kuşatmayı amaçlayan en tabii halinin adı olan "emmare" özelliğine karşılık gelmektedir. Emmare sahibi olan insanın hayatında rutinler olabilir. Arzu ve isteklerini gerçekleştirebilir ve hatta bunu bir düzen içerisinde sürdürebilir. Ancak bu düzen insanın hayatının bir anlam taşıdığına işaret etmemektedir. Daha da ötesi bütün gerçekliği ve insanı, bu yapıp ettiklerinden ibaret gören tutumuyla bir anlamdan çok "anlamsızlığa" mahkûm etmektedir. Çünkü insan buradan yapıp ettiklerinde edilgin bir konumdadır ve sadece nefsanî duygularıyla yaşar. Burada sözü edilen "anlamsız" rutin döngüsünden kurtulabilmenin ilk adımı insanın sorumluluk almaya talip olmasıdır. Başka bir ifadeyle "varoluşsal boşluk"tan ya da nefsin emmare yani yönlendirici güdümünden kurtulabilmenin ilk adımı irade sahibi olduğunu hatırlamaktır.

Varoluşsal boşluğun sorununu çözmek için üstlenilmesi gereken önemli görevlerden biri, sorumluluk almak ve özgür seçimlerle yaşamın anlamını keşfetmektir.⁴⁴⁸ Logoterapide de durum, bireyin hayatında anlamlı olanın bulunmasıyla, insanın beden ve ruhunun da "anlam" sayesinde sağlıklı olabileceği vurgulanır. Bu nedenle Frankl, insanın kendi kaderini çizebilen, irade ve sorumluluk

⁴⁴⁴ Frankl, *Anlam İstenci*, s.107.

⁴⁴⁵ Frankl, *İnsanın Anlam Arayışı*, s.120; Ayten, *Psikoloji ve Din*, s.157.

⁴⁴⁶ Celal Yeşilçayır, "Viktor E. Frankl'ın Yaşam Felsefesi ve Anlam", *Temaşa Erciyes Üniversitesi Felsefe Bölümü Dergisi*, 2022, s.18, s.58.

⁴⁴⁷ Frankl, *İnsanın Anlam Arayışı*, s.116.

⁴⁴⁸ Gizem Çelik, "Logoterapi: Temel Bileşenleri ve Terapi Teknikleri", *Toplum ve Sosyal Hizmet*, 2017, c.28, s.17.

sahibi özgür bir varlık olduğunu ifade eder. Din kavramı, insanın arayışına cevap vererek güven verici, teselli edici, kontrol sağlayıcı ve anlam kazandırıcı⁴⁴⁹ fonksiyonlarının yanı sıra bireyin hayatını dönüştürücü ve olgunlaştırıcı bir işlevi de yerine getirmektedir.⁴⁵⁰

Frankl'ın bu yaklaşımından anlaşıldığı kadarıyla varoluşsal boşluktan kurtulmanın ilk adımı insanın irade sahibi olduğunu hatırlamak ise, ikinci adımı ise iradeli bir şekilde bu dünyanın ötesinde kendisine güven veren teselli eden yani hayatına anlam katan bir metafizik değer varlığıdır. Bu itibarla din, Frankl açısından varoluşçu düşünce içerisinde olmazsa olmaz bir unsur olarak yer alır.

Varoluşçu düşüncede “varoluşsal boşluk” şeklinde ifade edilen durumun tasavvuf geleneğindeki karşılığının “emmare” kavramıyla karşılanabileceği değerlendirmemiz, bundan sonraki adımda kişinin anlam arayışının ilk aşamasını ifade eden “yakaza” kavramını karşımıza çıkarmaktadır. Sülûkun ilk aşamasında⁴⁵¹ kötülüğü emreden nefsin harekete geçmesini ifade eden yakaza, kelime anlamı “uyanıklık” olmakla beraber tasavvuf ilminde “salikin kalbinin Hakk'tan gelen bir uyarıyla uyanıklık haline (teyakkuz) kavuşması” demektir.⁴⁵² Yakaza, kulun kalbine hayat vererek nurlandıran şeylerden ilkidir.⁴⁵³ Bu mertebe sufiler tarafından manevi yolculuğun ilk hareketlenmesidir. Bir insan bir şeye karşı duyduğu arzuyu gerçekleştirmek ya da hoşnut olmadığı bir halden kurtulmak için hemen harekete geçer.⁴⁵⁴

“(Resulüm! Onlara) de ki: Size bir tek öğüt vereceğim. Allah için ayağa kalkın.”⁴⁵⁵ Ayetinde hareketle Herevi Allah için ayağa kalkmayı, gaflet uykusundan uyanmak ve ihmalkarlıktan kurtulmak olarak açıklamıştır. Nitekim Herevi, insanın yaratılış gereği Hakk'ı unutmaya, fitratındaki nuru görmemeye ve tembelliğe meyilli olduğunu söylemektedir. Bu sebepten dolayı, saliki gaflet uykusundan uyandıracak bir uyarıcıya ihtiyaç duymaktadır.⁴⁵⁶ Gerçekten de bu tetikleyici, zihinde meydana gelen salikin, anlam arayışına doğru sürüklenmesine sebep olur. Genellikle kısa süren bir

⁴⁴⁹ İrvın D. Yalom, *Annem ve Hayatın Anlamı*, Kabalcı Yayınları, İstanbul 2014, s.32.

⁴⁵⁰ Köse- Ali Ayten, *Din Psikolojisi*, s.71.

⁴⁵¹ Tek, *Tasavvufi Mertebeler*, s.47.

⁴⁵² Semih Ceyhan, "Yakaza", TDV İslâm Ansiklopedisi, <https://islamansiklopedisi.org.tr/yakaza> (10.05.2023).

⁴⁵³ Erginli, *Metinlerle Tasavvuf Terimleri Sözlüğü*, s.1229.

⁴⁵⁴ Şaban Ali Düzgün, *Varoluş Sancısı*, Otto Yayın, Ankara 2023, s.22.

⁴⁵⁵ Sebe 34/46.

⁴⁵⁶ Tek, *Tasavvufi Mertebeler*, s.s. 47-48.

zaman diliminde gerçekleşen içsel bir aydınlanma ve vecd, salikin varlığında eriyerek neredeyse tüm varlığının her zerresine yayılır. Bu deneyim, hayatının sonraki tüm bölümlerini etkileyen ve dönüştüren bir değişim ortaya çıkarır.⁴⁵⁷

Yola çıkma iradesi göstermek, yeniden dirilişin ve can bulmanın halidir. Böyle bir durumda insan yolun sonuna gelmediğini, yeni bir başlangıcın şafağında bulunduğunu fark eder. Bu farkındalıkla kişinin uykuya yatmış olan bütün duyguları uyanır, zihni yeniden keskinlik kazanır. Bu aşamada insanın ihtiyaç duyduğu tek şey, insani irade ile ilahi iradenin kesiştiğinden emin olmaktır. Bu emin olma ihtiyacı insanı zihinsel ve duygusal olarak metafiziksel olana yöneltir. Varlık'ın yanına 'oluş'u, mülkün yanına 'melekut'u, nasuti olanın yanına lahuti olanı koymaya başlar.⁴⁵⁸

Arayışa neden olan bu uyanış, kişiyi kendisine dair iç huzursuzluklarını bağdaştıracak deruni bir değer arayışına yönlendirir.⁴⁵⁹ Bakli bu durumu "Talibin kalbinin kapısını çaldığında bir meleğin sırrını harekete geçirmesi ve bunun üzerine ruhunun gaflet uykusundan uyanarak tabiatına ait özelliklerini bir bütün olarak görmesi"⁴⁶⁰ şeklinde ifadelendirmektedir.

Yakazayı 'sülûke niyet etmek' şeklinde tanımlayan Kaşani, bu kavramın sülûk içerisinde farklılık gösterdiğini söylemektedir. O'na göre salik her an yakaza halinde bulunmalı ve nefsin her daim hesaba çekmelidir.⁴⁶¹ Muhyiddin İbn Arabi'ye göre yakaza "beşerî nefsin insana uyguladığı baskıdan doğan sıkıntıdan kurtulma" dır.⁴⁶²

Mevlâna ise bu konuda nefsanî lezzetlerin dünyevî arzulara hitap ettiğini belirtir. Bu nedenle insanın dünya odaklı bir bakış açısıyla dünya zevklerine ve maddî hırslara sahip olma isteğiyle hareket ettiğini ifade eder. Ancak insanın gerçek ve ebedî benliğinin, manevî dünyada bulunduğunu vurgular. Bu manevî alemden gelen yansımaların, insanın içsel huzursuzluklarını gidererek dengeyi sağladığını söyler. Mevlâna'ya göre, bu manevî yansımalar sayesinde dünya yaşamında gaflet perdesi aralanır ve manevî uyanış gerçekleşir.⁴⁶³ Başka bir ifadeyle insanı bu dünyada yapıp ettikleri kendi başına bir anlam katmaya yeterli olmadığı için varoluşsal boşluğun bir

⁴⁵⁷ Nurettin Topçu, *İslam ve İnsan Mevlâna ve Tasavvuf*, haz. Ezel Everdi-İsmail Kara, Dergah Yayınları, İstanbul 1998, ss.56-61.

⁴⁵⁸ Düzgün, *Varoluş Sancısı*, ss.27-28.

⁴⁵⁹ Bahadır, *İnsanın Anlam Arayışı ve Din*, s. 17-22.

⁴⁶⁰ Tek, *Tasavvufî Mertebeler*, s.48.

⁴⁶¹ Herevî, *Menazilü's-Sairin*, s.75.

⁴⁶² Ceyhan, "Yakaza", TDV İslâm Ansiklopedisi, <https://islamansiklopedisi.org.tr/yakaza> (10.05.2023).

⁴⁶³ Muhammed b. Muhammed el-Belhi er-Rumi Mevlâna Celaleddin, *Mesnevi*, çev. Veled İzbudak, MEB Yayınları, İstanbul 1990, c.I, b.2066-70.

anlam arayışına dönüşmesi fizik dünyanın ötesi ile kurulacak irtibata yani bir yaratıcı gücün varlığına bağlı olmaktadır. İnani bu boşluktan kurtaracak olan inançtır.

Mevlâna'ya göre manevi uyanışın en büyük engeli, taklitçi bir yaşam tarzıdır. Birçok insan, hayatı sorgulamak ve keşfetmek yerine doğdukları çevredeki yaşam tarzına uyarak ilerlemeyi tercih eder. Ancak bu tarzda yaşayan insanlar, merak ve şüphe gibi gerçeği keşfetmeye götüren unsurları kaybettiklerinden, gerçeğin farkına varamazlar.⁴⁶⁴

Burada önemli bir durum söz konusudur ki o da Frankl'ın anlam arayışında kişi hayata karşı bir anlam sorunuyla yola çıkmakta, salık ise var olan anlamı bilip kendisini payına düşen anlamı aramaktadır. Başka bir ifadeyle Frankl, insanlara hayatta bir anlamın olduğuna dair kanaatinden bahsederek onları arayışa yönlendirirken, tasavvuf ilminde salık var olan anlamdan kendisine düşeni aramaktadır.

Herevi, yakazayı üç gruba ayırmaktadır. İlki; salikin Hakk'ın vermiş olduğu nimetleri sayılamayacak kadar çok ve sınırsız olduğunu düşünmesi, bu nimetleri tanıyabilmesi için salikin bütün gücünü sarf etmesi ve söz konusu nimetlerin şükrünün edası hususunda noksanlığını idrak etmesidir.⁴⁶⁵

Herevi'ye göre kişide uyanması gereken duygular başka bir ifadeyle idrak sıralamasına bakıldığı zaman ilk aşama da kişinin kendisini Allah'ın karşısında aciz hissetmesi ve O'nun gücünün kabul edilmesi istenir. Kişi burada güç yetiremeyeceği bir 'Şey'in bünyesine girmiş bulunmaktadır. Dolayısıyla bu durum kişiye kendi sınırlarını da öğrenmesine sebep olmaktadır. Kainattaki düzenin farkına varan kişi, varmayanlara nazaran iç huzursuzluğunu daha minimal düzeyde hisseder. Kabullenişin yaşandığı bu ilk aşama da kişinin yolculuğu (süluku) başlamış demektir.

Yakazanın ikinci aşaması, salikin daha önce yapmış olduğu günah ve hataları düşünerek bunların kendisi için ne kadar tehlikeli olduğunun ve yaptıklarından sorumlu tutulacağını farkına varmasıdır.⁴⁶⁶ Yaptıklarından sorumlu tutulacağını idrak eden kişi, bunları telafi etmek için harekete geçmesi beklenir. Geçmişte yaptıklarına karşı duymuş olduğu pişmanlık kişiyi olumlu davranışlara doğru yönlendirmektedir.

⁴⁶⁴ Osman Nuri Küçük, *Mevlana'da Benliğin Dönüşümü: Sülûk*, Ankara Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Yayınlanmamış Doktora Tezi, Ankara 2007, s.400.

⁴⁶⁵ Tek, *Tasavvufi Mertebeler*, s.48.

⁴⁶⁶ Tek, *Tasavvufi Mertebeler*, s. 49.

Bu yönelişte kişinin vicdanı da etkilidir. Çünkü vicdan, kişiyi karar verme noktasında yalnız bırakmaz. Kişi yaptıklarının pişmanlığını telafi yoluna gittiği için, gücünü kabul ettiği Yaratıcı'sının istediği doğrultuda hareket ederek alır. Nitekim bu durum kişinin kabullenişinden kaynaklanmaktadır.

Üçüncüsü, salikin şimdiye kadar yapmış olduğu iyiliklerin veya yerine getiremeyip elinden kaçırdığı fırsatların farkında olması ve bunları telafi etmeye yönelmesi, ömrünü boşa harcamaması ve kalan zamanını ibadet ve taatle bereketlendirmesidir.⁴⁶⁷ Başka bir deyişle, anlam arayışı, hayatındaki eksiklikleri ve aşırılıkları anlamaya yönelik bir çaba göstermek, geçmişte boşa harcadığı günlerin sorumluluğundan kurtulmak, kayıpları telafi etmek ve kalan günlerini geliştirmeye özen göstermektir.⁴⁶⁸

Gaflet uykusundan uyanan salikten beklenen davranışların en başında kötü alışkanlıklarından kurtulması gerektiğinin farkına varmasıdır. Bunun için de azimetlere sarılıp ruhsatlardan kaçınmalı ve tevbeye yönelmelidir.⁴⁶⁹ Nitekim Ebu Hafs es-Sühreverdi yakazayı Allah'tan korkan kimselerin kalbine Hakk tarafından ihsan edilen ve onlara tevbe etmeye yönlendiren ilahi bir ikaz⁴⁷⁰ olarak nitelendirmektedir.

Bütün bu arayış aslında insanın yalnız olup olmadığını bulma şeklidir. İnsan bunun sancısını yaşar. Etraftaki bu kadar şeyin bir sahibinin olduğu fikri insana da bir sınır çizer. Yalnız olmadıklarını bilenler bile bu durumu unutmaları halinde onları derin bir yalnızlık ve kimsesizlik hissi kapsar. Ve bu durum kişiyi sorumsuzluğa itmektedir. Nitekim Frankl'ın dediğine göre bu durumdan çıkamayan kişi intihara meyyleder.

Sonuç olarak insanın içinde bulunduğu varoluşsal boşluk öncelikle bir irade ortaya koymasıyla başlayacak bir sorgulama süreci ile bir anlam arayışına dönüşmektedir. Bu durumu tasavvuf diliyle ifade edecek olursak insanı bu dünyada sadece bedeni ile bulunan bir varlık olarak gören nefsi emmarenin kendisine hapsedtiği sınırlardan kurtulacak bir irade ortaya koyması başka bir ifadeyle “ben kimin, nereden geldim, nereye gidiyorum” sorusunu sorarak bir uyanış gerçekleştirmesi sözü edilen

⁴⁶⁷ Tek, *Tasavvufi Mertebeler*, s.50.

⁴⁶⁸ Erginli, *Metinlerle Tasavvuf Terimleri Sözlüğü*, s. 1229.

⁴⁶⁹ Sülemini, *Ruhun Hastalıkları ve Çareleri Sufi Psikolojisi El Kitabı*, s.50.

⁴⁷⁰ Sühreverdi, *Avarifü'l-Mearif Tasavvufun Hakikatleri*, s.594.

anlam arayışının ilk adımını ifade etmektedir. Bu bakımdan Frankl'ın “varoluşsal boşluk” ve “anlam arayışı” kavramlarıyla ifade edilen durum esas itibariyle nefsin bağlarından kurtulmaya çalışan insanın bir sorgulama ile yakaza sürecini yaşamasından farklı değildir. Her ikisi de insanın boşluktan kurtularak hayatın bir anlam katmayı bu dünyanın ötesinde bir gerçekliğin farkına varmakla mümkün olacağı tespiti itibariyle ortak bir noktada birleşmektedir. Dolayısıyla kişinin hayatta durumunu belirleyen en önemli şeylerden birisi, umut edeceği/bağlanacağı bir ‘şey’ bulup bulamamasıdır.

3.2.2. Varoluşsal Engellenme ve Mücadele

İnsanın anlam istemi engellendiğinde bu duruma logoterapi de “varoluşsal engelleme” denir. Varoluşsal engelleme tanımı üç şekilde kullanılmaktadır:

1. Kendisini yani özellikle insan olma durumunu anlatmak,
2. Varoluşun anlamı,
3. Anlam arayışı için.⁴⁷¹

Varoluşsal sorunlar, özellikle anlam isteminin engellenmesinden kaynaklanan nöjenik nevrozlar, Frankl'a göre insan boyutuna girme cesareti gösteren logoterapi ile çözümlenebilir. Logoterapinin diğer psikoterapi okullarından farklılaşmasını sağlayan konu, Frankl'ın üzerinde sıklıkla durduğu anlam istemidir.⁴⁷² Freud zevk isteminden, Adler güç isteminden bahsederken, Frankl anlam istemini öne sürmektedir. Frankl, zevk veya güç istemini bir ihtiyaç olarak düşünmenin ve bu isteğin gerçekleştirilmesi için yapılan çabaların bireyleri sınırlayabileceğini ve “varoluşsal engelleme” ile yüzleşebileceklerini belirtmektedir.⁴⁷³

Frankl, anlam isteminin çeşitli nedenlerle engellenebildiğini belirterek bu durumu, “varoluşsal engellenme” olarak adlanmakta ve varoluşsal engellenmenin nevroza yol açabileceğini belirtmektedir.⁴⁷⁴ Bu tür nevrozlar için logoterapi, geleneksel anlamdaki, yani ruhsal kökenli nevrozlara karşılık olarak "nöjenik nevrozlar" terimini kullanmaktadır. Nöjenik nevrozlar, içgüdülerle itkiler arasındaki çatışmalardan ziyade daha çok varoluşsal sorunlardan kaynaklanmaktadır. Anlam isteminin engellenmesi, bu tür sorunlar arasında büyük bir rol oynamaktadır. Frankl'a

⁴⁷¹ Frankl, *İnsanın Anlam Arayışı*, s.115.

⁴⁷² Frankl, *Anlam İstemi*, ss.67-100.

⁴⁷³ Çelik, “Logoterapi: Temel Bileşenleri ve Terapi Teknikleri”, s. 10.

⁴⁷⁴ Çelik, “Logoterapi: Temel Bileşenleri ve Terapi Teknikleri”, s.14.

göre her çatışma nevrotik değildir⁴⁷⁵, hatta bir ölçüde normal ve sağlıklıdır. Benzer şekilde, acı çekmek her zaman patolojik bir durum değildir, özellikle varoluşsal engellenmeden kaynaklanıyorsa insanın insanca bir başarı da olabilir.⁴⁷⁶

Anlam istemi bastırıldığında, kişi kendi kendine zarar verici davranışlara yönelebilir. Zevk ve güç elde etme çabaları ise içi boş, anlamsız bir boşluğun süslenmiş hali olarak ötesine geçemez. Bu nedenle, özellikle son yıllarda, tüketim isteği arttıkça artan bir şekilde hiçbir zaman tatmin olmayan güç talebi ve şiddete dönüşebilecek derecede yoğunlaşan mutsuzluk ve umutsuzluk hali her tarafı sarmış durumdadır.⁴⁷⁷

Özetle, varoluşsal engellenme anlamsızlıkla ilişkilidir, varoluşsal boşluk ise içsel boşluk deneyimini ifade eder. Varoluşsal boşluk, toplumsal düzeydeki tutum ve davranışları da etkiler. Frankl⁴⁷⁸ bunu “kitle nevrozu” olarak ifade etmektedir: *“Günümüzün kitle nevrozu olan varoluşsal boşluk, özel ve kişisel bir nihilizm şekli olarak tanımlanabilir; çünkü nihilizm, varlığın hiçbir anlamı olmadığı inancındadır.”* Frankl kitle nevrozu konusunda nihilizm kadar “indirgemecilik ve pandeterminizm”i de eleştirmektedir. İndirgemeci yaklaşım da kişi anlam arayışını inkar eden bir tavır sergiler. Bu çabanın içerisinde olmayı reddeder çünkü bunun için hazır değildir. Dolayısıyla indirgemeci yaklaşıma göre insan manipüle edilen bir varlıktır. Pandeterminizmde de kişinin anlam bulma konusunda özgür olmadığı fikri hakimdir.⁴⁷⁹ Nitekim onlara kişi geçmişinin, genetik yapılarının, psikolojik gücü ve çevresel yaşadığı ortamın etkisiyle hayatını şekillendirmektedir. Bu sebeple de anlam arayışında olmak anlamsızdır.

Denilebilir ki Frankl’a göre insanın bu dünya da varlığını anlamlı hale getirecek bir duygu veya bir inanç olmadığı takdirde insanın ister istemez varoluşsal bir boşluk içerisine düşeceği anlaşılmaktadır. Varoluşsal boşluktan kurtulmak da yine onun adlandırdığı şekilde “anlam istemi” olarak adlandırılmaktadır ki bu da bedensel istek ve arzularıyla bir mücadeleyi gerektirmektedir. Sözü edilen boşluk, anlam istemi ve buna karşı insanın yüzleşmek durumunda kaldığı varoluşsal engelleme arasındaki irtibatı Frankl şu şekilde özetler:

⁴⁷⁵ Frankl, *Anlam İstemi*, s. 110.

⁴⁷⁶ Frankl, *İnsanın Anlam Arayışı*, s.116.

⁴⁷⁷ Bahadır, *İnsanın Anlam Arayışı ve Din*, ss.92-96.

⁴⁷⁸ Frankl, *İnsanın Anlam Arayışı*, ss.143-145.

⁴⁷⁹ Frankl, *İnsanın Anlam Arayışı*, s.145.

Varoluşsal Engellenme

Anlamsızlık Duygusu

Varoluşsal Boşluk

İçsel Boşluk Duygusu

Sonuçları

Motivasyon düşüklüğü

Sorumluluktan kaçma

Sıkıntı

Kaygı

Hoşnut olamama

Başkalarına aşırı bağımlılık

Depresyon

Bağımlılık

Saldırganlık

Başkalarının yaptıklarını kopyalamak

Başkalarının beklentilerine göre yaşamak

Uçurum deneyimi

Frankl'ın burada yapmaya çalıştığı şey, insanlara hayatta karşılaştıkları durumları daha üst bir amaç ve hedef ile izah ederek insanın hayatına bir anlam kazandırmak, buna bağlı olarak yaşadıklarının bir nedeninin olduğunu daha doğrusu olması gerektiğini ifade etmektir. Bu durum kişinin nefsanî istek ve arzularıyla mücadele ederek hayatını yaratıcının iradesi doğrultusunda tanzim etmeye başka bir ifadeyle anlamlı kılmaya çaba gösteren süfinin, daha önce ifade edildiği gibi bu dünyadaki varlığını bir uyanış (yakaza) ile anlamlı hale getirmek amacıyla bir yöneliş içerisine giren insanın bu yolculuğunda gösterdiği çabanın Tasavvufî terminolojisindeki karşılığı “mücadele” olarak ifade edilir.

Mücadele, kelime anlamı savaşmak, mücadele etmektir.⁴⁸⁰ Salikin nefis, şeytan ve düşmanı ile mücadele etmesi⁴⁸¹ anlamına gelmektedir. Bu mücadele her şeyden önce kişinin kendisiyle yaptığı bir hesaplaşmadır. Çünkü buradaki mücadele kişinin kulluğunu sağlıklı bir şekilde inşa etmesiyle alakalıdır. Bu nedenle Hz. Peygamber “Mücadele, Allah’a itaat hususunda nefsi ile cihad eden kimsedir.” buyurmuştur.⁴⁸² Kişinin kendisiyle olan bu savaşın sebebi insanda var olan ikili bir yapıdır. Bu ikilik Allah'ın insanı ahsen-i takvim üzere yaratması ve akabinde esfel-i safiline⁴⁸³ indirmesiyle alakalıdır. Başka bir ifadeyle bu ikilik insanın beden ve ruhtan, madde ve

⁴⁸⁰ Uludağ, *Tasavvuf Terimleri Sözlüğü*, s.259.

⁴⁸¹ Uludağ, "Mücadele", TDV İslâm Ansiklopedisi, <https://islamansiklopedisi.org.tr/mucadele> (11.05.2023).

⁴⁸² Ahmed İbn Hanbel, Ahmed b.Muhammed, *Müsned*, thk. Şuayb Arnavût Âdil Mürşid vd., Müessesetü'r-Risâle, Beyrût 2002, c.VI, s.21.

⁴⁸³ Tin 95/4-5.

manadan oluşan çift yönlü bir varlık olmasıyla irtibatlıdır. İnsanın varlığında yaşanan çatışmanın kaynağı bu ikiliğe dayanır. Ancak burada Tasavvuf geleneğinde insan-ı kamilden beklenen, kişiyi bu çatışmanın içine sürüklemek yerine madde ve mana arasında bir denge ve ahenk oluşturabilmesidir. Nitekim Allah inancının gerekliliği de bu denge ve ahengi yakalamak ile irtibatlı görülür.⁴⁸⁴

Mücahedenin aslı nefsi alışkanlıklarından kesmek ve her zaman isteklerinin aksine sevk etmeye teşvik etmektir. Nitekim sufilere göre nefsin hayır işlemesine engel olan iki sıfat vardır: nefsani arzulara dalmak ve taatten kaçmak.⁴⁸⁵ Nefse karşı yürütülen bu mücadelenin öneminden dolayıdır ki bu mücadelenin adı cihad-ı ekber olmuştur. İnsanın kendi nefsiyle olan mücadelesinin nasıl olması gerektiği konusunda İbrahim b. Ethem şu önerilerde bulunmuştur: İlk olarak, nimetlerin kapısını kapatıp zorluk ve sıkıntıların kapısını açarak; ikincisi, şeref ve şanı kapatıp alçakgönüllülük ve tevazu kapısını açarak; üçüncüsü, rahatlığın kapısını kapatıp cehd ve gayretin kapısını açarak; dördüncüsü, uykunun kapısını kapatıp uykusuzluğun kapısını açarak; beşincisi, zenginliğin kapısını kapatıp fakirliğin kapısını açarak; altıncısı, emel (tul-i emel) kapısını kapatıp ölüme hazır olmanın kapısını açarak.”⁴⁸⁶

Zunnun Mısri de bu durumu nefsin insanı hakimiyeti altına almasına ilişkin altı neden üzerinde durarak şu şekilde özetlemektedir: birincisi, ahiret ameli ile ilgili niyet ve rağbetin azalması, ikincisi; bedenlerin şehvetin rehini olması, üçüncüsü; ecel yakın olmakla beraber emele (tul-ı emel) yani ihtirasa mağlup olunması, dördüncüsü; mahluk olan insanların rızalarının Halik’in rızasından üstün tutulması, beşincisi; heva ve hevese uyarak Peygamber (s.a.v.)’in sünnetinin arkaya atılması, altıncısı; Selefte ait bir çok örnek hareketlerin görmemezlikten gelinerek mezara gömülmesi ve azıcık hatalarının nefis lehinde delil sayılması.⁴⁸⁷

Anlaşılabileceği üzere mücahede de temel olan, kişinin arzularına karşı çıkmasıdır. Bu amacı gerçekleştirmek için nefsini alıştığı şeylerden, tutkularından ve zevklerinden uzak tutmalı ve bunların tam tersine yönelmelidir. Örneğin, şehvetlere daldığında nefsini takva ve Allah korkusuyla kontrol altına almalıdır. Nefsine ibadetleri yerine

⁴⁸⁴ Mehmet Demirci, “İçe Dönük Cihad: Mücahede”, *Tasavvuf İlmî ve Akademik Araştırma Dergisi*, 2007, sayı 19, s.11.

⁴⁸⁵ Kuşeyri, *Risalesi*, s.194.

⁴⁸⁶ Kuşeyri, *Risalesi*, s.194.

⁴⁸⁷ Kuşeyri, *Risalesi*, s.197.

getirme ve gerekenleri yapma konusunda geri kaldığında onu havf, arzularına muhalefet etme ve hazlara karşı direnme yoluyla terbiye etmelidir.⁴⁸⁸

Kişinin nefesine karşı muhalefeti, onun istek ve arzularını kısıtlaması ve yaratıcının iradesine uygun hareket etmeye yönlendirmesindeki amacın Viktor Frankl'ın ifadesiyle söylemek gerekirse “varoluşsal boşluktan” kurtularak “anlam istemine” yönelmektir. Yaratıcının iradesine uygun davranmak üzere yönlendirilen nefis “varoluşsal engelle”yici konumundan, Tasavvuf terminoloji ile ifade etmek gerekirse “emmare” vasfından kurtulacak ve uyanış halini bir üst mertebeye taşıyacaktır. Böylece sufi anlam istemi ya da seyrü sülûk sürecinde bir aşamayı kat etmiş olacaktır. Bu aşamanın önceki duruma göre farkı nefsin yapmış olduğu hataları farkına vararak pişmanlık duyması (levvame) ve bunları telefi çabasına girişmesidir.

3.2.3. Kaygı ve Havf-Reca

Kaygı, kişinin istediği herhangi bir şeye ulaşamayacağını hissettiği durumlarda ortaya çıkan tedirginlik ve endişe halidir.⁴⁸⁹ Kaygı, insan deneyiminde yaygın olarak karşılaşılan bir duygusal durumdur ve psikoloji alanında uzun süredir incelenen bir konudur. Varoluş psikolojisi, insanın anlam arayışıyla ilgilenen ve kaygı gibi deneyimlerin önemini vurgulayan bir yaklaşımdır. Frankl'ın çalışmaları, kaygının insanın anlam arayışı ve varoluşsal krizlerle bağlantılı olduğunu öne sürer.⁴⁹⁰ Frankl'ın ifadesindeki kaygı varoluşun kaygısıdır. Frankl'a göre kaygının anlamı ve varoluşsal boyutu, insanın varoluşsal doğasının bir yansımasıdır. İnsan, anlam arayışıyla dolu bir varlık olarak kaygı duygusunu deneyimler.⁴⁹¹ Varoluşsal kaygı Heidegger'in “dasein” olarak ifadelendirdiği dünyaya fırlatılma sonucunda buradaki var olabilirliğin kaygısının bizzat kendisidir. Heidegger'in yaşadığı bu kaygı insanın dünyaya fırlatılmışlığından bir anlam çıkarmaya çalışmasından kaynaklanmaktadır. Nitekim insan bu duruma bir anlam yükleyemezse kişi umutsuzluğa sürüklenecektir. Kierkegaard ise bu kaygıyı kişinin özgürlüğünün kaybolmasıyla oluşan zayıflıktan kaynaklandığını söylemektedir.⁴⁹² Çünkü Kierkegaard, kaygıyı bilinmeyen korkusu ile ilişkilendirmektedir. Başka bir ifadeyle bilinmeyen olarak ifadelendirdiği şey,

⁴⁸⁸ Erginli, *Metinlerle Tasavvuf Terimleri Sözlüğü*, s. 703.

⁴⁸⁹ Cevizci, *Felsefe Sözlüğü*, s.404.

⁴⁹⁰ Wong, P. T. P., “Meaning therapy: An integrative and positive existential psychotherapy”, *Journal of Contemporary Psychotherapy*, 2010, 40(2), 85-93.

⁴⁹¹ Frankl, *İnsanın Anlam Arayışı*, s.121.

⁴⁹² Topakkaya, *Egzistansiyalizmde Tanrı*, ss. 20-35.

kişinin özünü bilmiyor olmasıdır. Kişinin özünü bilmiyor olması Kierkegaard’a göre insanın kendisine yabancılaşmasını ifade eder. Bu yabancılaşmadan veya özünü bilmemekten kurtulmanın yolu inançtan geçer.

Bu durumda kaygının kişinin hayatında anlam bulup bulamayacak olmasından kaynaklanan korku ile irtibatlı olduğu, bu korkunun da yabancılaşma ile doğrudan ilgisinin bulunduğu anlaşılmaktadır.

Frankl ise Kierkegaard’ın yabancılaşma veya özünü bilmemek şeklinde ifade ettiği bu durumu "anlamsızlığın belirtisi" şeklinde tanımlar. Ona göre, kaygı, insanın anlam arayışının engellendiği veya tehdit altında olduğu durumlarda ortaya çıkar.

Hayata dair arayış içerisinde olan kişide bunun bir karşılığının olup olmadığını bilmiyor olması, kaygının ortaya çıkmasına neden olmaktadır. Aslında kaygı, kişinin umudunun kesilmesi halinde ortaya çıkmaktadır. O vakit, ümit ile anlam ilişkisine bakmak gerekmektedir. Çünkü Frankl, yaşanan varoluşsal boşluğu bir nevroz olarak kabul etmemekte, bu durumun sadece hekimin kişiyi iyileştireyormuşçasına yapmış olduğu tavır ile nevroz olabileceğini düşünmektedir. Hekimden istenilen şey, kişinin ölüm karşısında yaşamın nihai anlamı hakkındaki kaygısını “nihai kaygı” olarak isimlendirmekte ve bu durumun bastırılması halinde nevroza dönüşeceğini söylemektedir.⁴⁹³ Kaygının anlamsızlık ve anlam eksikliğiyle ilişkilendirildiği Frankl’ın perspektifi, insanların kaygılarını anlam arayışının bir parçası olarak değerlendirmelerine olanak tanır. O halde denilebilir ki Frankl’a göre kaygı anlam arayışının bir parçasıdır. Çünkü insan şayet bir endişe bir beklenti içerisinde olursa içinde bulunduğu durumdan kurtulmaya çalışır. Bu da onu anlamsızlığın belirtisinden anlam arayışına sevk eder.

Umut da kişinin anlam arayışında önemli motivasyon kaynağıdır.⁴⁹⁴ Umut, ileride herhangi bir insana, bir olaya veya varlığa bağlı olarak ortaya çıkan ve olumlu sonuçlar doğurması beklenen, henüz gerçekleşmemiş kişisel ve toplumsal beklentidir. Frankl’a göre bu beklenti, umutla bağdaştırılmazsa anlam eksikliği veya kaybına sebep olacağı için insanı kaygılı bir ruh haline sürükler ve bu durum varoluşsal bir krize yol açar. Logoterapi gibi anlam odaklı terapötik yaklaşımlar, bireylere kaygıyla yüzleşme ve anlamın yeniden keşfi için araçlar sunar. Dolayısıyla umut, kişiyi gizli anlamı

⁴⁹³ Frankl, *Anlam İstenci*, s.111.

⁴⁹⁴ Bahadır, *İnsanın Anlam Arayışı ve Din*, s.92.

keşfetmeye yönlendirir.⁴⁹⁵ Frankl’a göre insan, varoluşunun derinliklerinde saklı olan ve sadece kendisinin keşfederek anlamlandıracağı bir durum karşısında, o yaşadığı olayların gelecekle ilişkisini kurarak nihayete erdirebilir.⁴⁹⁶ Başka bir ifadeyle gelecekle ilişki kurabilmesi için güvenebileceği bir ‘şey’e ihtiyaç duymaktadır. Çünkü insan o ‘şey’le ilişki kurabildiği zaman dünyanın ötesinden olan o belirleyici ilkeleri tekrar kabul eder. Bu sayede de var olmasına bir anlam ve değer katacaktır.⁴⁹⁷

Frankl, her çatışmanın zorunluluk gereği nevrotik olmadığını ve özellikle varoluşsal engellenmeden kaynaklanan acının insanca bir başarı olarak nitelendirilebileceğini ifade etmektedir.⁴⁹⁸ Ayrıca, bir insanın yaşamına ilişkin yaşamaya değer olup olmadığı konusunda kaygı duymasının, hatta umutsuzluğa veya varoluşsal bir bunaltıya kapılmasının kesinlikle ruhsal bir hastalık olmadığını belirtmektedir.⁴⁹⁹ Frankl kaygı konusunda hayatında anlam bulabilmesi durumunda rahatlama yaşayacağını ve bu durumun da onun kurtuluşunu vesile olacağını ifade etmektedir. Bu konuda genç bir hastasının bu kaygıyı yönetememesinden dolayı yıllarca tedavi aradığını ve bir çözüm bulamaması sonucunda yolunun Frankl’la kesişmesiyle bir çözüm bulduğunu söylemiştir. Frankl, bu konuda kişinin bu durumunun bir hastalık olmadığını, acele etmemesi ve sabırlı olması gerektiği konusunda bir çözüm önerisinde bulunmasıyla hastanın kurtuluşuna yardımcı olmuş ve gencin yaşamış olduğu bu durumu “hakikate yakınlık” olarak tanımlamıştır.⁵⁰⁰

Frankl, hakikatin Tanrısallığın bir vechesi olduğunu ve durumun kişinin sadece kendi çabasıyla ulaşabileceğini söylemektedir. Çünkü külli hakikatin evrensel bir hakikat olmadığını ifade etmektedir.⁵⁰¹ Burada aktarılmak istenilen kişinin biricikliği ve yaşadıklarından sadece kendisinin bir anlam bulabileceğidir. Kişinin anlam konusundaki ümitli olması Frankl’a göre “anlam istenci” ile açıklanmaktadır. Bu konu da Marcel’de ümidi hayatı Tanrı’ya hizmete adanması gereken bir yolculuk olması gerektiğini ve bu bağlamda ifade ettiği “homo viator” kavramıyla⁵⁰² açıklamaktadır. Marcel gibi Frankl da dinin insanı selamete ulaştıracağını ve bu sayede de ruhun

⁴⁹⁵ Bahadır, *İnsanın Anlam Arayışı ve Din*, s.94.

⁴⁹⁶ Frankl, *İnsanın Anlam Arayışı*, ss.74-75.

⁴⁹⁷ Latif Tokat, *Anlam Sorunu*, Elis Yayınları, Ankara 2014, ss.142-143.

⁴⁹⁸ Frankl, *İnsanın Anlam Arayışı*, s.116.

⁴⁹⁹ Frankl, *İnsanın Anlam Arayışı*, s.117.

⁵⁰⁰ Frankl, *Anlam İstenci*, ss.115-117.

⁵⁰¹ Frankl, *Anlam İstemi*, s.117.

⁵⁰² Bayraktar, *Bağlanma Hürriyeti*, s.73, 98.

kurtulacağını⁵⁰³ söylemektedir. Frankl, insanın bu kurtuluşa ulaşabilmesi için getirdiği yöntemlerden birisi de insanlara faydalı olmaktan geçmektedir.⁵⁰⁴ Kişi kendisi zor durumda olması halinde bile başkalarına iyilik yapması hayata karşı umudunu gösterir ve bu da insana huzur verir. Dolayısıyla bu huzur da kişinin hayata dair kaygısının azalmasına sebep olur. Çünkü insan artık ‘an’ına ve geleceğine bir anlam yüklemekte, bir umut beslemektedir.

İnsanın yaşamış olduğu bu ikili duygu Tasavvuf terminolojisinde “havf-reca” kavramıyla ifade edilebilir. Korkmak, çekinmek, sakınmak, endişe etmek ve bilmek anlamlarına gelen havf kavramı ıstilahe anlamda istenmeyen bir şeyin başa gelmesi veya sevilen bir şeyin kaybedilmesi endişesi içinde olmak demektir.⁵⁰⁵ Zühd döneminde hüznün ve ağlamanın yanında birçok zahid tarafından havfa büyük önem verilmektedir. O kadar ki Hicri 2. asırda Basra bölgesinde Hasan Basri tarafından temsil edilen zühd anlayışının temeli havfa dayanır. Bununla birlikte diğer bölgelerde de havf zühdün önemli bir unsuru olarak değerlendirilir.

Ebu Said Harraz da havf konusunda şöyle der: “Havf ehlinin çoğu nefslерinden korktuklarından ve Allah’ın emrinden kendilerini kurtarmak için amel etmek üzere Allah’tan korkarlar.”⁵⁰⁶ Bu durumda korku, kişiyi günahattan ve hata işlemekten korumak adına her daim tedbirli ve ihtiyatlı olmaya teşvik eder. Dolayısıyla kişinin iradesi her daim canlılığını korumaktadır.

Harraz’ın bu yaklaşımından anlaşıldığına göre korku insanın Allah’a yönelmesinde başka bir ifadeyle manevi ilerleyişinde son derece önemli ve pozitif bir unsurdur. Bu yönüyle Harraz’ın bu yaklaşımı bize Frankl’ın anlam arayışında kaygının pozitif bir güdüleyici olarak değerlendirmesini hatırlatır. Çünkü korku duygusunun oluşturacağı endişe hali insanı bir anlam arayışına sürükler.

Ebu Talib el-Mekki, aslında her inanan insanın Allah’a karşı bir korkuya sahip olduğunu ifade etmektedir. Ancak bu korkunun derecesinin Allah’a ne kadar yakın olduğuyla ilişkili olduğunu ve bunun ilim ve marifet kaynaklı olduğunu belirtmektedir.⁵⁰⁷ Hoşlanılmayan bir durumun başa gelmesi veya arzulanan bir şeyin

⁵⁰³ Frankl, *Hayatın Anlamı ve Psikoterapi*, s.221.

⁵⁰⁴ Frankl, *İnsanın Anlam Arayışı*, s.64.

⁵⁰⁵ İbn Manzur, *Lisanü’l-Arab*, Darü’l-mearif, Kahire 1979, II, s.1290; Mustafa Kara, "Havf", TDV İslâm Ansiklopedisi, <https://islamansiklopedisi.org.tr/havf> (19.05.2023).

⁵⁰⁶ Serrac, *Luma*, s.89.

⁵⁰⁷ Ebu Talib el-Mekki, *Kutü’l-Kulub Kalplerin Azığı*, Çev. Muharrem Tan, İz Yayınları, İstanbul 2018, ss.226-227.

elde edilememesinin insanın ruhunda oluşturduğu elem ve huzursuzluğu yansıtan bu psikolojik hal, tasavvufi açıdan daha çok Allah korkusu ve ahirete yönelik endişeleri ifade etmek için kullanılmıştır.⁵⁰⁸ Havfa endişe ile ilişki kuran Kuşeyri bu durumu şu şekilde ifade etmektedir: “Havf, gelecekteki bir şeyle ilgilidir. Çünkü insan, ya başına hoşlanmadığı bir şeyin gelmesinden veya arzu ettiği bir şeyi elde edememekten korkar. Halde mevcut olan bir şeyle korkunun ilgisi bulunmaz. Allah Teala’dan olan korku; kulun ‘Allah beni ya dünyada ya da ahirette cezalandıracak.’”⁵⁰⁹ Nitekim bu korku kalbi daraltmakta ve üzüntüye yol açmaktadır.⁵¹⁰ Ayrıca salik her ne kadar korku içerisinde olsa da Yaratıcı’nın merhametine ve gücüne olan inancından dolayı kendisini emniyette ve güvende hisseder.

Havfin ilk derecesindeki korkunun sebebi ahiret dehşetinden⁵¹¹ kaynaklıdır. Başka bir ayette⁵¹² havf, doğrudan Allah’tan korkmaktan ziyade hesap vermekten korkma anlamı taşıdığı ifade edilmektedir. En yüksek derecesi ise doğrudan doğruya Allah’tan korkmak⁵¹³ olduğu yönündedir.⁵¹⁴

Salikin yaşadığı bu korkunun tamamlayıcısı olan kavram Tasavvuf terminolojisinde “reca” olarak isimlendirilmektedir. Reca; ümit, emel, beklenti, bir şeyin olmasını istemek⁵¹⁵ anlamına gelmekle beraber ıstılahi anlamda kulun ilahi rahmetin genişliğine bakması, Rabbinin lütfunu kendine yakın hissetmesi, sonucun iyi olacağına sevinmesi demektir.⁵¹⁶ Reca kavramındaki ümidi gelecekle ilişkilendiren Kuşeyri şu şekilde ifade etmiştir: “Reca, gelecekte meydana gelecek olan⁵¹⁷ ve sevilip istenilen bir şeye kalbin ilgi ve alaka duymasıdır. Reca da havf gibi gelecekle ilgili olması muhtemel şeylerle ilgilidir.”⁵¹⁸

Reca, işlenen amelin kabul edilmesini ve bol sevap elde etmeyi beklemektir. Bu reca, insanda heyecan uyandırır ve içine kapanarak amelinin kabulünü ve sevabını ümit etmektir. Salikin yaşadıklarına katlanmasında onu teşvik eden en önemli recası

⁵⁰⁸ Tek, *Tasavvufi Mertebeler*, s.83.

⁵⁰⁹ Kuşeyri, *Risale*, s. 217.

⁵¹⁰ Gazzali, *İhya Ulumi’l-Din*, VIII, s.125.

⁵¹¹ Nur 24/37.

⁵¹² Rahman 55/46.

⁵¹³ Al-i İmran 3/175.

⁵¹⁴ Herevi, *Menazilü’s-sa’irin*, s.84.

⁵¹⁵ İbn Manzur, *Lisanü’l-Arab*, III, s.1604.

⁵¹⁶ Süleyman Uludağ, "Recâ", TDV İslâm Ansiklopedisi, <https://islamansiklopedisi.org.tr/reca> (20.05.2023).

⁵¹⁷ Ankebut 29/5.

⁵¹⁸ Kuşeyri, *Risale*, s.132.

da iman ile ömrü tamamlamak ve akabinde cennete gidebilmektir.⁵¹⁹ Bununla birlikte, amelin reddedilmesinden ya da amelini bozacak bir felaketin meydana gelmesinden korkmaktır.⁵²⁰

Herevi'ye göre reca sahipleri üç kısma ayrılır: birincisi kişi bir hayır işlemiştir, amelinde sadık ve ihlaslıdır. Amelinden sevap umar, hayrın kabulünü ister ve Allah'tan mükafat bekler. İkincisi, bir kişi kötülük yapmış ve Allah'a tevbe etmiştir. Bu da tevbesinin kabulünü ve hatasının affını isteyerek sevap umar. Bu kimse affedilir, cezaya çarptırılmaksızın kendisine merhamet edilir. Bu iki kişinin recası sadıktır. Üçüncü bir kısım ise devamlı günah işler, istemeden de olsa nefsinin arzularına uyar, işlediği günahla Allah'ın karşısına çıkmak istemez ve tevbe etmeden bağışlanmaya karşı ümidi vardır.⁵²¹

Sülemi bu iki kavram hakkındaki görüşlerini şu şekilde ifade etmektedir: "Havf ve reca, kulu her halinde, fiilinde ve vaktinde doğrultan iki dizgindir. Ne zamanki bunlardan biri diğerinden fazla olursa kul hareket edemez, ilerleyemez. Bunun için kul, havf halinde recaya, reca halinde de havfe sarılmalıdır ki hali dengeli, ameli düzgün olsun. Çünkü havfın ağır basması umutsuzluğa; recanın ağır basması da aşırı güvenle gevşekliğe götürür."⁵²² Dolayısıyla havf-reca düşüncesi seyr ü süluk boyunca her daim canlılığını koruyan bir durumdur.

Frankl'a göre kaygı insanın varoluşsal doğasının bir yansımasıdır ve anlam arayışının bir parçasıdır. Kaygı, anlamsızlık veya anlam eksikliği durumlarında ortaya çıkar. Bununla beraber Tasavvuf geleneğinde, "havf" ve "reca" kavramları kaygı ve ümit arasındaki dengeyi ifade eder. İnsan, kulluk bilinciyle Allah'ın huzurunda küçüklüğünü ve kusurluluğunu hisseder ve bu nedenle bir kaygı duyar. Bir de insan, Allah'ın rahmetine güvenerek ümit eder ve O'ndan yardım ve bağışlanma talep eder. Havf ve reca, tasavvufi yaşamda denge ve deneyimlenmesi gereken içsel durumları ifade eder. Frankl'ın kaygısı ile tasavvufta kişinin seyr u sülûkunda havf ve reca halini

⁵¹⁹ Ebu Abdullah Muhammed b. İsmail Buhari, *Sahîhu'l-Buhârî*, thk. Muhammed b. Zuheyr b. Nâsır, Dâru Tûku'n Necât, Beyrût 1422, Tevhid, s.19; Ebû'l-Hüseyn Müslim İbnü'l-Haccâc el-Kuseyrî Müslim, *el-Câmiu's-Sahîh*, thk. Muammer Fuâd Abdülbâki, Dâru İhyai't-Türâsi'l-Arabî, Beyrût ty, İman, s.84; Bkz Kuşeyri, *Risale*, s.223.

⁵²⁰ Ebu Hafs Ömer b. Muhammed Sühreverdi, *Adabü'l-Müridin, Avarifü'l-Mearif Tasavvufun Hakikatleri*, çev. Abdülvehhab Öztürk, Saadet Yayınevi, İstanbul 2010, s.80.

⁵²¹ Tek, *Tasavvufi Mertebeler*, ss.100-101; Erginli, *Metinlerle Tasavvuf Terimleri Sözlüğü*, ss.335-336.

⁵²² Ebu Abdurrahman Sülemi, *Sufilerin Edepleri*, çev. Cemal Aydın, Sufi Kitap Yayınları, İstanbul 2022; Kuşeyri, *Risale*, s.223.

koruması insanın manevi ve ruhsal arınması açısından aynı derecede önemlidir. Bu nedenle kaygı ve havf-reca anlam arayışı açısından olmazsa olmaz bir gereklilik olarak görülür. Frankl, kaygıyı insanın anlam arayışındaki eksikliğine bağlarken tasavvuf da havf ve reca kulun bir yandan Allah’a yönelmesi diğer yandan da bu yönelişindeki eksikliği ve yetersizliği nedeniyle içinde bulunduğu tereddüt halini ve daha iyiyi arama çabasını ifade eder. Serrac bu konuda bir sûfinin içinde bulunduğu havf ve reca halini kendi dilinden şu şekilde aktarmaktadır: “ilahi sen, iradesiyle sana yönelene ve günahları konusunda senden ümidvar olana karşı lütufkarsın. Ey reca ehlinin emellerinin son durağı, bizi sevinç menzillerine götüren ve kurb makamına ileten acil bir ferahlıkla ümitlendirir.”⁵²³

Netice olarak denilebilir ki psikolojik ve terapötik yaklaşımları ile bireyin kaygı içerisinde olması ve onunla başa çıkma sürecinin anlam arayışının önemli bir unsuru olarak ele alan Frankl’ın bu yaklaşımında insanın hayatını varoluşsal boşluktan kurtararak bir üst varlığa bağlanması şeklinde ortaya koyduğu çözüm; sufinin seyr u sülûk sürecinde manevi tekamülü için bir yandan Allah’a kulluk vazifelerini yerine getirirken yapıp ettiklerindeki hata ve eksikliklerinden kaynaklanan kaygı, bununla beraber Allah’tan görmeyi arzuladığı af ve bağışlanma beklentisi onun anlam arayışının ana unsurlarından birini oluşturması açısından önemli ölçüde paralellik göstermektedir. Şu var ki ister kaygı isterse havf-reca kişinin yaşadığı bu deneyim ister istemez karşılaşacağı zorluklara pozitif bir gözle bakmayı da beraberinde getirecektir.

3.2.4. Negatif Mutluluk/Acı ve Riyazet

Acı, insan deneyiminin kaçınılmaz bir parçasıdır ve psikoloji alanında önemli bir konudur. Varoluşçu bir perspektiften yaklaşan Frankl, acının insanın yaşamındaki önemli bir bileşen olduğunu ve onunla nasıl başa çıkılabileceğini anlamak için derinlemesine incelenmesi gerektiğini öne sürmektedir. Frankl’a göre acı insanın deneyimindeki merkezi rolünü vurgulayan bir perspektife sahiptir. Ona göre, acı hayatın kaçınılmaz bir gerçeğidir ve insanların acıyı anlamlandırma, bununla başa çıkma becerileri, yaşamlarının anlamını etkilemektedir. Frankl, acıyı anlamlandırmak için varoluşsal bir yaklaşım benimser ve insanın acıya verdiği anlamın kişisel bir seçim olduğunu savunur. Ona göre, acıyla karşılaşan insanlar, acıya anlam yükleyerek ve ona

⁵²³ Serrac, *Luma*, ss.61-62.

anamlı bir tepki vererek içsel büyüme ve anlamı yeniden keşfetmeyi başarabilirler.⁵²⁴

Frankl, Auschwitz'deki deneyimleri sırasında insanların nasıl hayatta kalmayı başardığını incelemiştir.⁵²⁵ Ölümcül koşullara rağmen, bazı insanlar hayatta kalmak için bir amaç, bir anlam bulabilmişlerdir. Bu insanlar, acılarını anlamlı bir şekilde yaşama arzusuyla desteklenen içsel bir motivasyona sahiptir. Frankl'a göre, negatif mutluluk, hayatın zorluklarına meydan okuyabilmek, direnebilmek ve anlam bulabilmek için içsel bir kapasiteyi ifade eder.⁵²⁶ Bu kavram, olumsuz koşullar altında dahi insanların hayatta kalarak kendilerini gerçekleştirmelerine yardımcı olan bir içsel gücü temsil eder. Negatif mutluluk, acı, kayıp ve zorluklarla dolu bir hayatta bile insanın içsel bir anlam arayışını sürdürebileceğini vurgular.

Acıdan doğan bu mutluluk Frankl'a göre varoluşçu kavramlarla yakından ilişkilidir. Dolayısıyla önce acıyı tanımlamak gerekir. Frankl'a göre acı ilk olarak, "anlamsızlık" kavramı ile yani insanın deneyimindeki varoluşsal bir gerçeklikle ilişkili olduğunu vurgular. Acı, anlamsızlık hissini tetikleyebilir ve insanları varoluşsal bir krize sürükleyebilir. İkinci olarak, Frankl'ın "irade özgürlüğü" kavramı, insanların acıya nasıl tepki vereceklerini seçme gücüne sahip olduklarını belirtir. İnsanlar, acıya anlam yükleyebilir ve ona karşı duruşlarını belirleyebilirler. Son olarak, Frankl'ın "anlam arayışı" kavramı, insanların acıyla başa çıkmak için anlamı yeniden keşfetme ihtiyacını vurgular. Acı, insanları anlam arayışına yönlendirebilir ve onların içsel büyüme ve kişisel gelişimini teşvik edebilir.

Frankl, yaşadıklarından hareketle öne sürdüğü önermesini şu şekilde ifade etmektedir; *“eğer hayatta gerçekten bir anlam varsa, acıda da bir anlam olmalıdır.”* Frankl bu konuda Nietzsche'nin *“yaşamak için bir nedeni olan kişi, hemen her nasıla katlanabilir”* düşüncesini temel düstur olarak belirlemiştir.⁵²⁷ Bu sebepten dolayı kişi yaşadığı olumsuzluklardan kaçamıyorsa onlara katlanabilir ve dahi bu durumdan mutluluk bile hissedebilir. Bu durum Frankl'ın ifadelendirdiği negatif mutluluğa işaret etmektedir.

⁵²⁴ Frankl, *İnsanın Anlam Arayışı*, s.163.

⁵²⁵ Frankl, *İnsanın Anlam Arayışı*, ss.17-109.

⁵²⁶ Frankl, *İnsanın Anlam Arayışı*, s.62.

⁵²⁷ Frankl, *İnsanın Anlam Arayışı*, s.92.

Denilebilir ki insanın hayatında karşılaştığı acı tecrübeler Frankl'ın gözüyle bakıldığında sadece bir buhran ve bunalım hali olmayıp, insanın hayatına değer katan bir anlam içermektedir. Acı çekmenin insan hayatı için anlam kazanması insanı bir arayışa sürüklüyor olmasıyla irtibatlı olduğu anlaşılmaktadır. Başka bir ifadeyle Frankl'ın varoluşçu yaklaşımında acının temel bir güdüleyici olduğu söylenebilir.⁵²⁸ Kanaatimizce acıyı “negatif mutluluk” olarak tanımlamasının nedeni budur.

İnsanın hayatta yaşadığı olaylar onun bakışıyla şekil almaktadır. Dolayısıyla yaşanan her şey olumsuzluk teşkil etmemektedir. Hayatın nihai anlamı sadece yaşananlarla/ölümle değil, daha ziyade bunlara yüklenen anlamlar ile bağlantılıdır.⁵²⁹ Yani yaşananlara ne açıdan baktığımız nihai anlam ile doğrudan ilgilidir. Dolayısıyla anlam her zaman başarı içinde gelmeyebilir. Önemli olan başarısızlık içinde bile anlamı gerçekleştirebilmektir. Başka bir ifadeyle “başarısızlık anlamsızlık anlamına gelmemektedir.” Bu sebeple acıyı anlam arayışının bir parçası olarak gören kişiye yaşadığı mutsuzluk verici şeyleri unutmayı isteyip istemediği sorulursa, muhtemelen hayır diyecektir; çünkü ıstırapın yoğunluğu onun için bir anlam ifade etmektedir.⁵³⁰

Kişi yaşadığı sorunlar karşısında onu bir semptom olarak gördüğü vakit o olayın asli boyutunu anlayamayacaktır. Nitekim bu düşüncesini değiştirdiği vakit, yaşadığı acıyı insani varoluşun gereği olarak görmeye başlar ve anlamsızlığın çukurundan kurtulmaya adım atmış olur. Frankl, bu aşamadaki insanlara sabırlı ve yürekli olmayı tavsiye etmekte, sorunların şimdilik çözülmemiş olması durumunda da zamana bırakılması durumunda bir çözüm yolu ortaya çıkabileceğini öngörmektedir.⁵³¹

Frankl, acıyla başa çıkma stratejilerini anlamlandırma ve anlam yaratma süreciyle ilişkilendirir. Ona göre, insanlar acıyı anlamlandırma ve ona anlamlı bir tepki verme gücüne sahiptir. Acıyla başa çıkma süreci, kişinin irade özgürlüğünü kullanarak acıya verdiği anlamı seçmesini içerir. Bu anlamlandırma süreci, kişinin acıyla yüzleşme ve ona anlamlı bir şekilde yanıt verme yeteneğini geliştirmesine yardımcı olur. Frankl, acıyla başa çıkma sürecinde anlamın yeniden keşfinin önemini vurgular.

⁵²⁸ Frankl, *İnsanın Anlam Arayışı*, s.158.

⁵²⁹ Frankl, *İnsanın Anlam Arayışı*, s.160.

⁵³⁰ Viktor E. Frankl, *Tıbbi Ruhsal Bakım Logoterapinin ve Varoluşsal Analizin Temelleri*, Totem Yayınları, İstanbul 2022, s.146.

⁵³¹ Frankl, *Anlam İstenci*, s.118.

İnsanlar, acıyı anlamlı bir şekilde deneyimleyerek içsel büyüme ve kişisel gelişim fırsatı bulabilirler. Acı, insanların dayanıklılığını artırabilir, empati ve anlayış yeteneklerini geliştirebilir ve yaşamın değerini derinlemesine anlamalarına yardımcı olabilir.

Kampta yaşanan acılar ve eziyetler, Frankl'ın tutum ve düşüncelerini geliştirmesinde önemli bir rol oynadığından, onun yaşam felsefesinin oluşumunda önemli bir etkiye sahiptir. Bu bağlamda, Frankl Toplama Kampı'ndaki zorlu günlerinde acıyla kurduğu ilişkiyi şu şekilde ifade etmektedir:

“Zihnimi başka şeyler düşünmeye zorladım. Bir anda kendimi iyi aydınlatılmış, sıcak ve güzel bir derslikte kürsüde dururken buldum. Önümde, rahat sandalyelerde oturan ilgili izleyiciler vardı. Toplama kampının psikolojisi üzerine bir ders veriyordum! (...) Bu şekilde, durumun üstüne, o anın ıstıraplarının ötesine geçmeyi başarmış ve onları geçmişte kalmış şeyler olarak gözlemlemiştim.”⁵³²

Frankl'ın varoluşçu terminolojiye “negatif mutluluk”⁵³³ olarak hediye ettiği bu kavram ile hem acının katlanılabilir hale gelmesi hem de başka insanların yaşadığı daha büyük acıları görünce, tabiri caizce içinde bulunduğu duruma şükredecek bir psikolojik hali kastetmektedir.

Viktor E. Frankl varoluşçu perspektiften yaklaşımına göre, insanın acıyla başa çıkma sürecinde anlam yaratma ve anlamlandırma yeteneğine vurgu yapar. Acı, insan deneyiminin kaçınılmaz bir parçasıdır ve ona anlam yüklemek, ona anlamlı bir yanıt vermek, kişinin irade özgürlüğünü kullanma gücünü ortaya çıkarır. Acıyla başa çıkma süreci, içsel büyümeyi teşvik edebilir ve insanın anlam arayışını derinleştirebilir.⁵³⁴

Frankl'ın acının anlamı konusundaki açıklamalarında bazen, yaşamın anlamını bulmak için acı çekmenin gerektiği gibi yanlış bir anlayış ortaya çıkabilir. Ancak Frankl, bunun yanlış olduğunun altını çizerek “*acının kaçınılabilir olduğu durumlarda yapılacak en anlamlı şeyin, ister ruhsal veya fiziksel, ister politik olsun, acıya yol açan nedeni ortadan kaldırmak*” olduğunu belirtmektedir.⁵³⁵ Frankl, insanın acılar karşısında kaçmak yerine bir tavır geliştirerek acılarla yüzleşerek bir anlam bulmayı

⁵³² Frankl, *İnsanın Anlam Arayışı*, s.84.

⁵³³ Frankl, *İnsanın Anlam Arayışı*, s.62.

⁵³⁴ Frankl, *Tıbbi Ruhsal Bakım*, ss.146-149.

⁵³⁵ Frankl, *İnsanın Anlam Arayışı*, s.128; Çelik, “Logoterapi: Temel Bileşenleri ve Terapi Teknikleri”, s.19.

önermektedir. Ona göre, umutsuz veya trajik bir durum, insanın zorluklarını başarıya dönüştürerek eşsiz potansiyelini ortaya koyması açısından önemli bir fırsattır.⁵³⁶ Acılar, ıstıraplar ve trajediler insanların kendilerini ilerletmek ve geliştirmek için bir fırsat olarak görülebilir.⁵³⁷ Bir gün Frankl'a terapiye gelen haham, yaşadıklarını unutamadığını söylediği vakit ona uyguladığı yöntem ile yaşadığı acı günleri hahama bir fırsat olarak görmesini sağlayarak o kişiyi huzura kavuşturmuştur.⁵³⁸

Netice itibarıyla Frankl, acının hayatın kaçınılmaz bir parçası olduğunu vurgulayan bir perspektife sahiptir. Ona göre, insanların acıyla başa çıkma becerileri, yaşamlarının anlamını etkileyebilir. Frankl, acıyı anlamlandırmak için varoluşçu bir yaklaşım benimser ve insanın acıya verdiği anlamın kişisel bir seçim olduğunu savunur.

Frankl'ın bu yaklaşımına Tasavvuf terminolojisinde "riyazet" kavramıyla açıklık getirilebilir. "Yabani bir hayvanı eğitmek, egzersiz yapmak, boyun eğdirmek,⁵³⁹ çekici ama zararlı şeylerden uzak kalmak, zor ama faydalı şeyleri yapmaya kendini alıştırmak⁵⁴⁰, nefsi tabiatına bulaşan kirlere ve temayüllerden arındırıp ahlakını güzelleştirmek⁵⁴¹ anlamına gelen riyazet, tasavvuf terminolojisinde nefsi eğitmek için onu birtakım tabii ve meşru arzularından mahrum etmeyi ifade eder. Başka bir ifadeyle riyazet, kişinin nefsinin terbiye edilmesi ve ahlakının güzelleştirilmesi amacıyla zorlu ve faydalı işleri yapmaya kendini alıştırmayı, bir taraftan benlik arzularını kırma hedefiyle bedenini güç gerektiren ve meşakkatli görevlere yönlendirirken, diğer taraftan düşüncelerini dünyevi düşüncelerden arındırarak Allah'a odaklanmasıdır.⁵⁴² Riyazet, üç maksada yönelik yapılabilmektedir: birincisi Hakk'tan başka birini seçme alışkanlığını terk etmektir. İkincisi nefs-i emmareyi, hayal ve vehm (düşünce) kuvvetlerini, kudsi emre muvafık fikirlere çekebilmek ve süfli fikirlere muvafık fikirlerden alıkoymak için nefs-i mutmainneye itaat ettirmektir. Üçüncüsü tenebbüh (dikkat ve uyanık) için sırrı sükuna erdirmektir.⁵⁴³

⁵³⁶ Çeber, *Din Psikolojisi Mantıku't-Tayr*, s.85.

⁵³⁷ Frankl, *Duyulmayan Anlam Çılgılığı Psikoterapi ve Hümanizm*, s.39.

⁵³⁸ Frankl, *İnsanın Anlam Arayışı*, s.134.

⁵³⁹ Süleyman Uludağ, "Riyâzet", TDV İslâm Ansiklopedisi, <https://islamansiklopedisi.org.tr/riyazet--tasavvuf> (31.05.2023).

⁵⁴⁰ Uludağ, *Tasavvuf Terimleri Sözlüğü*, s.297.

⁵⁴¹ Seyyid Şerif Cürcani, *Ta'rifat Tasavvuf İstılahları*, terc. Abdülaziz Mecdi Tolun, Litera Yayıncılık, İstanbul 2014, s.95.

⁵⁴² Tek, *Tasavvufi Mertebeler*, s.73.

⁵⁴³ Erginli, *Metinlerle Tasavvuf Terimleri Sözlüğü*, s.818.

Salikin nefsinı eğitmek amacıyla yapmış olduğu temrinlerin amacının esas itibariyle nefse eziyet etmek amacı taşımadığı ifade edilmelidir. Bu bakımdan Frankl'ın acıya bakışı ve buradan “negatif mutluluk” çıkarması ile salikin geçirdiği riyazet sürecinin amacı “anlam arayışı” ya da nihai anlama ulaşma çabası olarak görülebilir.

Riyazet tasavvufi eğitimde farklı şekillerde ele alınmış olmakla birlikte dayandığı birkaç ana ilke üzerinden tasvir edilmektedir. Söz gelimi Hasan el-Kazzaz riyazet eğitimini üç nokta⁵⁴⁴ üzerinde incelerken, Gazzali'ye göre dört türdür: az yemek, az uyumak, az konuşmak ve insanların eziyetine katlanmak. Az yemek şehveti öldürür, az uyumak iradeyi saflaştırır, az konuşmak tehlikelerden korur, eziyetlere katlanmak amaca ulaştırır. Zira cefaya tahammül ve eziyetlere sabretmekten daha zor bir şey yoktur.⁵⁴⁵ Bu konuda Malik b. Dinar, “Dünyevi arzularına galebe alan bir kimsenin, şeytan gölgesinden bile korkar.” demiştir.⁵⁴⁶ Bu ifadeden anlaşılacağı üzere kişi aslında riyazet ile irade sahibi olması beklenir.

Tasavvuf geleneğinde, "riyazet" kavramı, içsel denge ve huzurun elde edilmesi için yapılan öz-denetim ve öz-disiplini ifade eder. Riyazet, nefsi terbiye etmek ve arzuları kontrol altında tutmak için gönüllü olarak çeşitli zorluklara katlanma yolculuğunun aşamasıdır. Riyazet, fiziksel ileler, açlık, sessizlik, yalnızlık gibi dışsal zorlukları içerirken, aynı zamanda içsel savaşları ve nefisle mücadeledeyi de içerir. Riyazetin gayesi nefsin tezkiyesi ve kişinin Allah'a daha yakın bir ilişki kurmasıdır. Bu eğitime katılmak isteyen bir sûfi, kesinlikle bir mürşid-i kamilin kontrolünde eğitim almalı, derslerini onun gözetiminde gerçekleştirmeli, zikir ve evradını onun belirlediği yöntem ve sürede yapmalıdır. Bu süreçte mürşid-i kamil de müridini sürekli olarak riyazet eğitimine tabi tutar, ilerlemesini gözlemler, eksikliklerini giderir, yeni aşamalardan haberdar eder, müridin dikkatinin dağılmasını, yanlış davranışlar sergilemesini ve hatalara düşmemesini engelleyen durumlarla onu korur.⁵⁴⁷ Burada müridin riyazet eğitimini belirleyen ve denetleyen mürşid-i kamil Frankl'ın “kendini gerçekleştirmiş insan” olarak adlandırdığı, anlam arayışı sürecini yani sülûkun

⁵⁴⁴ Bu üç nokta; muhtaç olduğunda yemek, zorlandığı zaman uyumak, zaruret anında konuşmak. Bkz Kuşeyri, *Risale*, s.429.

⁵⁴⁵ Gazzali, *İhya u Ulumi'd-Din*, c. I, s.17,71.

⁵⁴⁶ Kuşeyri, *Risale*, s.232.

⁵⁴⁷ Kadir Özköse, “Tasavvufta Riyazet Uygulaması”, *Somuncu Baba İlim Kültür ve Edebiyat Dergisi*, s.159, 2014, s.23.

tamamlamış bir rol modeli ifade eder. Bu eğitim sürecinde halvet ya da çile uygulamasının ayrı bir yeri vardır.

Halvet, dervişin dünyevi bağlardan uzaklaşarak Allah'a yoğunlaşmasını, içe dönerek manevi deneyimlerini derinleştirmesini ifade eder.⁵⁴⁸ Bu süreç genellikle sessiz ve izole bir ortamda gerçekleştirilir ve dervişe kendi nefsiyle yüzleşme ve manevi yoğunlaşma fırsatı verir. Halvet, dervişin nefis muhasebesi yapmasını, Allah'a daha yakın olmak için derinleşmesini ve içsel manevi sırları keşfetmesini sağlar.⁵⁴⁹ Bu deneyim tasavvuf terminolojisinde farklı kavramlarla ifade edilmekle birlikte yaygın olarak “çile” kavramının kullanıldığı görülmektedir. Farsça bir kelime olan çile “kırk anlamına gelmekte olup halvet uygulamasının süresinin ifade ederken bizatihi halvetin yerine kullanılır olmuştur.

Çile, dervişin dünyevi arzularını terk etmesini, iç dünyasını temizlemesini ve nefsinin tutkularına direnmesini ifade eder. Derviş, çileye gönüllü olarak katılarak maddi zevklerden vazgeçer ve fiziksel, duygusal veya zihinsel sıkıntılara katlanır. Bu sıkıntılar, nefsin arzularını kontrol etmek, içsel engelleri aşmak ve manevi olgunluğa ulaşmak için birer fırsat olarak görülür.⁵⁵⁰ Çile, dervişin nefis terbiyesini ve Allah'a yönelik samimiyetini artırmayı hedefler. Derviş, çileyle birlikte kendi sınırlarını zorlar, içsel sıkıntılarına karşı koyma becerisini geliştirir ve nefsinin arzularını kontrol altına almaya çalışır. Bu süreçte derviş, manevi yolda ilerlemek ve Allah'a daha yakın olmak için içsel sıkıntıları ve zorlukları aşmaya çalışır. Çile, dervişin manevi gelişimini hızlandırır ve içsel engelleri aşarak daha derin bir bağlantı kurmasını sağlar.⁵⁵¹ Halvet veya çile esas itibarıyla dervişin dünyevi arzularına yönelik olarak koyduğu sınırlara katlanabilme becerisi kazanmayı ifade etmesi açısından her ne kadar bir mahrumiyet gibi anlaşılsa da bunun sonucunda manevi bir olgunluk kazanmayı hedeflediği için Frankl'ın tabiriyle negatif mutluluğu çağırıştır. Dolayısıyla negatif mutluluk veya halvet özelinde gerçekleşen riyazet başa gelen olumsuz olaylarla mücadele etme sürecinde karşılaşılan zorluklar ve fakat nihayetinde bir anlam arayışı ve insanın kendisini keşfedişi gibi bir sonucu hazırlar. Yeniden keşfetme ihtiyacını

⁵⁴⁸ Süleyman Uludağ, "Halvet", TDV İslâm Ansiklopedisi, <https://islamansiklopedisi.org.tr/halvet--tasavvuf> (04.06.2023).

⁵⁴⁹ Kuşeyri, *Risale*, ss.198-199; Serrac, *Luma'*, ss.239-240; Erginli, *Metinlerle Tasavvuf Terimleri Sözlüğü*, ss.319-321.

⁵⁵⁰ Selçuk Eraydın, "Çile", TDV İslâm Ansiklopedisi, <https://islamansiklopedisi.org.tr/cile--tasavvuf> (04.06.2023).

⁵⁵¹ Özköse, *Tasavvuf*, ss.232-233; Uludağ, *Tasavvuf Terimleri Sözlüğü*, s.96.

vurgular. Her ikisi de insanın içsel büyüme ve kişisel gelişimini teşvik ederek acının anlamını anlamlandırma amacı taşır. Başka bir ifadeyle insanın kendisiyle/nefsiyle mücadelesini içerir.

Frankl'ın görüşlerinde, insanın acıyla başa çıkma sürecinde irade özgürlüğünü kullanması ve acıya anlamlı bir şekilde tepki vermesi gerektiği vurgulanır. Benzer şekilde, tasavvufta riyazet ile nefsi disipline etme ve arzuları kontrol altında tutma amacı esastır. Adı her ne olursa olsun gerek negatif mutluluk gerekse riyazet insanın hayatında karşılaştığı üzüntü verici veya acı deneyimler üzerinden bir olgunlaşma sürecini ifade ederken bir yandan da insanın bu dünya da yaşadığı hadiselerle dayanabilme gücü kazanmasını ve her deneyimin kendisini nihai bir anlama sevk etmesini ifade eder. Ancak bunun için insanın bu dünyanın ötesinde ve bu dünyaya bir anlam katan bir mutlak varlığa ihtiyaç duyulması bir zorunluluktur. Bu da Frankl'ın varoluşçu düşüncesini tanrısal bir bağ ile anlamlı kılmaktadır. Başka bir ifadeyle Frankl'ın varoluşçuluğu dini bir çerçeveye sahiptir ve tanrı insanın bu dünyadaki deneyimlerinin sonucunda ulaşacağı zorunlu bir gerçekliği ifade eder. Tasavvufi perspektiften söyleyecek olursak kişinin nefsiyle mücadelesi ve bu amaçla dünyevi lezzetlere karşı mesafeli duruşunun tamamını ifade eden riyazet, insanı-i kamil olma yolunda yaşanan tecrübelerin bütününe ifade eder. Bu olgunlaşma sürecinin nihayetinde “insan-ı kamil” adını alan olgun insan modeli Frankl'ın varoluşçu düşüncesinde “kendini gerçekleştirmiş insan” şeklinde ifadesini bulur. Bu yaklaşım varoluşçu düşünceyi nihilizm ile özdeşleştiren yaygın bakış açısının aksine tek bir hakikat olarak ulaşılması gereken bir yüce yaratıcıyı zorunlu kılar.

3.2.5. Vicdan ve Vera/Muhasebe

Vicdan, insanın içsel potansiyelleri ile çevresel faktörlerin birlikte etkileşiminden doğan bir fenomendir. Bu bağlamda, vicdanın doğruya ve iyiye yönelik bir yapı geliştirmesinin yanı sıra, yanlış ve kötüye yönelik bir yapı da geliştirmesi mümkündür. Vicdanın içeriği ve gelişim yönü, eğitimin niteliği ve bireyin çevresiyle olan etkileşim tarzı tarafından belirlenir.⁵⁵²

Viktor E. Frankl'a göre, anlam arayışı sürecinde bireye en güçlü rehberlik aracı olarak sunulan vicdanı şu şekilde tanımlamaktadır: Vicdan, her durumda sezgisel bir tarzda ortaya çıkan olağanüstü bir yetenek olarak kendini gösteren gizlenmiş benzersiz

⁵⁵² Bahadır, *İnsanın Anlam Arayışı ve Din*, s.122.

anlamı ifade eder.⁵⁵³ Ona göre insanın içsel bir rehberliğe sahip olabilme yeteneği olan vicdan, logoterapinin temelini oluşturur. Frankl, vicdanın insanın özgür iradesiyle sıkı bir ilişkisi olduğunu ve bu özgür iradenin kişisel sorumluluk taşıma yeteneğiyle birleştiğini savunur.⁵⁵⁴ İnsanın özgür iradesi, seçim yapma yeteneği ve sorumluluk taşıma gücünü içerir. Frankl'a göre irade, hayata anlam katma ve içsel bir özgürlük hissiyle karşılaşma yeteneğini temsil eder. İrade, insanın dış etkenlere tepki verme yeteneğinin ötesine geçerek, içsel bir seçim yapma gücünü ifade eder. Frankl'a göre, insanlar çevreleriyle ve yaşadıkları koşullarla karşılaştıklarında tepkilerini seçme özgürlüğüne sahiptir. Olaylar ve durumlar karşısında tepkilerimizi seçme yeteneğimiz, içsel bir iradeyle ilişkilidir. Bu irade, düşüncelerimizi, duygularımızı ve eylemlerimizi belirleme gücümüzü sağlar.

Frankl'a göre, anlam var olmak zorunda değildir, aynı şekilde bulunmaması da mümkündür ve insanı anlam arayışında yönlendiren şey, kişinin vicdanıdır. Başka bir ifadeyle, vicdan kişinin anlamlandırma organıdır. Vicdan, her durumda mevcut olan, benzersiz ve tek bir anlamın izini sürmeyi ve onu bulmayı görev edinen bir organdır. Ayrıca, Heidegger de vicdanı, anlamamızı sağlayan ve onu ortaya çıkaran bir özellik olarak görür. Bu nedenle, anlam arayışı ile vicdan arasında doğru bir orantı olduğu söylenebilir.⁵⁵⁵

Frankl, vicdanı tanımlarken ona bilinçdışı bir görev atfetmektedir. Tanrıtanımaz filozoflar ise hayatlarında bilinçdışı bir boşluk bırakmamaktadırlar, çünkü her şeyi kendi seçimleriyle yaptıklarını kabul etmektedirler. Onlara göre, bilinçdışını kabul etmek Tanrı'yı kabul etmek anlamına gelir ve bunun sonucunda özgürlüklerinin engellenmesiyle karşılaşacaklardır. Bu durumu kabul etmek onlar için uygun değildir.⁵⁵⁶

Frankl'a göre, irade ve anlam arayışı birbirine bağlıdır ve birlikte etkileşim halindedir. İrade, insanın anlamı keşfetme ve hayata anlam katma yeteneğini besler. İnsan, anlamlı bir amaca sahip olduğunda ve değerlerine uygun olarak hareket ettiğinde iradesini kullanarak yaşamını şekillendirebilir ve zorluklarla başa çıkabilir.

⁵⁵³ Frankl, *Tıbbi Ruhsal Bakım*, ss.74-75.

⁵⁵⁴ Frankl, *Psikoterapi ve Din*, s.59.

⁵⁵⁵ Frankl, *Tıbbi Ruhsal Bakım*, s.75.

⁵⁵⁶ Frankl, *Psikoterapi ve Din*, s.60.

Vicdan, bu özgür iradeyi kullanırken insanın kendisine ve diğerlerine saygı göstermesi, etik değerlere uygun hareket etmesi için bir rehberlik işlevi görür.

Frankl, insanın özgür iradesi ve sorumluluk taşıma gücü üzerine odaklanır. Vicdan, bu özgür iradeyi kullanırken, bireyin kendisine ve başkalarına saygı göstermesi, etik değerlere uygun hareket etmesi ve anlamlı bir yaşam sürmesi için bir rehberlik işlevi görür.

Frankl, vicdanın kişisel bir deneyim olduğunu ve her bireyin kendi iç dünyasında yer aldığını vurgular.⁵⁵⁷ Bu noktada, vicdanın toplumsal ve kültürel faktörlerden bağımsız bir şekilde bireyin içsel değerlerine dayandığını söyleyebiliriz. Vicdan, bireyin etik sorumluluğunu anlamasına ve eylemlerinin sonuçlarını değerlendirmesine yardımcı olur. Vicdan, kişinin kendisiyle bağlantı kurduğu, içsel bir otorite gibidir. Birey, vicdanını kullanarak doğru ve yanlış arasındaki ahlaki değerlendirmeyi yapar ve bu değerlendirmeler doğrultusunda hareket eder.

Frankl'a göre vicdan, sorumlu olmanın ilk fenomen olması gereği "karar veren" insan varlığının zorunlu bir parçasıdır.⁵⁵⁸ Vicdanın önemini vurgularken, insanların içsel bir pusulaya sahip olduklarını ve doğru ile yanlış arasındaki ahlaki değerlendirmeyi yaparken vicdanlarının yol gösterici karakterini belirtir.⁵⁵⁹ Vicdan, bireyin kendi değerleriyle uyumlu şekilde hareket etmesine yardımcı olur ve yaşama anlam katmada önemli bir rol oynar. Vicdana kulak verilmesi insanın doğru seçimler yapma yeteneğini güçlendirebilir ve bireyin nihai anlam arayışında ilerlemesine yardımcı olabilir. Vicdan, sorumluluk sahibi olmanın ilk belirtisidir ve insanın etik sorumluluğunu algılamasına, eylemlerinin sonuçlarını değerlendirmesine yardımcı olur. Vicdan, insanın iç dünyasındaki değerlerle uyumlu kararlar almasını teşvik eder ve bunun sonucunda insan, anlamlı bir yaşam sürme potansiyeline ulaşır. Logoterapide, vicdanın farkındalığını artırmak ve içsel değerlere uyumlu hareket etmek, bireyin anlam arayışında ilerlemesine ve anlamlı bir yaşam sürmesine katkıda bulunur.

Vicdanı şekillendiren en güçlü etkiler, sorumluluğun merkezi olarak tanımlanan vicdanın dini inançlardan kaynaklanan etkileridir. Çünkü vicdan, insanüstü bir yüce varlık tarafından beslenerek, insanın insanüstü boyutunun ötesine geçer. Vicdan,

⁵⁵⁷ Frankl, *Psikoterapi ve Din*, s.29.

⁵⁵⁸ Frankl, *Psikoterapi ve Din*, s.29.

⁵⁵⁹ Frankl, *Psikoterapi ve Din*, ss.29-30.

yüceliğin sesi olarak kabul edilir ve bu nedenle doğrudan yüce olanı ifade eder. Dolayısıyla, vicdan dogmatik olarak Tanrı'yı işaret eder. Tanrı, vicdan aracılığıyla insanı ahlaki olarak düzenlemektedir.⁵⁶⁰

Frankl'ın varoluşçu yaklaşımında vicdanın insanın iradesi ve özgürlüğü ile sorumluluğu ve görev bilinci arasındaki dengeyi sağlayan bir yeti olduğu görülmektedir. Şöyle ki insan iradesiyle ve seçme özgürlüğü ile bir yandan nefsi ile mücadele ederken bir yandan da aynı iradesi ile hayatına anlam katacak ve kendisini “boşluk”tan kurtaracak olan sorumluluk üstlenerek varlığını dünya da anlamlı hale getirecektir. Bu dengenin sağlanabilmesi yani insanın iradesini elinden almaksızın onun bir sorumluluk üstlenebilmesi her halükarda insanüstü bir iradeyi gerektirmektedir. Başka bir ifadeyle insan insanüstü bir iradeye bağlanmakla özgür bir irade sahibi olabilmektedir. Buradan hareketle Frankl'ın varoluşçu yorum tarzının dini bir perspektifte değerlendirdiği söylenebilir. Bu değerlendirmenin en temel argümanı ise kanaatimizce vicdan kavramıdır.

Tasavvuf terminolojisinde vicdana karşılık gelebilecek kavram “vera”dır. Kelime anlamı sakınmak, kaçınmak, çekinmek olan vera, ıstılahtan haram ve günah olup olmadığı şüpheli hususlardan özenle kaçınıp helal ve mubahların bir kısmından feragat etmektir.⁵⁶¹

Vera'ı şüpheli şeyleri terk etmek olarak tanımlayan Kuşeyri, bu konuda İbrahim b. Edhem'den şu nakilde bulunmaktadır: “Vera şüpheli olan her şeyi terk etmektir. Fuzuli şeyleri terk etmek demek olan malayaniden uzak kalmaktır.”⁵⁶² Yahya b. Muaz ise vera'nın iki çeşidinin olduğunu söylemektedir: ilki Zahirî vera' Allah Teala'nın rızasından başka bir şeyin seni harekete geçirmemesidir. İkincisi Batîni vera' kalbine Allah Teala'dan başka bir şeyin girmemesidir.⁵⁶³ Bu ayrıma mukabil Serrac da vera sahiplerinin üç derece olduğunu ifade etmiştir: birincisi, haram ve helal oluşu açık surette belli olan şeyler arasında kalan ve kesin olarak haram ve helal denilemeyen şüphelilerden sakınanlar. İkincisi, eli bir şeye uzandığında kalbiyle ona vakıf olarak

⁵⁶⁰ Frankl, *Psikoterapi ve Din*, s.49.

⁵⁶¹ Süleyman Uludağ, "Vera", TDV İslâm Ansiklopedisi, <https://islamansiklopedisi.org.tr/vera> (8.06.2023).

⁵⁶² Kuşeyri, *Risale*, s.203.

⁵⁶³ Kuşeyri, *Risale*, s.204.

göğsü daralan kimselerin vera'ı. Üçüncüsü, bu vera' ariflerin ve vecd ehlinin mertebesidir.⁵⁶⁴

Tasavvuf terminolojisinde vera' kavramı insanın kendi iradesiyle yapıp ettiklerine dair ortaya koyduğu hassasiyeti ifade etmektedir. Anlaşılacağı üzere bu hassasiyet insanın bir yandan iradesini diğer yandan da sorumluluğunu koruyup gözetken bir tutumu ifade eder. Dolayısıyla kul, her anını ve eylemini gerçekleştirirken bir içsel bir denetim anlayışıyla hareket edecektir ki bu da tasavvuf terminolojisinde "muhasabe" kavramıyla karşılık bulur.

Muhasabe, tasavvuf yolcusunun kendini sürekli bir iç gözlem ve muhakeme sürecine tabi tutması anlamına gelir. Bu süreçte birey, düşünce, duygu ve davranışlarını objektif bir şekilde değerlendirir ve Allah'ın huzurunda hesap vereceği bilinciyle kendini sorgular.⁵⁶⁵ Muhasabe, bireyin iç dünyasını derinlemesine analiz etmesi, nefsanî arzuları ve kötü huylarıyla yüzleşmesi ve bunları aşma çabasıdır. Birey, kendi zaafılarını, hatalarını ve kusurlarını gözlemleyerek, içsel bir temizlik süreci yaşar ve manevî gelişimine katkıda bulunur. Birey, kendi eylem ve düşüncelerini dikkatlice değerlendirir, hatalarını ve kusurlarını görür ve kendini geliştirmek için çaba sarf eder. Muhasabe süreci, bireyin kendisiyle yüzleşmesini, içsel bütünlük ve uyumu sağlamasını hedefler. Bunun için birey, kendi eylem ve düşüncelerini dikkatlice değerlendirir, hatalarını ve kusurlarını görür ve kendini geliştirmek için çalışır.

Görüldüğü gibi vera ve muhasabe birbirini tamamlayan ve birlikte anlam kazanan kavramlardır. Buna göre insanın bir yandan kendi özgür iradesiyle hareket ederken diğer yandan hayatına anlam katacak olan mutlak iradeye bağlılığını ve ona uygun hareket etmesini sağlayan bir zemini oluşturan iki kavramdır.

Viktor E. Frankl'ın logoterapi yaklaşımında, "vicdan" bireyin içsel bir rehberlik sistemini temsil ederken, Tasavvufta "vera" kavramı, kişinin içsel doğruluk, sadakat ve samimiyetle hareket etme yeteneğini ifade etmektedir. Her iki kavram da ahlaki değerlerle uyumlu bir şekilde hareket etmeyi, doğruyu bulmayı ve doğru eylemleri gerçekleştirmeyi içermektedir. Bu kavramlar, bireyin iç dünyasına odaklanırken, kendisi ve başkalarıyla olan ilişkilerinde dürüstlüğü, adaleti ve etik değerleri incelemeleri açısından ortaktırlar.

⁵⁶⁴ Serrac, *Luma* , ss.44-45.

⁵⁶⁵ Tek, *Tasavvufi Mertebeler*, s.56.

"Vicdan" ve "vera" bireyin içsel rehberlik sistemine ve ahlaki değerlere bağlı olarak doğru seçimler yapma ve anlamlı bir hayat sürdürme kabiliyetini vurgular. Bu yönüyle denilebilir ki hem logoterapi hem de Tasavvuf, insanın içsel yolculuğunu, anlam arayışını ve kendini gerçekleştirme potansiyelini keşfetmeyi ve bu doğrultuda metodik olarak hareket etmeyi hedefleyen yaklaşımlardır.

Sözü edilen metodik yaklaşım bireyin hem içsel bir özdenetim hem de bir özeleştirici ve kendini sorgulama sürecini ifade eder. Bu süreç Frankl'ın varoluşçu terminolojisinde "anlam arayışı", Tasavvufta "seyr u sülûk" olarak adlandırılır. Esas itibarıyla bu süreci öz bir şekilde ifade etmek gerekirse, insanın değerlerine ve etik ilkelerine uyumlu bir şekilde hareket etmesi şeklinde tanımlayabiliriz.

İradesi ve sorumluluğu arasında dengeyi kurabilmiş olan insanın, hayatına bir anlam katmış ve bu anlamın peşine düşmüş olması itibarıyla hayata ve çevresindekilere daha farklı bir gözle yaklaşması tabiidir. Bu farklılık insanın "boşluk"tan kurtulma yani kemale ulaşma gayesi ile doğrudan ilişkilidir. İşte bu gaye insanı dürüstlük, adalet, hoşgörü ve sevgi gibi değerlerle hareket ederek başkalarına karşı samimi, fedakar, güvenilir ve muhabbet sahibi bir olgunluğa yükseltir. Bu bakımdan varoluşçu düşüncenin vicdan sahibi insanı aynı zamanda kendisine, topluma ve mutlak irade sahibine sevgi besleyen insanıdır.

3.2.6. Sevgi ve Muhabbet

Frankl, sevginin insanın hayatta karşılaştığı her türlü zorluğun üstesinden gelmede merkezi bir rol oynadığına inanır. Frankl'ın kampta yaşadığı deneyim sürecinde hayatta kalmasını sağlayan başlıca etken sevgidir. Bu nedenle, kendi yaşam deneyimlerinden yola çıkarak geliştirdiği logoterapide bu kavrama büyük bir değer atfetmektedir.⁵⁶⁶ Sevginin etkileri, Frankl'ın kamp deneyiminden kaynaklanan acı dolu bir geçmişle derinleşmiştir.

Frankl, sevginin insanın en karanlık anlarında bile anlamını ve umudu koruyabileceğine inanıyordu. Kamp yaşantılarındaki deneyimlerde, sevginin insanların yaşamlarını sürdürmelerine yardımcı olduğunu gözlemledi.⁵⁶⁷ İnsanlar, orada sevdiklerine ve başkalarına bağlılık hissiyle hayatta kalmak için bir neden bulabiliyorlardı. Ona göre sevgi, insanın hayatına anlam ve değer katan en önemli

⁵⁶⁶ Frankl, *Tıbbi Ruhsal Bakım*, ss.196-198; Frankl, *İnsanın Anlam Arayışı*, s.126.

⁵⁶⁷ Frankl, *İnsanın Anlam Arayışı*, s.52.

güçtür. Sevgi, diğer insanlara duyulan derin bir ilgi, anlayış ve empati şeklinde kendini gösterir.⁵⁶⁸ Frankl, insanın anlam arayışının temelinde sevginin bulunduğunu söyler. İnsanlar, hayatın zorlukları ve acılarıyla yüzleşirken sevgiye ihtiyaç duyarlar. Sevgi, diğer insanların hayatına anlam ve değer katmanın yanı sıra, kişinin kendisini de gerçekleştirmesine yardımcı olur.

Frankl'a göre, sevgi, insanın başkalarıyla bağlantı kurmasını, empati kurmasını ve karşılıklı ilişkilerde anlam bulmasını sağlar. Frankl, sevginin insanın içsel gelişimi ve mutluluğu için kritik bir faktör olduğunu ifade eder. Frankl'ın sevgiye bakışında önemli bir nokta, sevginin bir eylem olduğu ve karşılıksız olması gerektiğidir. Ona göre, gerçek sevgi, başkalarının ihtiyaçlarını önemseyen, onlara yardım eden ve onlara değer veren bir tutumla kendini gösterir. Sevgi, karşılık beklemeden verilen bir armağan olarak ortaya çıkar. Frankl ayrıca, sevginin insanın içsel özgürlüğünü artırabileceğini savunur. Sevgiyle dolu bir şekilde hareket etmek, insanın kendi ego sınırlarını aşmasını ve başkalarına odaklanmasını sağlar. Bu, insanın kendini aşması, anlam arayışı ve içsel özgürlüğüne ulaşması için önemli bir adımdır. Frankl'ın sevgiye bakışı, insanın anlam arayışıyla ve içsel gelişimiyle derin bir bağlantıya sahiptir. Frankl, sevginin koşulsuz olması gerektiğini vurgulayarak, sevginin bencil beklentilerden ve karşılıklı çıkarlardan bağımsız olarak verilmesi gerektiğini söyler.⁵⁶⁹

Frankl'a göre, sevgi insanın başa çıkma gücünü artırır.⁵⁷⁰ Bir insan, sevgiyle diğer insanlara yaklaştığında, onlara anlam ve değer katmak suretiyle kendi yaşamına anlam katmış olur. Aynı zamanda sevgi, kişinin kendisini gerçekleştirmesine de yardımcı olur. İnsan, yaratıcılığını kullanarak ve kişisel değerlerine bağlı kalarak sevginin gücünü deneyimleyebilir ve hayatının anlamını keşfedebilir.

Frankl'ın sevgiye bakışında bir diğer önemli nokta, sevginin insanın yaşamında anlamın yanı sıra bir tür terapötik etkiye sahip olabileceğidir. Frankl, sevginin insanın içsel acılarına ve zorluklarına karşı bir tür iyileştirme gücüne sahip olduğunu söyler. Sevgi, insanı iyileştiren, onu motive eden ve umut veren bir güç olarak çalışır. Özellikle zorlu yaşam koşulları veya travmatik deneyimlerle karşılaşan insanlar için sevgi, bir tür ruhsal destek ve iyileştirme kaynağı olabilir.⁵⁷¹

⁵⁶⁸ Bahadır, *İnsanın Anlam Arayışı ve Din*, s.105.

⁵⁶⁹ Frankl, *İnsanın Anlam Arayışı*, ss.51-55.

⁵⁷⁰ Frankl, *İnsanın Anlam Arayışı*, s.53.

⁵⁷¹ Frankl, *İnsanın Anlam Arayışı*, s.52.

Frankl'a göre, sevgi, insanın içsel özüyle bağlantı kurma ve başkalarıyla ilişkilerin de anlamı bulma arayışının bir sonucudur. İnsanlar sevgiyle dolu bir yaşam arayışındadır çünkü sevgi, insanın hayatına derinlik ve değer katar. Sevgi, kişinin ruhsal ihtiyaçlarını karşılar, onun duygusal zenginliğini artırır ve yaşamına anlam katar.⁵⁷² Sevgi, insanın ruhunu besleyen bir kaynak olarak görülür ve kişinin kendini tam hissetmesine ve potansiyelini gerçekleştirmesine yardımcı olur. Sevgi, insanların bağlantı kurma ve birlikte çalışma yeteneklerini geliştirir, ilişkilerin derinleşmesine ve güçlenmesine katkıda bulunur.

Frankl'a sevgi, insanın yaşamındaki acıları hafifletebilir ve onu olumlu bir şekilde etkileyebilir.⁵⁷³ Bu sebeple sevgi, sevilen kişinin fiziksel varlığının çok ötesinde yer alır. Bu açıdan bakıldığında, sevgi en derin anlamını kişinin ruhsal varlığında bulur ve kişinin gerçekte orada olup olmaması veya yaşayıp yaşamaması bir anlamda önemini yitirir.⁵⁷⁴

Frankl, sevgi hakkında konuşulurken insanın özgül bir varlık olduğunun hatırlanması gerektiğini vurgular. Sevgiyi indirgemeci bir şekilde ele almaktan kaçınılması ve onun insanlık değerlerine saygı içinde korunması gerekmektedir.⁵⁷⁵ Bu açıdan bakıldığında Frankl, olgun bir birey için eşi bir nesne olarak değil, başka bir özne veya başka bir insan olarak değerlendirilebileceğini ifade eder. Yani, kişi onun eşsizliğini fark eder. Bu eşsizlik, kişiliğin bir parçasıdır ve bir bireyin bu şekilde bir başka insana duyduğu hisleri mümkün kılan tek şey sevgidir.⁵⁷⁶

Frankl'a göre sevgi, insanın anlam arayışının temel bir unsurudur ve hayatta anlam bulma yolunda önemli bir rol oynar. Sevgi, yakın ilişkilerde duygusal bağ kurmayı, yaratıcılık ve kendini gerçekleştirmeyi, bir değer sistemi ve başkalarının refahına duyulan sorumluluğu içerir. Sevgi, insanın içsel ihtiyaçlarını karşılama, anlamı deneyimleme ve yaşamı daha anlamlı hale getirme gücüne sahiptir. “Yaşamda anlam bulmanın bir diğer yolu, olanca eşsizliğiyle bir insanı yaşamak yani onu sevmektir.” diyen Frankl, sevginin sadece almakla ilgili olmadığını, aynı zamanda verme ve başkalarının ihtiyaçlarını karşılamayla da ilgili olduğunu söyler. İnsanlar sevgi yoluyla bağ kurarak ve onlara hizmet ederek kendi yaşamlarının anlamını

⁵⁷² Viktor E. Frankl, *Yaşamı Karşılamak*, çev. Duygu Bolut, Okuyan Us Yayınları, İstanbul 2022, s.106.

⁵⁷³ Frankl, *İnsanın Anlam Arayışı*, s.52.

⁵⁷⁴ Frankl, *İnsanın Anlam Arayışı*, s. 53; Frankl, *Duyulmayan Anlam Çılgılığı*, ss.79-85.

⁵⁷⁵ Frankl, *Duyulmayan Anlam Çılgılığı*, s.79.

⁵⁷⁶ Frankl, *İnsanın Anlam Arayışı*, s.55.

bulabilirler. Başkalarına yardım etmek ve onların refahına katkıda bulunmak, insanın anlam arayışının temel bir parçasıdır ve sevginin bir ifadesidir.

Şöyle ki hayattaki hüznün ve korkunun hakim olduğu/olabileceği her anda, bunları sevgiyle aşabileceğimizi ifade eden Frankl, bizzat kendisi bunu deneyimleyerek kamptaki zor günlerinde eşinin hayalinin desteği ile pes etmekten vazgeçtiğini ve sevginin gücü ile hayatta kaldığını söylemektedir.

Kişinin içinde bulunduğu bu halin tasavvuf terminolojisinde ‘muhabbet’⁵⁷⁷ kavramıyla ifade etmemiz mümkündür. Sevmek, beğenmek, rağbet etmek, istemek, meyletmek, hoşlanmak, tercih etmek gibi anlamlara gelen muhabbet,⁵⁷⁸ ıstılahi olarak insan Allah’ın nimetine, lütfuna, kendisini kayırmasına ve korumasına, ezelde kendisini sevmiş ve hidayet nasip etmiş olmasıdır.⁵⁷⁹

Frankl’ın sevgiye verdiği değer, Tasavvuf tarihinde bu konuda ilk akla gelebilecek bir isim olarak Rabiâtül-Adeviyye’yi hatırlatmaktadır.⁵⁸⁰ Miladi 8.yüzyılda yaşamış bulunan Rabiâtül-Adeviyye, dünyevi zevklerden vazgeçerek manevi bir arayışa yönelmiş ve Allah’a olan sevgisini ifade etmek için bir yolculuğa çıkmıştır. Tasavvufi öğretilerinde, nefis mücadelesi ve Allah’a teslimiyet gibi temalar ön plana çıkar. Rabiâtü'l-Adeviyye'nin öğretileri, aşk, tevazu, sabır, rıza, teslimiyet, nefis terbiyesi ve Allah'a yakın olmanın önemi gibi konuları içerir. Kendisi, Allah'a olan aşkını yoğun bir şekilde ifade eder ve bu aşkın kişiyi nefsin arzularından ve dünyevi bağlardan arındırarak manevi bir yükselişe yönlendirdiğini beyan eder.⁵⁸¹

Rabiâtü'l-Adeviyye'nin öğretileri, Allah aşkı, tevazu, sabır, rıza, teslimiyet ve nefis terbiyesi gibi temalar üzerine odaklanır. Onun üzerinde durduğu temalar insanın içsel yolculuğu ve manevi dönüşümü ağırlıklıdır. Rabia, insanın Allah'a olan bağlılığını güçlendirmek ve ruhsal gelişimini ilerletmek için bireysel çaba ve sadakat gerektiğini vurgular. Bu yolculuk, nefis arzularının ve dünyevi bağların terk edilmesi, egoist düşüncelerin aşılması ve Allah'ın yüce varlığına yönelik bir içsel dönüşümü içerir. Hatta bu konuda:

⁵⁷⁷ Süleyman Uludağ, ‘Muhabbet’, TDV İslam Ansiklopedisi, <https://islamansiklopedisi.org.tr/muhabbet#1> (28.03.2022).

⁵⁷⁸ İbn Manzur, *Lisanu'l-Arab*, ss.544-547.

⁵⁷⁹ Uludağ, *Tasavvuf Terimleri Sözlüğü*, s.232

⁵⁸⁰ Tek, *Tarihi Süreçte Tasavvuf ve Tarikatlar*, ss.40-41; Ebu'l-Ala Afifi, *Tasavvuf İslam'da Manevi Hayat*, s.84; Özköse, *Tasavvuf*, ss.127-128; Annemeria Schimmel, *İslam'ın Mistik Boyutları*, çev. Ergün Kocabıyık Kabalcı Yayınevi, İstanbul 1999, s.413.

⁵⁸¹ Hülya Küçük, Semih Ceyhan, "Râbia El-Adeviyye", TDV İslâm Ansiklopedisi, <https://islamansiklopedisi.org.tr/rabia-el-adeviyye> (06.06.2023).

“Ey Rabbim! Seni iki sevgi ile severim. Sevginin biri benim aşk ve iştiyakımdan, diğeri senin sevlmeye layık olduğundandır. Benim aşk ve iştiyakımdan gelen sevgim senden başkasını bırakıp sadece senin zikrinle meşgul olmayı, senin sevlmeye layık olmandan gelen sevgimde bana müşahede mertebesini ihsan buyurmuş olmandır. Şu halde hamd ve şükran ne bana mahsustur ne de övülmüş olma ciheti bana aittir. Her iki yönden de şükür ve hamd sana mahsustur.”⁵⁸²

şeklinde meşhur rubaisinde, ruhunun Allah’a iki türlü muhabbeti olduğunu dile getirmiştir. Birisi şahsi bir haz ve menfaate dayanan bir sevgi, Diğeri ise Allah’ı şahsi amaçlardan uzak, bizzat zatı için sevmektir.⁵⁸³ Bu yaklaşım tasavvuf düşüncesinde Rabia ile sınırlı kalmamış, tam aksine dindarlığın gayesi olarak ifade edilen bir formülasyona dönüşmüştür. Söz gelimi bu durumu Yunus Emre Divanı’nda şu şekilde terennüm etmiştir:

“Cennet cennet dedikleri,
Birkaç köşkle birkaç huri.
İsteyene ver onları,
Bana seni gerek seni.”⁵⁸⁴

Muhabbet konusunda tasavvuf tarihinde dikkat çeken bir diğeri isim de Zünnun Mısri’dir.⁵⁸⁵ Ona göre muhabbet, insanı Allah’a vuslata erdirecek mahiyettedir. İnsan bu sevgi ve birlik sayesinde kendisinin Hakk’ta müstağrak olduğunu hisseder.⁵⁸⁶ Zünnun’un muhabbet anlayışı, ilahi tecellilerin deneyimsel zevklerden kaynaklanan bir sevgi anlayışına dayanmaktadır. Bu bağlamda, Zünnun, kendi benlik engelleriyle başlayarak, Hak ile arasındaki perdeleşmiş ilişkiyi gidermek için niyazda bulunmaktadır. Bu perde, Zünnun’un ilahi varlıkla daha derin bir bağ kurma ve bütünsel bir birlik hissi yaşama yeteneğini engelleyen unsurlardan biridir.

Tasavvufta manevi bir durum olarak kabul edilen muhabbetin üç farklı türünden bahsedilir. Bunların ilki insanların birbirlerine duyduğu muhabbettir. Sevenin sevdiği kişiyi gönlünde saklayıp ona itaat etmesi bu tür muhabbetin bir şartıdır. İkincisi ise hakikat sahipleri olan dürüst müminlerin birbirlerine duyduğu muhabbetidir. Bu tür muhabbet, arzularından arınmış olup sevdiğinin iradesine göre hareket etmeyi temel

⁵⁸² Uludağ, “Muhabbet”, TDV İslam Ansiklopedisi, <https://islamansiklopedisi.org.tr/muhabbet#1> (28.03.2022).

⁵⁸³ Yılmaz, *Ana Hatlarıyla Tasavvuf*, s.106; Louis Massignon, *Doğuş Devrinde İslam Tasavvufu*, çev. Mehmet Ali Ayni, Ataç Yayınları, İstanbul, s.98.

⁵⁸⁴ Tatcı, *Yunus Emre Divanı*, s.55.

⁵⁸⁵ Hatice Çubukçu, *Sufilerde Muhabbet Yolu-Ebu Talib el-Mekki ve Gazzali’de Muhabbet Anlayışı-*, İnsan Yayınları, İstanbul 2011, s.73.

⁵⁸⁶ Yılmaz, *Ana Hatlarıyla Tasavvuf*, s.114.

alır. Üçüncüsü ise sıddıklar ve ariflerin birbirlerine duyduğu muhabbettir. Sadece Allah'ın ebedi sevgisine yönelme ve bu konudaki içsel bilinçten kaynaklanan bu muhabbet, Cüneyd-i Bağdâdî'nin ifade ettiği gibi seven, kendi niteliklerinin yerine sevdiğinin vasıflarını benimser.⁵⁸⁷ Buradaki amaç, sadece Yaratıcı'nın rızasını kazanmaktır.

İnsanın bu mertebeye yükselebilmesi için her şeyden önce nefsinin arzularına ve dünyevi ihtiraslarına engel olması gerekir. Bu mücadele süreci bir başka açıdan bakıldığında insanın bu mücadele sürecinde toplumdan kendisini izole etmesini gerektirir. Daha önce de üzerinde durulduğu gibi insanın dünyayı anlaması ve içinde bulunduğu “boşluk”tan kendini kurtarabilmesi için süreli bir uzaklaşmanın zorunlu olduğu değerlendirilir. Çünkü toplumdan kendisini kurtaramayan kişinin bu boşluktan ya da anlamsızlıktan kurtulabilmesi söz konusu olamayacaktır. Tasavvuf düşüncesi insanın manevi gelişimini, Frankl'ın adlandırmasıyla “boşluk”tan “nihai anlam”a olan gelişimini bu dünyanın ötesinde bir mutlak varlığa bağlayarak çözümlemeye çalışmaktadır. Bu da tasavvufta “fena” kavramıyla izah edilir. Dolayısıyla fena insanın bu dünyada anlamsızca bir hayat sürmesinden mutlak bir varlığa kendisini unutarak adamasını ifade eder.

Sözü edilen adanmışlık mutlak varlıkla herhangi bir beklenti ya da talep ile ilişkisine müsaade etmez. Çünkü insan Allah'ta fani olmuştur. Yani kendisini unutmuş ve mutlak hakikatte var olmuştur. Bu nedenle Rabiâtül-Adeviyye, cennet ve oradaki nimetler için Allah'a ibadet etmeyi ücret karşılığındaki çalışmaya benzetmektedir. Cüneyd'e göre de muhabbet; “kalbin meylidir. Bu sözün manası, muhabbet, kulun kalbinin tabii bir şekilde Allah'a ve O'na ait olan şeye meyletmesi ve yönelmesidir.”⁵⁸⁸ Kalbin meyli, kulun hiçbir hesap ve beklenti içerisinde olmamasını beraberinde getirir. Bu hususu Ebu Yakub Susi şu şekilde ifade etmiştir: “Muhabbet, muhabbeti görme halinde çıkıp Sevgili'yi görme haline gelmedikçe sahih olmaz. Bu da ancak gaybda kendisi için Sevgili bulunması şeklindeki muhabbet bilgisinin fena bulmasıyla gerçekleşir. Seven sevgisinde bu dereceye erince onun muhabbeti, sevgiye bağlı olmayan mutlak muhabbet olur.”⁵⁸⁹ Başka bir ifadeyle Cüneyd bu konuyu şu şekilde ifadelendirmiştir; “sevgi, tavsifi aşan ve ibareye sığmaz bir haldir. Fakat, kulu Allah'a

⁵⁸⁷ Serrac, *Lüma*, ss.57-59; Kuşeyri, *Risale*, ss.404-414; Kelabazi, *Ta'arruf*, ss.176-179.

⁵⁸⁸ Kelabazi, *Ta'arruf*, s.176.

⁵⁸⁹ Serrac, *Lüma*, s.58.

tazim ve rızasını tercih, O'nsuzluğa sabırsızlık, O'na karşı arzu, O'ndan başkasına bağlanamama ve O'na zikirle sürekli ünsiyet kurmaya sevk eder.”⁵⁹⁰

Burada üzerinde durulan husus insanın yaratılışında mutlak varlık ile olan irtibatının bu dünyada da aynı saflık ile korunmaya çalışılması başka bir ifadeyle bu dünyaya geliş amacımıza uygun bir hayat yaşayarak dünyanın anlamsızlaştırılmasının önüne geçilmesidir. Denilebilir ki insan başlangıçta mutlak varlık ile olan irtibatını koruduğu sürece bu dünyaya da bir anlam verebilecektir. İşte bu durum Cüneyd-i Bağdadi'nin bakış açısıyla dünyaya gönderilmiş olan insanın bütün amacı Allah'a verdiği söze vefa ve bu alemde yaratılmadan önce bulunduğu hale dönmektir. Bu durum mutlak ve gerçek varlığın Allah olduğunun ifadesi şeklinde tanımlanan tevhide ulaşmak anlamına gelir. Dolayısıyla insan zamana bağlı varlıklardan fena bularak sadece Allah'la baki olur. Hakk'ta gerçekleşen bu fenada ilahi sevginin anlamı gerçekleşir.⁵⁹¹ Dolayısıyla salikte oluşan bu değişimlerin yegane sebebi sevginin aşkınlığıdır.

Gazzali'ye göre muhabbet, makamların zirvesini ifade eder. Muhabbetten sonra gelen şevk, üns, rıza ve benzeri bütün makamlar onun semereleri ve tabileridir. Tevbe, sabır, zühd gibi ondan önce gelen makamlar ise sevginin öncüllerindendir.⁵⁹² Bu durumda denilebilir ki mutlak anlamda muhabbete ulaşmanın yolu pişmanlık, acılara katlanmak ve dünyevi arzulara mesafe koyabilmekten geçer. Gazzali'nin bu yaklaşımından hareketle acı ve ıstıraba karşı insanın yaklaşımı bir anlam arayışı çerçevesinde olduğu takdirde acının muhabbete dönüşümünden bahsedilebilir. Buradan hareketle acının muhabbet ile çatışmasından çok, insanın kendini gerçekleştirme ya da kemale erme yolunda birbirini tamamlayıcı iki önemli unsur olduğu anlaşılmaktadır. Aynı durumu Frankl'ın varoluşçu anlayışında birebir yansımaları görmek mümkündür.

Tasavvuf düşüncesi ile Frankl'ın varoluşçu yorumu arasında yukarıda sözü edilen, temel yaklaşımları itibariyle dikkat çekici birlikteliğe ek olarak göze çarpan diğer benzerlikler şunlardır: İlk olarak, her ikisi de sevginin koşulsuz olması gerektiğini vurgulamaktadır. Hem Frankl'ın sevgi anlayışı hem de muhabbet, karşılık beklemeden saf bir sevgi ve bağlılık durumunu ifade etmektedir. İkincisi, her ikisi de

⁵⁹⁰ Kuşeyri, *Risale*, s.410.

⁵⁹¹ Afifi, *Tasavvuf İslam'da Manevi Hayat*, s.186.

⁵⁹² Gazzali, *İhya-u Ulumi'd-Din*, IV, s.280.

başkalarının duygularını anlama ve onlara karşı anlayışlı olma fikrini içermektedir. Muhabbet, diğer insanların acılarına ve zorluklarına empatiyle yaklaşmayı ve yardım etmeyi teşvik etmektedir. Üçüncüsü, her ikisi de başkalarına karşı sorumluluk duygusu taşımayı ve onların refahına katkıda bulunmayı içermektedir. Muhabbet, Allah'a olan bağlılıkla birlikte, insanlara yardım etme ve onların refahına katkıda bulunma arzusunu ifade etmektedir.

İnsan gerek hemcinsleriyle gerekse mutlak varlık ile irtibat kurarak hiçbir hesap ve beklenti çerçevesinde gerçekleşmediği durumda “boşluk”tan kurtularak ve fakat bu süreçte acı ve ıstıraplar tecrübe etse bile nihayetinde hayatına anlam katan ve bu dünyadaki varlığını mutlak hakikat ile anlamlı hale getirecek olan muhabbet haline kavuşacaktır. Ancak bu sürecin zor olduğu açıktır. Bu zorluk her şeyden önce insanın sürekli olarak kendisini kontrol etmesi, her halini sorgulaması ve her anını değerlendirmesinden kaynaklanır. Bu durum bizi tasavvufta “vakt” kavramıyla ifade edilen, Frankl’ın varoluşçu anlayışında “anı yaşamak” hali ile karşı karşıya getirmektedir.

3.2.7. Anı Yaşamak ve Tasavvufta Vakt Anlayışı

Logoterapinin temel prensiplerinden biri olan 'Anı yaşamak', Viktor Frankl'a göre insanın yaşamına anlam katmanın yöntemlerinden biridir. Bu kavram, geçmiş veya gelecek odaklı düşünmek yerine, mevcut anın değerini fark etmeyi ifade eder. Anı yaşamak, bireyin şu anda mevcut olan anı kabul etmesi, değerlendirmesi ve ona anlam katması anlamına gelir.⁵⁹³

Viktor Frankl'a göre, insanlar anı yaşamaya odaklandıklarında, mevcut anın deneyimleri, duyguları ve fırsatları daha derinden hissedebilirler. 'Anı yaşamak' kavramı, mevcut anın getirdiği güzellikleri, sevgiyi, sevinci ve anlamı fark etmek ve tatmin olmak anlamına gelir. Aynı zamanda, mevcut anın getirdiği zorluklarla başa çıkmak için de insanlara yardımcı olur.⁵⁹⁴

Frankl, her anın insan hayatında değerli olduğunu ve her anın bir amacı ve anlamı olduğunu vurgular. Bu nedenle, insanlar anı yaşayarak, mevcut zorluklara anlam verebilir, büyüyebilir ve kişisel gelişimlerini sağlayabilirler. Logoterapinin anlam arayışıyla doğal olarak sıkı bir ilişki içindedir, çünkü anlam arayışı insanın

⁵⁹³ Frankl, *İnsanın Anlam Arayışı*, s.29.

⁵⁹⁴ Frankl, *İnsanın Anlam Arayışı*, s.32.

hayatının anlamını keşfetme ve ona anlam katma çabasını içerir. Anı yaşamak, insanlara mevcut anın getirdiği anlamları keşfetme fırsatı sunarak bu çabaya destek olur. Bu yaklaşım, insanlara şimdiki anın önemini kavramaları ve hayatta daha anlamlı bir şekilde var olmaları için bir fırsat sunar. Ayrıca geçmişte yaşanan pişmanlıklara takılıp kalma veya gelecek kaygılarına yoğunlaşma gibi zihinsel tuzağa düşmeyi engeller. Bunun yerine, bireylerin dikkatlerini ve enerjilerini şu anda mevcut olan deneyimlere odaklamalarına olanak tanır.

Bilinçli farkındalık, anı yaşama pratiğinin temelini oluşturur. İnsanlar, şu an içinde bulundukları duyuşal deneyimleri, düşünceleri ve duyguları tamamen fark etmeye ve kabul etmeye yönelik bir farkındalık geliştirirler. Frankl'ın tabiriyle, insanların otomatik pilottan çıkmalarına, yaşamın hızına kapılmadan daha derin bir şekilde bağlantı kurmalarına ve içsel deneyimlerinin farkında olmalarına yardımcı olur. Bu yaklaşım, insanların geçmişle uğraşırken veya geleceğe endişelerle odaklanırken yaşadığı zihinsel sıkıntılardan kurtulmalarına yardımcı olur. Anı yaşama pratiği, insanların şimdiki anın değerini anlamalarını, hayatlarını daha bilinçli, tatmin edici ve anlamlı bir şekilde yaşamalarını hedefler.

Viktor Frankl, insanın anlam arayışının hayatta varoluşsal bir gereklilik olduğunu savunur. 'Anı yaşamak', bu anlam arayışını destekleyen bir pratiktir. İnsanların geçmiş veya gelecek kaygılarından sıyrılıp şimdiki anın değerini fark etmelerine olanak tanır.⁵⁹⁵ Bu şekilde, insanlar kendilerini daha derinden hisseder, yaşadıkları deneyimlerin farkına varır ve onlara anlam katarlar. Anı yaşayan kişi geçmişteki pişmanlıklara takılıp kalmak veya gelecek kaygılarıyla meşgul olmak yerine, insanlar şimdiki anın sunduğu fırsatlara odaklanır. Dolayısıyla anı yaşama pratiği, kişisel büyüme ve gelişim için bir araç olarak kullanılır.

Anı yaşamak, insanlara hayatta anlam bulma konusunda rehberlik eder. Her anın değerli ve bir amacı olduğunu anlamak, insanlara yaşamlarına anlam katma konusunda ilham verir. Zorluklarla karşılaşıldığında, anı yaşama pratiği insanlara bu zorlukların üstesinden gelmek için içsel gücü bulma ve anlam bulma kapasitesi sağlar.

Logoterapide, anı yaşamak kavramı insanların özgür iradeleriyle⁵⁹⁶ seçim yapabileceklerini ve mevcut anın sunduğu seçenekleri değerlendirebileceklerini vurgular. Aynı zamanda, bireyin kişisel sorumluluğunu ve seçim gücünü ön plana

⁵⁹⁵ Frankl, *İnsanın Anlam Arayışı*, s.30.

⁵⁹⁶ Frankl, *Tıbbi Ruhsal Bakım*, s.122.

çıkartır. Birey, mevcut anın farkındalığıyla, verdiği tepkileri, bağlı kaldığı değerleri ve yaratmak istediği anlamları belirleme gücüne sahiptir. Bu, bireyin anlamlı deneyimleri ve amaçları daha etkin bir şekilde oluşturmaya yardımcı olur. 'Anı yaşamak', aynı zamanda bireyin kendini gerçekleştirme sürecine katkı sağlar. İnsanlar, mevcut anın potansiyelini keşfederek, sahip oldukları yeteneklerini kullanarak ve değerlerine uygun şekilde hareket ederek, kendilerini gerçekleştirebilirler. Bu bakımdan logoterapi, insanlara anı yaşama konusunda rehberlik ederek yaşamın geçiciliğini ve değerini fark etmelerini teşvik eder. Bu terapi, bireylere geçmişteki pişmanlıklardan veya gelecekteki endişelerden bağımsız olarak içinde bulunulan anın önemini kavramalarını sağlar. Dolayısıyla logoterapi ve anı yaşama birlikte çalışarak, insanların hayatlarında daha fazla anlam ve amaç bulmalarına yardımcı olur. Bu durum aynı zamanda insanlara hayatın geçiciliğini ve değerini hatırlatırken, anı yaşayabilmenin imkanının yine bir mutlak varlığa bağlılıkla irtibatlı görüldüğü anlaşılmaktadır.

Frankl'ın varoluşçu yaklaşımında insanın “boşluk”tan kurtularak bir anlam arayışı sürecine girmesi, içinde bulunulan her anın kendine özgü bir değer taşıması ve bu taşıdığı değerle orantılı olarak anın idrak edilmesine bağlıdır. Çünkü ona göre insanın yaşamış olduğu deneyimlerden bu güne gelememesi ve ya gelecek ile ilgili kaygılarından içinde bulunduğu anı fark edememesi kişiyi “boşluğa” sürükleyen asıl nedendir. Bu nedenle Frankl'ın anı yaşamak şeklinde ifadelendirdiği durum aslında insanın bu dünyadaki deneyimlerinde “sahicilik” perspektifine sahip olmasını ifade eder. Dolayısıyla “sahicilik” kişinin içinde bulunduğu anı anlamlı hale getirerek yaşamasının adıdır sahicilik.

Burada göz ardı edilmemesi gereken şey, Frankl'a göre insanın anı yaşaması ya da hayatını önceye ve sonraya takılı kalmadan anlamlı hale getirmesi her şeyden önce mutlak bir varlık ile irtibatlı olması ile doğru orantılıdır. Başka bir deyişle insanın sahiciliği yani kendi varoluşu Tanrısal bir varlığa inanmasıyla söz konusu olabilir. Frankl'ın bu yaklaşımının varoluşçu düşünce içerisinde kendisine özgü bir tutum olduğunu söylememiz mümkündür. Ona göre insanın varoluşu ile Tanrısal bir gücün varlığı birbiriyle çelişen değil, birbirini destekleyen bir gerçekliktir.

Viktor E. Frankl'ın anı yaşamak dediği deneyim Tasavvufi terminoloji de vakt kavramıyla özdeş görülebilir. Vakt, Tasavvuf kaynaklarında “salikin içinde bulunduğu hal, bu halin gerçekleştiği genel ontolojik (ilahi-külli-vücudi) zaman, salikin tarikat

fiillerini uygulama anı”⁵⁹⁷ anlamına gelmektedir. Başka bir ifadeyle “vakt, zamandan bir parçadır, zaman ayırdığın her şey vakittir.”⁵⁹⁸ şeklinde tanımlama yapılmaktadır. Tasavvufi düşünceye göre, vakt, insanın Allah'la birleşme yolunda ilerleyebileceği bir zaman dilimidir. İnsan, bu dünyada vakti değerlendirecek ve içsel dönüşümünü gerçekleştirecek bir fırsata sahiptir. Vaktin değerini anlamak, geçici ve sürekli değişen dünya ile birlikte Allah'a yönelmek ve ilahi varlığı deneyimlemek anlamına gelir. İçinde bulunduğu vaktin gereklerini yerine getiren sufiye ibnü'l-vakt⁵⁹⁹ denir. Bu halde sûfi, geçmiş, gelecek ve hal kayıtlarından sıyrılmıştır. Onun geçmiş ve gelecek değil, içinde bulunduğu vakitle ilgilenir.⁶⁰⁰

Vakt, klasik dönemde mutasavvıfların en sık kullandığı kavramlardan biridir. Sûfiler, içinde bulundukları ruh hallerini ifade etmek için bu kavrama başvurmuşlar, Kuşeyrî ve Hücvirî gibi sûfiler müellifler, tasavvuf terimlerini ele alırken eserlerinde vakt kavramına öncelik vermişlerdir.⁶⁰¹

Söz gelimi Kuşeyrî, Risâle adlı eserinde sûfilerin vakt kavramıyla ilgili genel görüşlerini şu şekilde aktarır:

"Hakikat ehline göre, vaktin temel prensibi şudur: Bir olayın gerçekleşmesini kesin olarak belirleyen başka bir olaya bağlı olan zamandır. Bilge kişi, vaktin belirlediği kurallara göre hareket eder. Eğer vakti uyanık olma (sahv) durumunda ise, şeriatın gerekliliklerini yerine getirir. Eğer vakti yok olma (mahv) durumunda ise, o zaman gerçeklikle ilgili hükümler ön plana çıkar.”⁶⁰²

Klasik dönem sûfilerinin vakt kavramıyla ilgili ortak noktası, Ebû Ali Dekkâk'ın şu sözünde açıkça görülmektedir: "Vakt, bulunduğu durumdur. Eğer dünyada isen, vaktin dünyadır; eğer ahirette isen, vaktin ahirettir; eğer neşeli isen, vaktin neşedir; eğer üzüntülü isen, vaktin üzüntüdür.”⁶⁰³ Ebû Ali Dekkâk bu sözyle "vakt, insanın üzerinde egemen olan durumdur" demek istemektedir. İbn Kayyim el-Cevziyye (ö.751/1350), bu sözü yorumlarken, "vakt, geçmişle gelecek arasındaki zamandır. Bu

⁵⁹⁷ Semih Ceyhan, "Vakit", TDV İslâm Ansiklopedisi, <https://islamansiklopedisi.org.tr/vakit--tasavvuf> (10.06.2023).

⁵⁹⁸ İbn Manzûr, *Lisanü'l-Arab*, s.107.

⁵⁹⁹ Kadir Özköse, "İbnü'l-Vakt Ya Da Ebü'l-Vakt Olabilmek", *Somuncu Baba Dergisi*, Ankara 2006, s.22.

⁶⁰⁰ Kaşani, *Tasavvuf Sözlüğü*, s.589.

⁶⁰¹ Kuşeyri, *Risale*, s.148; Hücvirî, *Keşfu'l-Mahcub*, s.520.

⁶⁰² Kuşeyri, *Risale*, s.149.

⁶⁰³ Kuşeyri, *Risale*, s.149.

nedenle sūfî ve fakîr, vaktin çocuğudur"⁶⁰⁴ ifadesinin kullanıldığını hatırlatır ve şöyle der: "Sūfî, şu an ve şu saatte kendisinden beklenen görevi yerine getirir. Geçmiş ve gelecek zamana odaklanmaz. Çünkü sūfîler için vakt, geçmişle gelecek arasındaki zamandır."⁶⁰⁵ Buradan hareketle denilebilir ki sufilerin ifadelerinden her ne kadar vakt kavramından zaman anlamı çıkmakta ise de burada kast edilen zaman idrak edilen süreden ziyade sufinin bu süre zarfında yaşadığı ve meşgul olduğu durum kast edilmektedir.

Sâlik, her nefesi bile Allah'ı unutmadan yaşamaya özen göstermeli ve her anı manevi uyanıklıkla geçirmeye gayret etmelidir. Bilinmelidir ki, her şeyi tam anlamıyla bilen ve her şeyden tamamen haberdar olan Allah, onu tüm varlığıyla kuşatmıştır. Sūfî, her an her şeyi gören ve her an her yerde bulunan Allah'ın varlığını hesaba katmadan hiçbir eylemde bulunamaz. Çünkü Allah, gözlerin baktığı her şeyi ve kalplerin gizlediği her şeyi bilir ve görür.⁶⁰⁶

Vakti salikin her anını mutlak iradeye uygun şekilde yaşaması olarak yorumlayan sufiler bu yaklaşımlarıyla geçmişe takılarak veya sürekli geleceğe dair endişe duyarak içinde bulunulan anı zayi olmasından endişe ederler. Bu da sufiyi sülûk sürecinde mesafe katetmesinin önündeki en büyük engeldir ve onu sahicilikten koparır. Bu nedenle sufilerin vakti bizzat tasavvufun kendisi ile özdeş gördükleri anlaşılmaktadır. Söz gelimi Cüneyd-i Bağdâdî, "tasavvuf, vakitleri muhâfaza etmektir" derken Kelâbâzî, bununla kulun haddini bilmesi, Rabbine uygun hareket etmesi ve vakit haricinde başka şeylere meşgul olmadan mevcut durumundan razı olmasını kasteder.⁶⁰⁷ Amr b. Osman el-Mekkî'ye tasavvufun tanımı sorulduğunda ise "kulun, içinde bulunduğu zamanın gerekliliklerine göre o an ne yapılması gerekiyorsa onu yapmaktır" şeklinde cevap vermiştir.⁶⁰⁸

Sülûktaki manevi gelişme, ruhun zamanın kaydından sıyrılarak sonsuzluğa ulaşabileceği, ilahi inayetin sonsuzluktan zamana geçtiği tek aralıktır. İşte bu yüzden sūfîler ve onlarla birlikte ezeli hikmetin diğer takipçileri, insanlara "içinde bulunulan anın çocuğu ol" tavsiyesinde bulunurlar. Buradan hareketle denilebilir ki sülûk sufinin

⁶⁰⁴ İbn Kayyım el-Cevziyye, *Medaricu's-Salikin*, çev. İbrahim Tüfekçi-Harun Ünal, Polen Yayınları, İstanbul 2021, ss.113-114.

⁶⁰⁵ İbn Kayyım, *Medaricu's-Salikin*, s.114.

⁶⁰⁶ Yunus, 10/61.

⁶⁰⁷ Kelabazi, *Taarruf*, s.135.

⁶⁰⁸ Serrac, *Luma'*, s.111.

hakkını vererek ve gerçek anlamda idrak ederek deneyimlediği her bir anın bütünü ifade eden sürecin adıdır. Başka bir açıdan söylemek gerekir se insanın hakkını vermediği her an onun için bir kayıptır, Frankl'ın tabiriyle insanı boşluğa sürükleyen ve anlam arayışından uzaklaştıran bir durumdur.

Sûfiler için vaktin korunması ve doğru kullanılması, mânevî yolculuklarında ilerlemek için temel bir gerekliliktir. Onlar, vaktin değerli bir kaynak olduğunu bilirler ve bu kaynağı bilinçli bir şekilde kullanarak kendilerini ilerletmeye ve Rabb'leriyle daha yakın bir ilişki kurmaya çabalarlar. Tasavvuf ehli, zamanın pratik yaşama yansıyan boyutuna odaklanarak zamana yaklaştırmışlardır. Onlar, zamanın Allah tarafından bahşedilen en büyük hediye olduğunun farkında olarak hareket etmişlerdir. Vaktin korunması, ibadetlerin düzenli bir şekilde yerine getirilmesi, zikirlerin yapılması ve her anında manevî bilinçle hareket edilmesi gibi unsurlar sûfilerin “vakt” ile sağlıklı bir ilişki kurmalarını sağlar. Bu sayede, sûfilerin içsel dönüşüm ve mânevî yükseliş yolculukları daha derinleşir ve mânevî gelişimlerini hedefledikleri seviyede sürdürmelerine olanak tanır. Bu bağlamda, vakt kavramı, bireyin mevcut anı tam olarak yaşamasını, içinde bulunduğu zaman diliminde var olmayı ve ilahi varlığı deneyimlemeyi vurgular.

Netice itibariyle Frankl'ın varoluşçu anlayışı ile sufilerin “vakt”e bakışları arasında önemli ölçüde bir örtüşmenin bulunduğunu ifade edebiliriz. Söz gelimi her iki yaklaşım da bireyin içsel bir farkındalık geliştirmesini ve şimdiki anın değerini kavramasını teşvik eder. Frankl'ın "anı yaşamak" kavramı da bireyin mevcut anın değerini fark etmesini ve tam anlamıyla yaşamasını vurgular. Bireyin geçmişteki pişmanlıklarla veya gelecek kaygılarıyla meşgul olmaktan uzaklaşıp, mevcut anın güzelliklerini, deneyimlerini ve anlamlarını keşfetmesi önemlidir. Hem vakt hem de anı yaşamak bireyin içinde bulunduğu anın geçiciliğini ve değerini kavramasıyla ilgilenir ve bireye anlam, tatmin ve içsel gelişme sunar.

Manevi gelişim sürecinde mesafe kateden kişi mevcut anı fark etme ve ona anlam katma becerisini geliştirerek ilahi varlıkla birlikte olma yolunda ilerler. Bu, bireyin zihin, kalp ve ruhunu mevcut anın gerçekliğine yönlendirmesini gerektirir. Bu durum da kişiyi vakitten sorumlu tutar.⁶⁰⁹ Bu sorumluluk anın gerektiği gibi yaşanması ve anlam arayışında mesafe alınabilmesi için insanın ilahi bir varlık ile irtibatlı

⁶⁰⁹ Nurettin Topçu, *İsyan Ahlakı*, Dergah Yayınları, İstanbul 1995, s.31.

olmasını zorunlu kılmaktadır. Kanaatimizce Frankl'ın varoluşçu yorumu ile tasavvuf düşüncesi arasındaki en temel ortak nokta budur.

İnsanın anı yaşaması ya da içinde bulunduğu vaktin hakkını verebilmesinin iki yönü olduğu değerlendirilebilir. Sözü edilen bu iki yön bir açıdan Mutlak Varlığa diğer açıdan da insanın kendisine ve içinde bulunduğu topluma dönük bir sorumluluk içermektedir. Bu sorumlulukla zikir, kalbin tasfiyesi, nefis ile mücadele kısaca Allah'ın iradesine uygun hareket ederek insan sözü edilen birinci yöne olan sorumluluğunu yerine getirmeye çalışırken bu sorumluluk kişinin hayatına bir anlam taşıyarak diğer ikinci yöne ilişkin bir hareket alanı oluşturur ve böylece sabır, şükür, sevgi, hoşgörü, isar, infak gibi daha da artırılacak erdemler üzerinden nihai anlama ulaşma sürecinde önemli bir mesafe kat etme imkanı bulur. Anlaşılacağı üzere nihai anlama ulaşmanın en önemli şartı “anı yaşamak veya içinde bulunduğu vaktin hakkını verebilmektir. Bunu gerçekleştirebilen kişiye nihai anlama ulaşma yolu açılmış olur. Esas itibarıyla Frankl'ın varoluşçu yorumunun bu dünya ile bu dünyaya anlam veren yaratıcı güç arasında bir ayrım yerine bütünlük olması gerektiği yaklaşımı son derece dikkat çekicidir.

İnsanın manevi gelişimi ve anlam arayışı sürecinde üzerine düşen şeyleri yerine getirmesi sonucunda ulaşmayı hedeflediği noktanın bir olgunluk ya da kemal mertebesi olduğu açıktır. Bu mertebe Frankl'ın varoluşçu yorumunda “kendini gerçekleştirme” veya “nihai anlam”; tasavvuf terminolojisinde ise “marifet” kavramıyla ifade edilebilir.

3.2.8. Nihai Anlam ve Marifet

Viktor Frankl'a göre, insanların yaşamlarında karşılaştıkları en temel sorunlardan biri yaşamın anlamını bulmaktır. İnsanların hayatlarına derinlik ve özgünlük katan nihai bir anlamın varlığı, Frankl'a göre önemlidir. Frankl, insanın varoluşsal bir varlık olduğunu ve bu varoluşun amacını bulmak için hedefine yönelmesi gerektiğini savunur. Logoterapinin temel ilkesi olarak Frankl, insanların sürekli olarak nihai bir anlam arayışı⁶¹⁰ içinde olduğunu ve bu arayışın hayata anlam kattığını iddia etmektedir.

Logoterapi, Frankl'ın insanların nihai anlam arayışına odaklanan bir terapi yaklaşımı olduğunu belirtir. Bu terapi, bireylere nihai anlamı keşfetme ve yaşamlarına

⁶¹⁰ Frankl, *Duyulmayan Anlam Çılgılığı*, ss.34-35.

anlam katma sürecinde rehberlik etmeyi hedefler. Frankl'a göre, nihai anlama ulaşma süreci, insanın kendisini aşma yeteneğini ortaya çıkaran ve hayatın getirdiği zorluklara anlamlı bir şekilde tepki vermesini sağlayan bir süreçtir. Logoterapinin temelinde, insanın kişisel sorumluluklarını kabul etmesi ve bu sorumlulukları yerine getirme amacı yatar. İnsan, hayatın anlamını keşfetmek için seçim yapma özgürlüğüne sahiptir ve bu seçimler nihai anlama doğru ilerlemesini sağlar. Frankl, nihai anlamın insanın ruhsal sağlığı ve iyilik hali üzerinde derin bir etkiye sahip olduğunu vurgular. Nihai anlamı bulan bir insan, yaşamın zorluklarına dayanma gücü kazanır ve bu zorluklarla başa çıkma becerileri gelişir. Aynı zamanda, kendi değerini ve önemini hisseder ve hayata anlam katma potansiyeline sahip olduğunu keşfeder. Terapist, bireye sorumluluk duygusu, sevgi, yaratıcılık ve değerli bir amacın peşinden gitme gibi konuları keşfetmesine yardımcı olur. Bu süreç, bireyin içsel kaynaklarını keşfetmesine ve yaşamı anlamlı hale getirecek değerleri bulmasına yardımcı olur.

Frankl'a göre, nihai anlamın ne olduğunu sormaktan ziyade, kişinin nihai anlamın muhatabının kendisi olduğunu kavraması gerektiğini ifade etmektedir.⁶¹¹ Bu bağlamda, logoterapi insan varoluşunun özünü sorumlulukta bulmaktadır. Sorumluluk, varoluş felsefelerinde önemli bir tema olarak sıkça ele alınmıştır.⁶¹² Frankl, logoterapiyle ilgili olarak sorumluluğu varoluşun özü olarak ifade etmekte ve şu şekilde açıklamaktadır: "İkinci defa yaşıyormuşçasına ve ilk kez şimdi yapmak üzere olduğunuz gibi hatalı hareket etmişçesine yaşayın!"⁶¹³ Bu algı kişiyi, yaşamın sınırlı oluşuyla olduğu kadar hem kendi yaşamıyla hem de kendisiyle ne yapacağının belirleyiciliğiyle karşı karşıya getirir. Gerçekte hayatın anlamı değil bizzat insanın kendisi sorgulanmalıdır ve asıl bizim hayatın sorduğu sorulara cevap vermemiz gerekir. Bu sorulara da ancak kendi varlığımızın sorumluluğunu alabildiğimiz müddetçe bir karşılık verebilirdik.⁶¹⁴

Nihai anlam ile sorumluluk ilişkisi Frankl'a göre şu şekilde izah edilmektedir:

"Kişi, hizmet edeceği bir davaya veya seveceği bir insana kendini adayarak ne kadar çok kendini unutursa, o kadar çok insan olur ve kendini de o kadar çok gerçekleştirir."⁶¹⁵

⁶¹¹ Frankl, *Duyulmayan Anlam Çığılığı*, s.37.

⁶¹² Frankl, *İnsanın Anlam Arayışı*, s.123.

⁶¹³ Frankl, *İnsanın Anlam Arayışı*, ss.123-124.

⁶¹⁴ Frankl, *Yaşamı Karşılama*, s.63.

⁶¹⁵ Frankl, *İnsanın Anlam Arayışı*, s.125.

Viktor Frankl'a göre hayatta anlam bulmanın üç temel yolu vardır: a) Bir eser ortaya koymak veya bir iş yapmak; b) Bir şey tecrübe etmek ya da bir insanla etkileşmek; c) Kaçınılmaz acıya yönelik bir tavır geliştirmektir. Acı veren bir durumla karşılaşıldığında, bireyin kendisini değiştirerek, geliştirmesi ve bu acıdan kârlı çıkması, bir anlamda yenilgiyi başarıya dönüştürmesidir.⁶¹⁶

Nihai anlam düşüncesi, insanın hayatın anlamını bulma ve bu anlamı gerçekleştirme sürecine odaklanır. Frankl'a göre, insanın anlam arayışı, hayatın temel motivasyonudur. İnsan, hayatta anlamı keşfettiğinde ve bunu gerçekleştirdiğinde daha tatmin edici bir yaşam sürebilir. Nihai anlam, kişinin kendi değerleri, tutkuları ve yetenekleriyle uyumlu bir şekilde yaşamasını ve kendini gerçekleştirmesini içerir.

Frankl'a göre, "kendini gerçekleştirme", insanın hayatta anlam ve amaç arayışıyla ilgili bir süreçtir. Bu kavram, Frankl'ın logoterapi yaklaşımının temel prensiplerinden biridir. İnsanın doğasında anlam arayışı olduğunu söyleyen Frankl, insanın bu anlam arayışını tatmin etmesini ve potansiyelini tam anlamıyla ortaya koymasını içerir. Kendini gerçekleştirme, insanın hayatta anlam bulmasını, yeteneklerini kullanmasını, değerlerine sadık kalmasını içeren bir süreçtir.

Frankl, anlamın kişisel ve öznel olduğunu vurgular ve her insanın kendi hayatında anlamı keşfetmek için sorumluluk taşıdığını söyler. Logoterapi, insanları anlam arayışında yönlendirmek, değerlerini keşfetmelerine yardımcı olmak ve hayatlarında bir anlam bulmalarını sağlamak için kullanılan bir dizi teknik ve strateji sunar. Başka bir ifadeyle logoterapi nihai anlama ulaşma sürecinin tüm aşamalarının bütünü oluşturur.

Frankl, anlam arayışı sürecinde insanın içsel özgürlüğünü vurgular. Ona göre, insan dış etkenlere bağımlı olmadan içsel olarak seçim yapabilir ve tutumunu belirleyebilir. İçsel özgürlük, kişinin verilen koşullar altında bile tutumunu seçme gücüne sahip olduğunu ifade eder. Kendini gerçekleştirme sürecinde, insanın içsel özgürlüğünü kullanarak anlamlı bir hayat sürdürme yeteneği önemli bir rol oynar.

Frankl, kendini gerçekleştirme sürecinin bireyin yaşadığı anlamlı deneyimlerle de ilişkili olduğunu belirtir. Hayatta acı çekme, zorluklarla başa çıkma ve sevdiklerimizle ilişkiler kurma gibi deneyimler, bireyin içsel gelişimini ve anlamı

⁶¹⁶ Frankl, *İnsanın Anlam Arayışı*, s.125.

bulma sürecini şekillendirebilir. Bu deneyimler, insanın dayanıklılığını artırır ve onu daha güçlü ve anlamlı bir yaşam için motive eder.

Kendini gerçekleştirme süreci, içsel özgürlüğü kullanma, anlamı keşfetme, potansiyeli gerçekleştirme ve anlamlı deneyimler yaşama becerilerini içerir. İnsanlar, kendilerini gerçekleştirme yolculuğunda şu faktörlere dikkat etmelidir:

1. Frankl'a göre, insanın temel motivasyonu anlam arayışıdır. Kendini gerçekleştirme süreci, anlamı bulma ve hayatın anlamını keşfetme yolculuğuyla başlar. Bu nedenle İnsanlar, hayatta anlam ve amaç bulduklarında daha tatmin edici bir yaşam sürebilir.
2. Frankl, insanın içsel özgürlüğünü vurgular. İnsanlar, dış koşullar ne olursa olsun içsel olarak seçim yapabilir ve tutumlarını belirleyebilir. İçsel özgürlük, bireyin tutumunu seçme gücünü ifade eder ve kendini gerçekleştirme sürecinde önemli bir rol oynar.
3. Frankl, değerlerin insan hayatında büyük bir öneme sahip olduğunu belirtir. Değerler, bireyin hayatta önemsendiği ilkeler, inançlar ve tutkulardır.
4. Frankl'a göre, insanlar potansiyellerini gerçekleştirmek için çaba sarf etmelidir. Kendini gerçekleştirme süreci, bireyin yeteneklerini keşfetmesini, yaratıcılığını ifade etmesini ve en üst düzeye çıkarmasını içerir.
5. Frankl, insanın hayatta sorumluluk alması gerektiğini vurgular. Bireyler, yaşamlarının yönlendirmesinde ve anlamı bulma sürecinde aktif bir rol oynamalıdır. Sorumluluk alma, insanın içsel gücünü ortaya çıkarır ve anlamlı bir yaşamın temelini oluşturur.⁶¹⁷

Kendini gerçekleştirme süreci, bireyin yaşamının her alanında meydana gelebilir. İş yaşamı, ilişkiler, hobiler, yaratıcı çabalar, kişisel büyüme ve diğer alanlar, bireyin kendini gerçekleştirmesine katkıda bulunabilir. Önemli olan, herhangi bir alanda anlamı ve amaçları bulmak için içsel bir çaba sarf etmektir.

Kendini gerçekleştirme süreci, bir yolculuk olarak görülmelidir. Bireyler, zamanla kendilerini daha iyi tanıma, değerlerini daha iyi anlama ve potansiyellerini daha iyi kullanma yolunda ilerleyebilirler. Bu süreçte, insanların deneyimledikleri zorluklar, başarılar, sevinçler ve acılar önemli öğrenme ve büyüme fırsatları sunar.

⁶¹⁷ Frankl, *İnsanın Anlam Arayışı*, s.124.

Frankl'ın logoterapi yaklaşımı, insanların yaşamın anlamını ve amacını keşfetme potansiyeline sahip olduklarını vurgular. Bu keşif süreci, bireyin içsel kaynaklarına bağlılık, sorumluluk alma, anlamlı ilişkiler kurma ve değerlerine sadık kalma gibi önemli unsurları içerir. Kendini gerçekleştirme, bireyin tam potansiyeline ulaşmasına ve tatmin edici bir hayat sürdürmesine olanak tanır.

Özetle ifade etmek gerekirse Viktor E. Frankl'ın varoluşçu yorumunda insanın bu dünyadaki varlığı her şeyden önce kendisiyle mücadele etmekle başlar. Bu mücadele her şeyden önce insanın bu dünyada niçin var olduğunu sorgulamasıyla başlayan akabinde bu sorgulamayı yapabilen iradesi ile de karşılaştığı acı olay ve deneyimlere karşı dayanabilen ve onları anlam arayışının bir parçası olarak gören bir yaklaşım söz konusudur. Bu yaklaşımın temel vurgusu sorumluluk sahibi insanın hayatına anlam katan bir mutlak varlığa yönelme sürecinin varoluşçu düşüncenin temel paradigması olduğudur. Bu nedenle nihai anlama ulaşmak kadar bu sürecin kendisi de önemlidir. Frankl'ın "logoterapi" olarak adlandırdığı bu süreç insanın tabiatına uygun davranabilme erdemini kazanabilmesini amaçlar. Bunu yapabilen insan kendini gerçekleştirmiş bir insandır ve nihai anlama ulaşmış demektir.

Viktor E. Frankl'ın kendini gerçekleştirme bir yönüyle, Tasavvuf terminolojisindeki "fena"⁶¹⁸ kavramıyla paralellik gösterir. Fena, yok olma, geçicilik, ölüm ve kötü huyların yok olması anlamlarını içerir.⁶¹⁹ Fena, reddedilen niteliklerin düşmesini ifade eder ve iki ayrı bölüme ayrılır: İlk olarak, sıkı bir terbiyenin etkisiyle gerçekleşir. İkincisi ise, mülk ve melekut alemini hissetmemekle karakterizedir, ki bu durum, Allah'ın yüceliği karşısında içsel bir kavrayışa ve Hakk'ı deneyimlemeye ulaşmayı içerir.

İlk dönem sûfileri, özellikle ruhsal ve ahlaki fenâ kavramına odaklanmışlardır. Onlar, "fenâ" kavramını, bir sâlikin kötü huylardan arınarak iyi ve güzel huylara sahip olmasını, cehaletin yerini bilginin almasını, gafletin yerine zikrin gelmesini, nankörlüğün yerine şükrün, zulmün yerine adaletin hâkim olmasını, günahkarlık yerine itaat etmenin hâkim olmasını ifade etmek için kullanmışlardır.

⁶¹⁸ Mustafa Kara, "Fenâ", TDV İslâm Ansiklopedisi, <https://islamansiklopedisi.org.tr/fena> (14.06.2023).

⁶¹⁹ Kaşani, *Istılahatü's-Sufiyye*, s.365.

Kelabaziye göre fena halindeki kişi, Hakk'ın koruması altındadır ve "...kulumun işiten kulağı, gören gözü... olurum"⁶²⁰ şeklindeki kudsî hadis de bunu ifade etmektedir. Tasavvufun temel amaçlarından biri, insanın "bezm-i elest"teki özüne ve saf haline ulaşmaktır. Bu saf halde olanların Allah ile olan yakınlığı artar. Gerçekten de bu durum, her şeyden soyutlanıp sadece Allah'ın varlığını ve niteliklerini müşahade etme şeklinde gerçekleşir. Bu durum, tasavvufta "fenâ" kavramıyla açıklanır. Kelâbâzî, "Bu, Allah'ın dilediğine bahşettiği bir lütfu ve keremidir."⁶²¹ ayetini delil göstererek, fena halindeki kişinin farzları yerine getirmesinde herhangi bir engel olmadığını belirtir. Bu nedenle, fâninin ibadet hayatı ve bilincine yönelik eleştirilere cevap olarak, tasavvufî fenânın meşruiyetini savunmaktadır. Kul, Allah'ın her şeyin üstünde olduğunu fark ederek kendi varlığından geçer ve Allah'a ait olanla kalıcı bir birlik içinde olmayı ifade eden "fena" kavramıyla ifade edilir.⁶²²

Serrâc, el-Lüm'a adlı eserinde fenâ kavramları için "Yeryüzünde bulunan her canlı yok (fânî) olacak."⁶²³ ayetini delil olarak sunar ve terim anlamında bu ayeti dünya ve ahiret hazzının, kendine ait varlık iddiasının ortadan kalkması olarak değerlendirir.⁶²⁴ Hücvîrî de fenâ konusunda "Yeryüzünde olan her şey fanidir. Zül'celal ve'l-ikram olan Rabb'inin yüzü ve zatı ise bakidir"⁶²⁵ ayetlerine yer verir. Ancak Hücvîrî'nin açıklamaları 'fânî' kelimesinin sözlük anlamıyla sınırlı kalmaktadır.⁶²⁶ Kuşeyrî, bu ayetin tefsirini Hücvîrî gibi sözlük anlamında yapar. İlk olarak her canlının imkân prensibi açısından yok hükmünde olduğunu değerlendirir. Daha sonra fenâyı yok olmak anlamında yorumlar ve nakledilen delili dikkate aldığı anda 'fânî' kelimesinin dünya ve üzerindeki insanların yok olacağı anlamına geldiğini belirtir.⁶²⁷

Kuşeyrî, fenâ kavramında ahlaki yetkinliğe odaklanır. Bu bağlamda, fenâ bazen arzuların yok edilmesi, bazen dünyaya karşı zühd, bazen de nefsanî huyların terk edilmesi şeklinde ortaya çıkar. "Bir kimse, şeriâtın öğretileriyle aykırı davranışlarını terk ederse, 'şehvet ve nefsanî arzularından fânî oldu' denir... Bir kimse kalbiyle

⁶²⁰ Buhari, "Rikak", 38.

⁶²¹ Maide 5/54.

⁶²² Kelabazi, *et-Taarruf*, s.186.

⁶²³ Rahman 55/26.

⁶²⁴ Serrac, *Luma'*, s.249.

⁶²⁵ Rahman 55/26-27.

⁶²⁶ Hücvîrî, *Keşfu'l-Mahcub*, s.304.

⁶²⁷ Kuşeyrî, *Letaifu'l-İşarat Kuşeyrî Tefsiri*, Terc. Prof. Dr. Mehmet Yalar, İlk Harf Yayınları, İstanbul 2012, c.5, s.420; Nakl. Tuğçe Özer Kır, *Erken Dönem Eserlerinde Fena ve Beka Kavramlarının Tasavvufun Seyrindeki Yeri*, İstanbul Üni. Sosyal Bilimler Enstitüsü Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, İstanbul 2019, s.8.

dünyaya sırt çevirirse, 'dünyaya ilgi göstermekten fânî olmuştur' denir... Nefsani nitelikler ve kişisel huylar kalpten uzaklaştırılırsa, 'kötü huylardan fânî oldu' denir."⁶²⁸ Her fenâ halinde, daha üstün olanın yerine getirilmesi söz konusudur. Kişinin kendi arzularından vazgeçmesi, şeriatin gereklilikleri doğrultusunda hareket etmesi kulun fenâsı olarak kabul edilir. Fenâ, zaman içinde yayılan bir süreçtir ve bu terk süreci sürekli bir devamlılık gerektirir. Kuşeyrî, kişinin şeriata uygun davranma ve dışında kalan fiilleri terk etmeyle fenâ sürecine dahil olduğunu ifade eder. Tam anlamıyla bunları gerçekleştiren kişi, nefsinin arzularından sakınmış ve kötü eylemlerden fânî olmuştur.⁶²⁹

Sufilerin yaklaşımları göz önünde bulundurulduğunda fena kavramının kulun kendi fiillerini gözlemleyerek ve fiillerine bir değer atfetmeyi terk ederek Allah'ın iradesi doğrultusunda hareket etmek suretiyle gerçek bir kul olma niteliğine erişmesi durumunu ifade ettiği görülmektedir. Nefsi arzuların terk edilmesiyle, insan kendini bilme ve tanıma sürecine girer. Fena, egonun ve dünya sevgisinin aşılmasıdır. Nefsi arzuların fani olduğunun farkına vararak, insan Allah'a yönelme ve O'na yakınlaşma yolunda önemli bir adım atmış olur. Fena, nefsin isteklerinin ve kulun kendisinde mutlak bir varlık görme iddiasının terk edilmesiyle gerçekleşir. Burada kul bu dünyadaki varlığını mutlak iradeye bağlayarak ilahi bilgiye ulaşma yolunda ilerleme amacındadır. Bunun için Frankl'ın "insanın tabiatın uygun yaşaması" şeklinde değerlendirdiği süreci sufilerin "olmadan önceki hale dönüş" ifadesiyle açıkladığı manevi yolculuğun insanın varlığa gelişindeki saflığına ulaşması gereklidir. Dolayısıyla bu süreçte nefsi ile mücadele ederek, yeri geldiğinde acı deneyimlerle veya çeşitli riyazet yöntemleriyle yüzleşen kul, iradesinden sıyrılmış ve nihai anlama veya marifete ulaşmak için mutlak varlığa yönelmiştir. Bu bakımdan nefsinden fani olduğu ölçüde salık mutlak varlığa dair bilgi sahibi olma yolunda mesafe alabilir.

Marifet, kelime anlamı "bilmek, tanımak, ikrar etmek"⁶³⁰ olup ıstılahi olarak manevi halleri yaşayarak ilahi hakikatlere dair elde edilen⁶³¹ bilgidir. Başka bir ifadeyle marifet, kalbe atılan bir nurla iç aydınlığına kavuşma halini, kalp gözüyle ilahi gerçekleri görmeyi, birbirini izleyen nurlarla Hakk'ın kalbe doğmasını, Allah'ın zâtı,

⁶²⁸ Kuşeyri, *Risale*, s.148.

⁶²⁹ Kır, *Erken Dönem Eserlerinde Fena ve Beka Kavramlarının Tasavvufun Seyrindeki Yeri*, s.32.

⁶³⁰ Süleyman Uludağ, "Mârifet", TDV İslâm Ansiklopedisi, <https://islamansiklopedisi.org.tr/marifet> (13.06.2023).

⁶³¹ Uludağ, *Tasavvuf Terimleri Sözlüğü*, s.236.

sıfatları, fiilleri, isimleri ve tecellileri hakkında manevi tecrübeyle doğrudan elde edilen bilgiyi ifade etmektedir.⁶³² Marifet, Allah'ı tanıma, O'nu gerçek ve derin bir şekilde bilme ve O'na yakınlaşma anlamlarını içeren bir kavramdır. Marifet, sadece teorik bilgidен ziyade kişisel deneyim ve içsel bir derinlik gerektiren bir bilgi türünü tasavvufi bir terim olarak ifade eder. Bu kavram, kalp ve ruh düzeyinde gerçekleşen bir içsel seyahat ve manevi farkındalık halidir. Sâlik, nefsin arzularını aşarak Allah'ı tanıma ve O'na yakınlık elde etme çabası içerisinde.

Sufilerden Ebu Said Harraz'a "Marifet nedir? diye sorduklarında: "Marifet iki türdür. Biri Hakk vergisidir, diğeri kulun gayretiyle kazanılır."⁶³³ şeklinde karşılık vermiştir. Bu gayret sonucunda oluşan ilim hakkında Cüneyd şöyle söylemiştir: "Marifet, Allah'ın ilminin bulunduğu yerde senin elinin var olmasıdır." Bunu biraz daha açıklamamı isteyen kişiye ise "Arif de O'dur, maruf da {bilen de odur, bilinen de}" cevabını vermiştir. Bu demektir ki: "Sen sen olduğun için Allah'ı bilemezsin. Allah kendisini sana tanıttığı için O'nu bilebilirsin." Nitekim bu bilme konusunda Sehl (Tüsteri) şöyle demiştir: "İlmin varlığı marifetle, aklın varlığı da ilimledir. Marifet ise kendi başına var olur." Bu demektir ki: Allah Teala bir kuluna kendisini tanıttığında, kul da O'nu kendisine tanıttığı şekliyle bilince, bundan sonra Allah o kulda bir ilim yaratır. Bu şekilde kul ilmi bu marifet sayesinde idrak eder. O kuldaki akıl da Allah'ın onda yaratmış olduğu ilimle var olmuş olur.⁶³⁴

Muhasibi'ye göre marifet, kalbin ilmidir. Çünkü Allah, kulların kalbine bakar, diğer organlar kalbe tabidir. Kul, marifete sahip olunca kalbi nurlanır; bu nur azalara da yansır. Yine Ona göre marifet vehbidir, Allah tarafından verilir. Allah'ın kuluna bundan daha büyük bir nimeti yoktur. Bu da Allah'ın kulunun kalbine hikmet nuru vermesi demektir.⁶³⁵

Marifet yolunda ilerlerken, sâlikin nefsiyle mücadele etmesi ve nefsin kötü huy ve vasıflardan arınması önemlidir. Sâlik, bilgisizlik yerine ilmin hâsıl olmasını, gafletin yerine zikrin gelmesini, nankörlüğün yerine şükürün, zulmün yerine adaletin gelmesini ve mâsiyetin yerine taatin geçmesini amaçlar. Marifet, sâlikin içsel bir dönüşüm ve olgunlaşma sürecidir.

⁶³² Tek, *Tasavvufi Mertebeler*, s.337.

⁶³³ Serrac, *Luma'*, s.33.

⁶³⁴ Kelabazi, *Taarruf*, s.39

⁶³⁵ Muhasibi, er- *Riaye*, s.388; (Nakl. Ali Bolat, *Muhasibi'nin Marifet Anlayışı*, Ondokuz Mayıs Üni. Sosyal Bilimler Enstitüsü Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Samsun 1998, s.99.)

Frankl'ın nihai anlam düşüncesi ve marifet, insanın içsel derinlik ve anlam arayışıyla ilgili benzer temaları içermektedir. Her ikisi de insanın gerçek özünü keşfetme, içsel bir dönüşüm ve anlamlı bir hayatın peşinde ilerleme sürecini vurgular. İnsanın nihai anlama ulaşma ve marifet sahibi olma, bireyin ruhsal ve manevi tatmini, içsel özgürlüğü ve kişisel gelişimi için önem arz etmektedir.

Marifet, tasavvuf geleneğinde sadece teorik bir bilgi olarak kalmaz, aynı zamanda kişinin içsel dönüşümünü ve ruhsal gelişimini ifade eder. Marifetin elde edilmesi için sâlik, nefsiyle mücadele eder, nefsin arzularını aşar ve ilahi varlığa yakınlaşır. Bu süreçte sâlik, nefsin kötü huy ve vasıflarından arınarak iyilik, güzellik ve erdemli vasıflarla donanır. Birey, içsel bir yolculuğa çıkarak kendi değerlerini, tutkularını ve yeteneklerini keşfetmesini amaçlayan bir süreç içerisinde. Bu süreç, bireyin potansiyelini gerçekleştirmesini daha anlamlı bir hayat sürdürmesini hedeflerken bir yandan da nefsinin sınırlamalarını ve dünyevi arzularını aşarak ilahi varlığa ulaşmayı ifade eder.

Frankl'ın nihai anlama ulaşma sürecini ifade eden logoterapi ile Tasavvuf geleneğinde salikin marifeti elde etme amacıyla çıktığı yolculuğu tanımlayan seyr u sülûkun kanaatimizce paralellik arz ettiği en önemli husus varılmak istenen hedef kadar bu hedefe ulaşmak üzere talib olunan ve kat edilen zorlu ve mücadele ile geçen meşakkatli yolculuktur. Çünkü bu yolculuk insanın bir yandan bu dünyadaki varlığını anlamlı hale getirirken diğer yandan üstlendiği sorumluluk ve özgür iradesi ile birlikte mutlak varlığa ulaşma çabasıyla da kendi var oluşunu tanımlamaktadır.

4. SONUÇ

19. yüzyılın sonlarına doğru ortaya çıkan varoluş felsefesi, temel yaklaşımı itibariyle teist ve ateist olmak üzere iki ana ekole ayrılmaktadır. Bu nedenle Varoluşçu felsefeye dair net bir tanımlama yapılamamaktadır çünkü bu düşünce de fenomenolojik yaklaşımlar ayrı bir önem arz etmektedir. Bunca farklılık etrafında toplanan varoluşçu filozoflar arasından biz de çalışmamızı Viktor Emil Frankl ve onun yaşantılarının yer aldığı “İnsanın Anlam Arayışı” isimli eserindeki logoterapist yaklaşımlarla Tasavvuf ilminde manevi yolculuk olarak adlandırılan “seyr u sülûk” arasındaki ilişkiyi tespit etmeyi amaçladık.

Viktor E. Frankl, varoluşçu psikolojinin önemli bir figürüdür ve anlam arayışının insan psikolojisi ve yaşamında merkezi bir rol oynadığını vurgulamıştır. Tasavvuf ise seyr u sülûk ile insanın ruhsal gelişimi ve Allah'a yakınlaşması üzerine odaklanır. Viktor Frankl'ın logoterapi metodu ve Tasavvuf'ta seyr u sülûk anlayışı, insanın anlam arayışı ve bu arayışın önemini kavramamızın yöntemini ortaya koyacaktır. Bu paralellikten hareketle Frankl'ın logoterapi anlayışıyla seyr u sülûk arasında usul ve gaye açısından müşterek olduğunu değerlendirdiğimiz noktalar ele alınmış, bu çerçevede “Varoluşsal Boşluk/Bunaltı ve Yakaza, Varoluşsal Engellenme ve Mücadele, Kaygı ve Havf-Reca, Negatif Mutluluk/Acı ve Riyazet, Vicdan ve Vera/Muhasebe, Sevgi ve Muhabbet, Anı Yaşamak ve Vakt Anlayışı, Nihai Anlam ve Marifet” şeklinde tespit ettiğimiz hususlar incelenmiştir.

Çalışmamızda Frankl'ın anlam arayışı ile seyr u sülûk arasında önemli benzerlik ve ortak noktaların bulunduğu tespit edilmiştir. Frankl insanın içinde oluşan “boşluk” sebebiyle anlamın peşinde koşan bir varlık olduğunu öne sürer. Bu boşluk Frankl'a göre kaygının oluşmasına, dolayısıyla insanın içsel boşluğunu ve anlam arayışını etkileyebileceğini belirtir. İnsan, bu kaygıyı aşmak için umut ve arzularına yönelir. Seyr u sülûk da, esas itibariyle insanın bu dünyada bulunuşu ve bu dünyadan sonrasına ilişkin arayışından kaynaklı olarak kendisini sorgulaması ve bir hakikat yolculuğu sürecini ifade eder. Bir yönüyle seyr u sülûk bir anlam arayışı olarak görülebilir. Çünkü kendisini ve bu dünyadaki varlığını sorgulamayan kişi bir “boşluk” içerisindedir. Frankl'ın logoterapi metodu da bu boşluktan kurtulmaya odaklanır. Bu süreçte insanın bir yandan kaygı, bir yandan da umut taşıması doğaldır. Başka bir ifadeyle salık hakikat yolculuğunda havf-reca dengesi ile mutlak varlığa yönelir.

Frankl, hayatta karşılaşılan engellerin insanın gelişimine katkıda bulunabileceğini ifade ederken bu engellerin, bireyin mücadele ederek kendini aşması için bir fırsat olabileceğini vurgular. Salikin manevi yolculuğunda öncelikle kendisini bu dünyaya bağlayan ve sadece bu dünya için yaşamasını telkin eden nefsiyle mücadele etmesi olmazsa olmaz bir husus olarak ortaya konulmuştur. Bu da insanın anlam arayışında yani hakikat yolculuğunda bazı zorluklar ve sıkıntılarla hemhal olması anlamına gelir. Bu sıkıntılı sürecin sonunda hedef nihai anlama yani marifete ulaşmaktır. Bu bakımdan denilebilir ki insanın nihai anlama ya da marifete ulaşması için her şeyden önce bizi bu dünyaya bağlayan “masiva”dan sıyrılabilmek gerekir. Salik bu sayede kalbini arındırarak zihnini özgürleştirebilir ve dünyevi bağlardan kurtulabilir. Dünyevi bağlardan kurtulabilmenin yolu tasavvuf terminolojisinde “zühd” olarak ifade edilir. Bu çileli ve zorlu süreçte salikin mutlak varlıkla irtibatı bir zorunluluktan öte bir gönüllülüğe yani muhabbete dayalı olarak gerçekleşir.

Sevgi, mutluluk ve anı yaşama gibi kavramlar insanın anlam arayışında logoterapinin önemli esasları olarak ele alınmaktadır. Çünkü insanın sevgiyle kendini başkalarına adanması, yaşadıklarından ibret alarak bilinçli bir hayat sürmesi ve zamanın değerini bilerek içinde bulunduğu ana öncelik vermesi, içsel huzura ve nihai anlama ulaşmasına yardımcı olur. Bu durum insanın anlam arayışında motivasyon sahibi olmasını yani iradesini nihai anlama ulaşmak üzere yoğunlaştırmasını; bununla beraber değerli ve bir amaca yönelik bir hayat inşa etmesini sağlar. İnsanın manevi anlamda gelişimini amaçlayan seyr u sülûk da salikin nefsiyle mücadelesinin sonucunda gönüllü bir yöneliş ile yani muhabbet duygusu ile mutlak varlığa ulaşmasını amaçlar. Bu süreçte salike düşen, geçmişe bağlanıp kalmak veya gelecek hesabı yapmak yerine içinde bulunduğu anı idrak ederek mutlak varlığa yönelmektir.

Frankl, anlam arayışının bireyin kişisel hayat deneyimleriyle yani vicdanıyla vermiş olduğu kararların derinden ilişkili olduğuna odaklanırken, seyr u sülûk salikin manevi yolculuğunda yaşamış olduğu deneyimlerin önemini vurgulamaktadır. Bu bakımdan her iki yaklaşımda da insanın bireysel özgürlüğünün yanında kendisine, topluma ve Mutlak Varlığa karşı sorumluluk bilinci ile birlikte anlam arayışının iki ana unsuru ortaya konulmaktadır.

İnsanın boşluktan kurtulma ve hayatına bir anlam katma çabası netice itibariyle nihai anlama ulaşma; salikin de nefsiyle mücadele ederek aslı vatanı hatırlama süreci ve bu yolda verdiği mücadele marifete ulaşma çabasına yöneliktir. Her iki kavram da

insanın hayatına derin bir anlam katarak insanın kendini gerçekleştirmesi başka bir ifadeyle kemale ermesi için yaşadığı deneyimlerin bütününe ifade eder. İnsanın kendi değerlerini ve amacını keşfederek, Allah'a yakınlaşma yolunda mesafe katetmesi, nihai anlama veya marifete dair ilerleme kaydettiğini gösterir. Nihayetinde insan, içsel yolculuğunda kendi bütünlükleri içerisinde değerlendirilmek kaydıyla hem Frankl'ın logoterapi yöntemi hem de tasavvuf ilmindeki seyr u sülûk metodu ile hayatı daha anlamlı, huzurlu ve bir amaca yönelik olarak yaşama konusunda tatmin edici bir cevap bulabilme çabası içindedir.

Sonuç olarak Varoluş felsefesi, insan varlığının temel sorunlarına odaklanan ve varoluşsal gerçekliği anlamlandırmaya çalışan bir felsefi disiplindir. Bu yaklaşım, insanın varoluşsal kaygılarını, anlam arayışını ve kendi varlığının farkındalığını ele alır. Tasavvuf ilmi de insanın ruhsal gelişimini ve Allah'a yakınlaşmayı amaçlayan bir yolculuktur. Bu yolculuk seyr u sülûk ile ifadelendirilir ve salik çeşitli yöntemlerle nefsiyle mücadele eder. Her iki yaklaşım da insanın varoluşsal deneyimlerini, anlam arayışını ve içsel gelişimini merkeze alarak insanın kendisini anlama ve anlamlandırma çabalarını destekler. Bu çaba fitratın gereği olmakla beraber insanın varoluşsal ve manevi ihtiyaçlarını anlama ve karşılama potansiyelini içerir. Varoluş felsefesi ve tasavvuf/seyr u sülûk, insanın fitratına hitap eden yaklaşımlar olarak görülebilir. Her ikisi de insanın anlam arayışına ve ruhsal gelişimine odaklanırken varoluşsal sorunları, içsel boşluğu ve anlamın önemini vurgular.

Frankl'ın varoluşçu yaklaşımı ile seyr u sülûk arasındaki sözü edilen paralelliklerden hareketle varoluşçuluğu tasavvuf ile özdeşleştiriyor değiliz. Burada vurgulamaya çalıştığımız şey, her iki yorum biçiminin ortaya çıkmış olduğu düşünce geleneği ve sosyolojisi içerisinde insanın dünyadaki varlığını sorgulayan ve mutlak varlığa bağlı olarak anlamlı hale getiren ve insanı özgürleştiren; bunu yaparken de irade sahibi insanın aynı zaman da sorumluluk üstlenmesini de öngören ve böylece nihai anlama ulaşma yolunda insanın varlığını sadece bu dünya ile sınırlı görmeyen birer metot ortaya koymuş olmalarıdır. Bu durum bize aynı zamanda, insanın bu dünyadaki varlığını anlamlandırma çabasının ortak bir özelliği olduğunu göstermektedir. Bu ortak özelliğin mahiyeti ve insanın anlam arayışı metodunun tanımlanması ve şekillenmesi noktasında tasavvufun bize zengin bir miras bıraktığı kanaatindeyiz. Bu bakımdan insanımızın anlam arayışına yönelik çabalarına

tasavvufun gerçekçi çözüm önerileri sunabilecek bir zenginliğe sahip olduğu anlaşılmaktadır.



KAYNAKLAR

- Açıkgenç, Alparslan, "El-Esfârü'l-Erbâa", TDV İslâm Ansiklopedisi, <https://islamansiklopedisi.org.tr/el-esfarul-erbaa> (03.04.2023).
- Adler, Alfred, *Yaşamın Anlamı ve Amacı*, çev. K. Şipal, Say Yayınları Ankara 1993.
- El-Afifi, Ebu'l-Ala, *Tasavvuf İslam'da Manevi Hayat*, terc. Ekrem Demirli-Abdullah Kartal, İz Yayıncılık, İstanbul 2012.
- Altıntaş, Hayrani, *Tasavvuf Tarihi*, Akçağ Yayınları, Ankara 2018.
- Ahmed İbn Hanbel, Ahmed b.Muhammed, Müsned, thk. Şuayb Arnavût Âdil Mürşid vd., Müessesetü'r-Risâle, Beyrût 2002.
- El-Arabi, Muhammed Nur, *Muhyiddin İbn Arabi'nin Gavsîyye Risalesi Şerhi*, çev. Mahmut Kanık, İz Yayıncılık, İstanbul 2010.
- Atak, Mustafa, *Nefs Psikolojisi Kuram Uygulama*, Büyüyen Ay Yayınları, İstanbul, 2021.
- Ateş, Süleyman, *Cüneyd-i Bağdadi Hayatı Eserleri ve Mektupları*, Yeni Ufuklar Neşriyat, İstanbul 1970.
- _____, *İslam Tasavvufu*, Elif Yayıncılık, Ankara 1972.
- Ayni, Mehmet Ali, "Nefs Kelimesinin Manaları", *Darulfünun İlahiyat Fakültesi Mecmuası*, sy.14, 1930.
- _____, *Tasavvuf Tarihi*, der. Hüseyin Rahmi Yaranlı, Büyüyen Ay Yayınları, İstanbul 2017.
- Attar, Feridüddin, *Mantıku't-Tayr*, terc. Ahmet Metin Şahin, Şule Yayınları, İstanbul 2016.
- Ayni, Mehmet Ali, *Tasavvuf Tarihi*, sad. Hüseyin Rahmi Yaranlı, Büyüyen Ay Yayınları, İstanbul 1992.
- Ayten, Ali -Sevde Düzgün, *Tasavvuf Psikolojisine Giriş Bireysel Arınma ve Güzel Ahlak*, Sufi Kitap, İstanbul 2017.
- Bahadır, Abdülkerim, *Hayatın Anlam Kazanmasında Psiko-sosyal Faktörler ve Din*, Uludağ Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Yayınlanmamış Doktora Tezi, Bursa 1999.
- _____, *İnsanın Anlam Arayışı ve Din*, İnsan Yayınları, İstanbul 2011.
- _____, "Psikoterapi'de Yeni Bir Yaklaşım: Logoterapi ve Viktor Frankl", *Uludağ Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi* (9), Bursa 2000.
- Bardakçı, M. Necmettin, *Sosyo-Kültürel Hayatta Tasavvuf*, Rağbet Yayınları, İstanbul 2005.
- Barrett, William, *İrrasyonel İnsan*, çev. Salih Özer, Hece Yayınları, Ankara 2003.
- Başer, Hacı Bayram, *Şeriat ve Hakikat Tasavvufun Teşekkül Süreci*, Klasik Yayınları, İstanbul 2017.
- _____, "Yükümlü Varlıktan Varlığın Gayesi olan İnsana: Tasavvufta İnsan Tanımlarının Dönüşümü Üzerine Bir Değerlendirme", Ed. Ömer Türker-Halil İbrahim Üçer, *İnsan Nedir?*, İlem Yayınları, İstanbul 2019.
- Baudrillard, Jean, *Simülakrlar ve Simülasyon*, çev. Oğuz Adanır, Doğu Batı Yayınları, Ankara 2021.
- Bayraktar, Fulya, *Bağlanma Hürriyeti Bir Gabriel Marcel Okuması*, Aktif Düşünce Yayınları, Ankara 2019.
- Bedri, Malik, *Müslüman Psikologların Çıkmazı*, çev. İrem Nur Kaya, Mahya Yayıncılık, İstanbul 2018.

- Bilgin, Caner, *Tasavvufi Tarikatlarda Seyr-ü Sülûk Adabı ve Tasavvufi Bir Kavram Olarak Nefs*, Dicle Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Diyarbakır 2020.
- Bolat, Ali, *Muhasibi'nin Marifet Anlayışı*, Ondokuz Mayıs Üni. Sosyal Bilimler Enstitüsü Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Samsun 1998.
- Bollnow, Otto Friedrich, *Varoluş Felsefesi*, çev. Medeni Beyaztaş, Efkâr Yayınları, İstanbul 2004.
- Bozkurt, Nejat, *20. Yüzyıl Düşünce Akınları*, Sarmal Yayınları, İstanbul 1995.
- Buhari Ebu Abdullah Muhammed b. İsmail, *Sahîhu'l-Buhârî*, thk. Muhammed b. Zuheyr b. Nâsır, Dâru Tûku'n Necât, Beyrût 1422.
- Bulut, Hasan, "Tasavvufi Bir Bakış Açısıyla Nefs", *Mesned İlahiyat Araştırmaları Dergisi*, c.11, s. Bahar 2020.
- Büyükdüvenci, Sabri, *Varoluşçuluk ve Eğitim*, Form Ofset, Ankara 1994.
- Cauly, Oliver, *Kierkegaard*, çev. Işık Ergüden, Dost Yayınevi, Ankara 2006.
- El-Cami, Abdurrahman, *Nefhatü'l-Üns Evliya Menkıbeleri*, haz. Süleyman Uludağ-Mustafa Kara, Marifet Yayınları, İstanbul 2005.
- Cebecioğlu, Ethem, *Tasavvuf Terimleri ve Deyimleri Sözlüğü*, Ağaç Kitabevi Yayınları, İstanbul 2009.
- Cevizci, Ahmet, *Felsefe Tarihi*, Say Yayınları, İstanbul 2015.
- _____, *Felsefe Sözlüğü*, Paradigma Yayınları, İstanbul 2000.
- Ceyhan, Semih, "Vakit", TDV İslâm Ansiklopedisi, <https://islamansiklopedisi.org.tr/vakit--tasavvuf> (10.06.2023).
- _____, "Yakaza", TDV İslâm Ansiklopedisi, <https://islamansiklopedisi.org.tr/yakaza> (10.05.2023).
- _____, "Zühed", TDV İslâm Ansiklopedisi, <https://islamansiklopedisi.org.tr/zuhd#1> (17.02.2023).
- Corey, Gerald, *Psikolojik Danışma, Psikoterapi Kuram ve Uygulamaları*, çev. Tuncay Ergene, Mentis Yayınları, İstanbul 2015.
- Cüceloğlu, Doğan, *Gerçek Özgürlük*, Remzi Kitabevi, İstanbul 2019.
- _____, *İnsan ve Davranışı*, Remzi Kitabevi, İstanbul 1991.
- _____, *Öğretmenim Bir Bakar Mısın?*, Final Kültür Sanat Yayınları, İstanbul 2020.
- Cürçani, Seyyid Şerif, *Ta'rîfat Tasavvuf Islahatları*, terc. Abdülaziz Mecdi Tolun, Litera Yayıncılık, İstanbul 2014.
- Çakmak, Samet, *1950-1970 Arasında Türk Şiirinde Varoluşçuluğun Görünümleri*, Sakarya Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Doktora Tezi, Sakarya 2020.
- Çamdibi, Mahmut, *Şahsiyet Terbiyesi ve Gazali*, Marmara Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Vakfı Yayınları, İstanbul 1994.
- El-Cevziyye, İbn Kayyım, *Medaricu's-Salikin*, çev. İbrahim Tüfekçi-Harun Ünal, İnsan Yayınları, İstanbul 2017.
- Çeber, Safiye, *Din Psikolojisi Açısından İnsanın Anlam Arayışı Problemine Feridüddin Attar'ın Mantıku't-Tayr Eseri Bağlamında Bir Bakış*, İstanbul Sabahattin Zaim Üniversitesi Lisansüstü Eğitim Enstitüsü Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, İstanbul 2022.

- Çelebi, Vedat, *S.Kierkegaard ve J.P.Sarte'in Varoluşçuluk Anlayışlarının Karşılaştırılması*, Pamukkale Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Denizli 2008.
- Çınar, Aliye, *Varoluşçu Teolojide İnsan ve Anlam*, Sentez Yayıncılık, İstanbul 2015.
- Çubukçu, Hatice, *Sufilerde Muhabbet Yolu-Ebu Talib el-Mekki ve Gazzali'de Muhabbet Anlayışı*-, İnsan Yayınları, İstanbul 2011.
- Çüçen, A. Kadir, *Varoluş Filozofları*, Sentez Yayıncılık, İstanbul 2015.
- Demir, Osman, "Vicdan", TDV İslâm Ansiklopedisi, <https://islamansiklopedisi.org.tr/vicdan> (01.05.2023)
- Demirci, Mehmet, "İçe Dönük Cihad: Mücadele", *Tasavvuf İlmî ve Akademik Araştırma Dergisi*, sayı 19, 2007.
- Deniz, Yavuz, *Sezai Karakoç'un Varoluşçu Düşüncesinde İnsan Sorunu*, Ankara Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Yayınlanmamış Doktora Tezi, Ankara 2017.
- Dindar, Bilal, *Emmanuel Mounier'in Personalizmi*, Kültür ve Turizm Yayınları, Ankara 1988.
- _____, "J. P. Sartre'ın Varoluşçuluğunda Hürriyet Anlayışı", *Ondokuz Mayıs Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, Samsun 1987.
- Doğan, Müjde, *Varoluşçulukta Din*, Dokuz Eylül Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, İzmir 2018.
- Düzgün, Şaban Ali, *Varoluş Sancısı*, Otto Yayın, Ankara 2023.
- Elibol, Sadettin, *İnsanlığın Tarihi Üzerine*, Akçağ Yayınları, Ankara 1989.
- Eraydın, Selçuk, "Çile", TDV İslâm Ansiklopedisi, <https://islamansiklopedisi.org.tr/cile--tasavvuf> (04.06.2023).
- _____, *Tasavvuf ve Tarikatlar*, M.Ü. İlahiyat Fakültesi Vakfı Yayınları, İstanbul 2013.
- Erginli Zafer, *Metinlerle Tasavvuf Terimleri Sözlüğü*, Kalem Yayınevi, İstanbul 2006.
- Ertürk, Ramazan, *Varoluşsal Din Felsefesine Giriş*, Yarı Yayınları, İstanbul 2012.
- Erzurumlu İbrahim Hakkı, *Marifetname*, Merve Yayınları, İstanbul 2014, s.591
- Frager, Robert, *Kalp Nefs ve Ruh Tasavvuf Psikolojisinde Gelişim Denge ve Uyum*, çev. İbrahim Kapaklıkaya, Sufi Kitap, İstanbul 2019.
- Frankl, Viktor E., *Anlam İstenci Logoterapinin Temelleri ve Logoterapi Uygulamaları*, çev. Mustafa Yalçinkaya, Öteki Yayınevi, İstanbul 2018.
- _____, *Duyulmayan Anlam Çılgılığı Psikoterapi ve Hümanizm*, çev. Selçuk Budak, Totem Yayınları, İstanbul 2019.
- _____, *Hayatın Anlamı ve Psikoterapi*, çev. Veysel Ataman, Say Yayınları, İstanbul 2019.
- _____, *İnsanın Anlam Arayışı*, Okuyan Us Yayıncılık, İstanbul 2020.
- _____, *Psikoterapi ve Din*, çev. Zeynep Taşkın, Say Yayınları, İstanbul 2018.
- _____, *Yaşamı Karşılamak*, çev. Duygu Bolut, Okuyan Us Yayınları, İstanbul 2022.
- _____, *Tıbbi Ruhsal Bakım Logoterapinin ve Varoluşsal Analizin Temelleri*, çev. Sevgi Tuncay, Totem Yayınları, İstanbul 2022.
- Foulquie, Paul, *Varoluş Felsefesi*, der. Nurettin Topçu, Hareket Yayınları, İstanbul 1967.
- El-Fuadi Ömer, *Muslihu'n-Nefs Nefsin Özellikleri*, sad. Ahmed Cahid Haksever, Hoşgörü Yayınları, İstanbul 2015.
- Gençtan, Engin, *Varoluş ve Psikiyatri*, Remzi Kitabevi Yayınları, İstanbul 1990.

- Göka, Erol, *Hayatın Anlamı Var Mı?*, Kapı Yayınları, İstanbul 2019.
- _____, *Psikiyatri ve Düşünce Dünyası Arasında Geçişler*, Vadi Yayıncılık, Ankara 1996.
- _____, *Psikoloji Varoluş Maneviyat*, Kapı Yayınları, İstanbul 2021.
- _____, *Varoluşun Psikiyatrisi*, Vadi Yayınları, İstanbul 2020.
- Göktaş, Vahit, *Kelabazi ve Tasavvufi Görüşleri*, Ankara Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Yayınlanmamış Doktora Tezi, Ankara 2007.
- Güçlü, Adbülbaki vd., *Felsefe Sözlüğü*, Bilim ve Sanat Yayınları, Ankara 2003.
- el-Hârizmî, Ebü'l-Cennâb Necmüddîn-i Kübrâ Ahmed b. Ömer el-Hîvekî, *Tasavvufta On Esas Usulü'l Aşer*, çev. Süleyman Gökbulut, İnsan Yayınları, İstanbul 2018.
- Heidegger, Martin, *Varlık ve Zaman*, çev. Kaan H. Ökten, Alfa Yayınları, İstanbul 2019.
- El-Herevi, Hâce Abdullah, *Menazilü's-Sairin*, terc. Abdürrezzak Tek, Emin Yayınları, Bursa 2017.
- El-Hücvîrî, Ebü'l-Hasen Ali b. Osmân b. Ebî Ali el-Cüllâbî, *Keşfu'l-Mahcub Hakikat Bilgisi*, çev. Süleyman Uludağ, Dergah Yayınları, İstanbul 1996.
- İşitan, İbrahim, *Sufî Psikolojisi ve Sülemi'ye Göre Sufî Benlik Dönüşümü*, Divan Kitap, İstanbul 2014.
- İbn Manzur, Lisanü'l-Arab, Daru'l-Mearif, Kahire 1979.
- İkbal, Muhammed, *Esrar-ı Hodi Rumuz Rumuz-u Bihodi*, çev. A. Yüksel, İstanbul 1990.
- _____, *İslam'da Dini Düşüncenin Yeniden İnşası*, çev. Rahim Acar, Timaş Yayınları, İstanbul 2021.
- İlk, Gülnur-Mustafa Bilici, “Viktor Frankl Örneği ile Varoluşçu Psikolojide Din ve Maneviyat”, *Çekmeze İZÜ Sosyal Bilimler Dergisi*, İstanbul 2020.
- İmam Rabbani, *Mekbubat-ı Rabbani*, çev. Talha Hakan Alp-Ömer Faruk Tokat-Ahmet Hamdi Yıldırım, Semerkand Yayınları, İstanbul 2011.
- İsmail Hakkı Erzurumi, *Marifetname*, çev. Abdullah Aydın, Mehdi-Seda Yayınları, İstanbul 1999.
- İstekli, Dilan, *Sufile ve Filozoflara Göre Nefsin Mahiyeti*, Bursa Uludağ Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Bursa 2022.
- İz, Mahir, *Tasavvuf*, Kitabevi, İstanbul 1990.
- Jaspers, Karl, *Felsefeye Giriş*, çev. Mehmet Akalın, Hareket Yayınları, İstanbul 1971.
- Kara, Mustafa, “Fenâ”, TDV İslâm Ansiklopedisi, <https://islamansiklopedisi.org.tr/fena> (14.06.2023).
- _____, “Havf”, TDV İslâm Ansiklopedisi, <https://islamansiklopedisi.org.tr/havf> (19.05.2023).
- _____, *Metinlerle Osmanlılarda Tasavvuf ve Tarikatler*, Sır Yayınları, İstanbul 2004.
- _____, *Tasavvuf ve Tarikatlar Tarihi*, Dergah Yayınları, İstanbul 2013.
- Karakaya, Talip, *Jean Paul Sartre ve Varoluş*, Elis Yayınları, Ankara 2004.
- _____, *Varoluşçuluk Felsefesine Giriş*, Elis Yayınları, Ankara 2004.
- Karasu, Toksöz B., *Huzurlu Yaşama Sanatı İyi Günde Kötü Günde İçinizdeki Yaşam Sevincini Korumun*, Boyner Yayınları, İstanbul 2003.
- Kartopu, Saffet, “Dini Yaşayışta Hayatı Sorgulama ve Anlam Arayışı”, *Gümüşhane Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi*, Gümüşhane 2013.

- Kasaboğlu, Abdurrahman, “Yusuf ve Züleyha Açısından Kur’an da Nefs-i Emmare Kavramı Freud’un “İd” Kavramıyla Muhayese”, *Tasavvuf İlmi ve Akademik Araştırma Dergisi*, Ankara 2006.
- Kaşani, Abdurrezzak, *Mu’cemu Istılahatü’s-Sufiyye*, thk., Abdülal Şahin, Daru’l-Menar, Kahire 1992.
- Kaşani Kamilüddin Abdürrezzak, *Istılahatü’s-Sufiyye Tasavvuf Sözlüğü*, ter. Ekrem Demirli, İz Yayıncılık, İstanbul 2004.
- Kayıklık, Hasan, *Tasavvuf Psikolojisi*, Akçağ Yayınları, Ankara 2011.
- Kılıç, Mahmut Erol, *Tasavvufa Giriş*, Sufi Kitap, İstanbul 2014.
- Kıraç, Ferdi, *Dindarlık Eğilimi, Varoluşsal Kaygı ve Psikolojik Sağlık*, Ankara Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Ankara 2007.
- Kierkegaard, Soren, *Baştan Çıkarıcının Günlüğü*, çev. Süha Sertabiboğlu, Ayrıntı Yayınları, İstanbul 2013.
- _____, Korku ve Titreme Johannes de Silentio’dan Diyalektik Lirik, çev. İbrahim Kapaklıkaya, Ketebe Yayınları, İstanbul 2022.
- _____, *Sevginin İşleri*, çev. Nur Beier, Pinhan Yayıncılık, İstanbul 2020.
- Konuk, Ahmet Avni, *Mesnevi Şerhi*, çev. Selçuk Eraydın-Mustafa Tahralı, Kitabevi Yayınları, İstanbul 2012.
- Köstendelli, El-Halveti Ali, *Telvihat-ı Sübhaniyye ve Mülhemat-ı Rahmaniyye Bir Osmanlı Şeyhinin Dilinden Tasavvuf*, hzl. Semih Ceyhan, Dergah Yayınları, İstanbul 2016.
- Kuşeyri, Ebu’l Kasım Abdülkerim b. Hevazin, *Letaifu’l-İşarat Kuşeyri Tefsiri*, terc. Prof. Dr. Mehmet Yalar, İlk Harf Yayınları, İstanbul 2012.
- _____, *Risaletü Tertibi’s-Süluk*, neş. Muhammed Hasan, Beyrut, tsz..
- _____, *Tasavvuf İlmine Dair Kuşeyri Risalesi*, haz. Süleyman Uludağ, Dergah Yayınları, İstanbul 2012.
- Kutsi, Abdüllatif, *Nefis Mertebeleri Kalp Ruh Sır ve Makamları*, terc. Abdurrezzak Tek, Ketebe Yayınları, İstanbul 2021.
- Küçük, Hülya, Semih Ceyhan, “Râbia El-Adeviyye”, TDV İslâm Ansiklopedisi, <https://islamansiklopedisi.org.tr/rabia-el-adeviyye> (06.06.2023).
- Küçük, Osman Nuri, *Mevlana’da Benliğin Dönüşümü: Sülûk*, Ankara Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Yayınlanmamış Doktora Tezi, Ankara 2007, s.400.
- Magill, Frank J., *Egzistansiyalist Felsefenin Beş Klasığı*, çev. Vahap Mutal, Hareket Yayınevi, İstanbul 1971.
- Massignon, Louis, *Doğuş Devrinde İslam Tasavvufu*, çev. Mehmet Ali Ayni, Ataç Yayınları, İstanbul 2020.
- May, Rollo, *Kendini Arayan İnsan*, çev., Kerem Işık, Okyanus Yayınları, İstanbul 2018.
- _____, *Varoluşun Keşfi*, çev. Aysun Babacan, Okyanus Yayınları, İstanbul 2014.
- Mayer, Frederick, *Yirminci Asırda Felsefe*, çev. Vahap Mutal, Dergah Yayınları, İstanbul 1992.
- El- Mekki, Ebu Talib, *Kutü’l-Kulub Kalplerin Azığı*, Çev. Muharrem Tan, İz Yayınları, İstanbul 2018, ss.226-227.
- Merter, Mustafa, *Psikolojinin Üçüncü Boyutu Nefs Psikolojisi ve Rüyaların Dili*, Kaknüs Yayınları, İstanbul 2014.

- El-Muhasibi Haris b. Esed, *Er-Riaye Nefs Muhasebesinin Temelleri*, çev. Şahin Filiz-Hülya Küçük, İnsan Yayınları, İstanbul 2004.
- Mounier, Emmanuel, *Varoluş Felsefelerine Giriş*, çev. Serdar Rifat Kırkoğlu, Fol Kitap, Ankara 2019.
- Muslu, Ramazan, “*Seyr u Sülûk Metodları*” *Tasavvuf El Kitabı*, Grafiker Yayınları, Ankara 2012.
- Müslim, Ebû'l-Hüseyn Müslim İbnü'l-Haccâc el-Kuseyrî, el-Câmiu's-Sahîh, thk. Muammed Fuâd Abdülbâki, Dâru İhyai't-Türâsi'l-Arabî, Beyrût ty
- En-Nablusi, Abdülgani b. İsmail b., *Ariflerin Tevhidi*, çev. Ekrem Demirli, İz Yayıncılık, İstanbul 2003.
- Nicholson, Reynold A., “Sülûk”, *İslam Ansiklopedisi*, M.E.B. 1997.
- Nietzsche, Friedrich, *Ahlakın Soykütüğü*, çev. Z. Alangoya, Kabalcı Yayınevi, İstanbul 2011.
- _____, *Gezgin ve Gölgesi*, çev. Mustafa Tüzel, Türkiye İş Bankası Kültür Yayınları, İstanbul 2014.
- Niyazi Mısri, *Niyazi Mısri Divanı*, haz. Kenan Erdoğan, Akçağ Yayınları, Ankara 1998.
- Ögke, Ahmet, *Kur'an'da Nefs Kavramı*, Selçuk Üni. Sosyal Bilimler Enstitüsü Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Konya 1994.
- Ökten, Sadettin -Kemal Sayar, *Âleme Bir Yâr İçin Âh Etmeye Geldik*, Turkuvaaz Kitap, İstanbul 2021.
- Öner, Necati, “İnsanda Öz ve Varoluş”, *Felsefe Dünyası* sayı.1, Temmuz 1991.
- Özer Kır, Tuğçe, *Erken Dönem Eserlerinde Fena ve Beka Kavramlarının Tasavvufun Seyrindeki Yeri*, İstanbul Üni. Sosyal Bilimler Enstitüsü Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, İstanbul 2019.
- Özköse, Kadir, “İbnü'l-Vakt Ya Da Ebü'l-Vakt Olabilmek”, *Somuncu Baba Dergisi*, Ankara 2006.
- _____, “Tasavvufta Riyazet Uygulaması”, *Somuncu Baba İlim Kültür ve Edebiyat Dergisi*, 2014.
- _____, *Tasavvuf El Kitabı*, Grafiker Yayınları, Ankara 2014.
- Özoğul, Ayşe, *Manevi Danışmanlık ve Rehberlikte Logoterapinin Uygulanabilirliği*, Dokuz Eylül Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, İzmir 2020.
- Ritter, Joachim, *Varoluş Felsefesi Üzerine*, İstanbul Üniversitesi Edebiyat Fakültesi Yayınları, İstanbul, 1954.
- Er-Rumi Mevlana Celaleddin, Muhammed b. Muhammed el-Belhi, *Mesnevi*, çev. Veled İzbudak, MEB Yayınları, c.I, İstanbul 1990.
- Sans, Edouard, *Schopenhauer* çev. Işık Ergüden, Dost Kitabevi, Ankara 2006.
- Sartre, Jean-Paul, *Varoluşçuluk*, çev. Asım Bezirci, Say Yayınları, İstanbul 2012.
- Sayar, Kemal, “Geçmişin Bilgeliği Bugünün Psikoterapileriyle Buluşabilir mi?”, Ed. Kemal Sayar, *Sufi Psikolojisi*, Timaş Yayınları, İstanbul 2008.
- Schimmel, Annemaria, *İslam'ın Mistik Boyutları*, çev. Ergün Kocabıyık Kabalcı Yayınevi, İstanbul 1999.
- Schopenhauer, Arthur, *İsteme ve Tasarım Olarak Dünya*, çev. Levent Özşar, Biblos Kitabevi Yayınları, Bursa 2005.

- _____, *Yaşam Bilgeliği Üzerine Aforizmalar*, çev. Levent Özşar, Biblos Kitabevi Yayınları, İstanbul 2011.
- Seccadi, Seyyid Cafer, *Tasavvuf ve İrfan Terimleri Sözlüğü*, çev. Hakkı Uygur, Ensar Yayınları İstanbul 2007.
- Ebu Nasr Serrac, *Luma' İslam Tasavvufu*, Çev. Hasan Kamil Yılmaz, Erkam Yayınları, İstanbul 1996, s.46.
- Sezen, Abdulvahid, “Günümüz İnsanın Anlamsızlık Sorunu Bağlamında Frankl ve Fowler’da Bireyin Anlam Arayışı”, *Sosyal Bilimler Araştırma Dergisi*, c.VII, sayı:14, 2009.
- Seyyid Mustafa Rasim Efendi, *Tasavvuf Sözlüğü*, haz. İhsan Kara, İnsan Yayınları, İstanbul 2008.
- Shafii, Muhammed, “Varoluşsal Vuslat: Benliğin Kurtuluşu”, *Sufi Psikolojisi* Ed. Kemal Sayar, Kapı Yayınları, İstanbul 2019.
- Sunar, Cavit, *Mistisizm Nedir?*, Kılıç Kitabevi, Ankara 1979.
- _____, *Tasavvuf Tarihi*, Anadolu Aydınlanma Vakfı Yayınları, İstanbul 2003.
- Es-Sühreverdi, Ebu Hafs Ömer b. Muhammed, *Avarifü'l-Mearif Tasavvufun Hakikatleri*, çev. Abdülvehhab Öztürk, Saadet Yayınevi, İstanbul 2010.
- Es-Sülemi, Ebu Abdurrahman, *Ruhun Hastalıkları ve Çareleri Sufi Psikolojisi El Kitabı*, çev. Cemal Aydın, Sufi Kitap, İstanbul 2020.
- _____, *Sufilerin Edepleri*, çev. Cemal Aydın, Sufi Kitap Yayınları, İstanbul 2022.
- Eş-Şarani Abdülvehhab, *et-Tabakatü'l-Kübra*, thk. Ahmed Abdürrahim es-Sayih, Kahire 2005.
- Şengül, Fatma, *Uşşakilerde Etvar-ı Seb'a*, Marmara Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, İstanbul 2009.
- Şenoğlu, Merve, *Ateist ve Teist Varoluşçu Ahlakın Mukayesesi: Sartre ve Kierkegaard Örneğinde*, Marmara Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, İstanbul 2019.
- Şiir Solak, Ayşe, *Nietzsche'de Suç-Vicdan-Acı İlişkisi*, Mersin Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Mersin 2017.
- Et-Taberi İbn Cerir, *Cami'u'l-Beyan an Te'vili Ayi'l-Kur'an*, Mısır 1968.
- Takış, Taşkın, “Yeryüzüne Hiçliği Getiren İnsan”, *Doğu-Batı Varoluşçuluk-I*, sayı 92, Ankara 2020.
- Taşdelen, Vefa, *Kierkegaard'ta Benlik ve Varoluş*, Hece Yayınları, Ankara 2004.
- _____, *Soren Kierkegaard'ın Varoluş Alanlarında Benliğin Oluşamaması Sorunu ve Bir Çözüm Önerisi Olarak Sevgi Alanı*, Ankara Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Yayınlanmamış Doktora Tezi, Ankara 2004.
- Tatçı, Mustafa, *Yunus Emre Divanı*, Akçağ Yayınları, Ankara 1998.
- Tek, Abdurrezzak, *Tasavvufi Mertebeler-Hace Abdullah el-Ensari el-Herevi Örneğinde-*, Emin Yayınları, İstanbul 2008.
- Tehanevi, Muhammed Ali, *Keşşafu Istılahati'l-Fünûn*, haz. Refik el-Acem, Ali Dahruc vd., Beyrut: Mektebetu Lübnan 1996.
- Tillich, Paul, *Olmak Cesareti*, Okuyan Us Yayınları, İstanbul 2014.
- Titus, Horald H., *Living Issues in Philosophy: an Introductory Textbook*, New York 1964.

- Tokat, Latif, *Anlam Sorunu*, Elis Yayınları, Ankara 2014.
- _____, *Teist Varoluşçulukta Hürriyet Problemi*, Selçuk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Konya 1996.
- _____, *Varoluşsal Teoloji*, Karadeniz Basım Yayın Dağıtım, Rize 2007.
- Toksöz, Hatice Meryem, *Kutu'l Kulub'da Nefs ve Tekamülü*, Ankara Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Ankara 2007.
- Topakkaya, Arslan, *Egzistansiyalizmde Tanrı*, Nobel Akademik Yayıncılık, Ankara 2022.
- Topçu, Nurettin, *İslam ve İnsan Mevlana ve Tasavvuf*, haz. Ezel Everdi-İsmail Kara, Dergah Yayınları, İstanbul 1998.
- _____, *İsyan Ahlakı*, Dergah Yayınları, İstanbul 1995.
- _____, *Varoluş Felsefesi-Hareket Felsefesi*, Dergah Yayınevi, İstanbul 2011.
- Tolstoy, L.N., *H. Muhammed*, Karakutu Yayınları, Gaziantep 2005.
- Türer, Osman, *Ana Hatlarıyla Tasavvuf Tarihi*, Ataç Yayınları, İstanbul 2019.
- Uludağ, Süleyman, "Bâtın İlmi", TDV İslâm Ansiklopedisi, <https://islamansiklopedisi.org.tr/batin-ilmi> (05.05.2023).
- _____, "Halvet", TDV İslâm Ansiklopedisi, <https://islamansiklopedisi.org.tr/halvet--tasavvuf> (04.06.2023).
- _____, "Kelâbâzî, Muhammed b. İbrâhim", TDV İslâm Ansiklopedisi, <https://islamansiklopedisi.org.tr/kelabazi-muhammed-b-ibrahim> (10.03.2022).
- _____, "Keramet", TDV İslâm Ansiklopedisi, <https://islamansiklopedisi.org.tr/keramet#1> (30.04.2023).
- _____, "Mârifet", TDV İslâm Ansiklopedisi, <https://islamansiklopedisi.org.tr/marifet> (13.06.2023).
- _____, "Muhabbet", TDV İslâm Ansiklopedisi, <https://islamansiklopedisi.org.tr/muhabbet#1> (28.03.2022).
- _____, "Mücâhede", TDV İslâm Ansiklopedisi, <https://islamansiklopedisi.org.tr/mucahede> (11.05.2023).
- _____, "Nefis", TDV İslâm Ansiklopedisi, <https://islamansiklopedisi.org.tr/nefis#1> (17.04.2023).
- _____, "Recâ", TDV İslâm Ansiklopedisi, <https://islamansiklopedisi.org.tr/reca> (20.05.2023).
- _____, "Riyâzet", TDV İslâm Ansiklopedisi, <https://islamansiklopedisi.org.tr/riyazet--tasavvuf> (31.05.2023).
- _____, "Sülûk", TDV İslâm Ansiklopedisi, <https://islamansiklopedisi.org.tr/suluk--tasavvuf> (04.04.2023).
- _____, "Vera", TDV İslâm Ansiklopedisi, <https://islamansiklopedisi.org.tr/vera> (8.06.2023).
- _____, *Tasavvuf İstılahları-Tasavvufî Hayat*, Dergah Yayınları, İstanbul 1996.
- _____, *Tasavvuf Terimleri Sözlüğü*, Kabalcı Yayınları, İstanbul 2005.
- _____, *Tasavvufun Dili-I-III*, Mavi Yayıncılık, İstanbul 2007.
- Usta, Muhiddin, *Tasavvuf Eğitiminde Etvar-ı Seb'a Metodu*, İstanbul Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Yayınlanmamış Doktora Tezi, İstanbul 2015.
- Uyar, Mehmet, *Sufî Benliğin İnşasında Nefs*, Litera Yayıncılık, İstanbul 2017.

- Verneaux, Roger, *Çağdaş Ateizm Üzerine Dersler*, çev. Murtaza Korlaelçi, Ankara Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Yayınları, Ankara 2001.
- Wahl, Jean, *Varoluşçuluğun Tarihçesi*, çev. Bertan Onaran, Payel Yayınları 1999.
- Wilcox, L., *Sufizm ve Psikoloji*, çev. O. Düz, İnsan Yayınları, İstanbul 2003.
- Wong, P. T. P., “Meaning therapy: An integrative and positive existential psychotherapy”, *Journal of Contemporary Psychotherapy*, 40(2), 2010.
- Yalom, Irvin D., *Annem ve Hayatın Anlamı*, Kabalcı Yayınları, İstanbul 2014.
- _____, *Varoluşçu Psikoterapi*, çev. Zeliha Babayiğit, Pegasus Yayınları, İstanbul 2018.
- Yaran, Cafer Sadık, *Bilgelik Peşinde Din Felsefesi Yazılar*, Araştırma Yayınları, Ankara 2002.
- Yavuz, Yusuf Şevki, “İlham”, TDV İslâm Ansiklopedisi, <https://islamansiklopedisi.org.tr/ilham#1> (30.04.2023).
- Yener, Özen, “Varoluşçu Felsefeden Varoluşçu Psikolojiye Birbirlerini Sürekli Yanlış Anlayanların Ontolojik Bütünlüğü”, *Gümüşhane Üniversitesi Sosyal Bilimler Elektronik Dergisi* (5) Ocak 2012.
- Yeşilçayır, Celal, “Viktor E. Frankl’ın Yaşam Felsefesi ve Anlam”, *Temaşa Erciyes Üniversitesi Felsefe Bölümü Dergisi*, s.18, Kayseri 2022.
- Yılmaz, Hasan Kamil, *Ana Hatlarıyla Tasavvuf ve Tarikatlar*, Ensar Yayınları, İstanbul 2011.
- _____, “Cem”, TDV İslâm Ansiklopedisi, <https://islamansiklopedisi.org.tr/cem--tasavvuf> (04.05.2023).
- Yurdagür, Metin, “Bekā”, TDV İslâm Ansiklopedisi, <https://islamansiklopedisi.org.tr/beka--kelam> (06.05.2023).

ÖZ GEÇMİŞ

Selma Muştuoğlu, 2009 yılında Niğde Anadolu İmam Hatip Lisesi’ni bitirdikten sonra 2013 yılında Ondokuz Mayıs Üniversitesi İlahiyat Fakültesi’nden mezun oldu. 2014 yılında Milli Eğitim bünyesinde İHL Meslek Dersleri Öğretmenliğine başladı. Evli olup iki emanete annelik yapan Muştuoğlu, orta derece İngilizce ve Arapça bilmektedir. (02.08.2023).

İletişim Bilgileri

ORCID ID : 0000-0002-8777-6367

Yayınlar:

1. Muştuoğlu, Selma, “Fulya Bayraktar’ın “Bağlanma Hürriyeti Bir Gabriel Marcel Okuması” Adlı Eserinin Değerlendirilmesi”, Akademik Platform İslami Araştırmalar Dergisi, c.7, 2023.