

T.C.
İSTANBUL ÜNİVERSİTESİ
SOSYAL BİLİMLER ENSTİTÜSÜ
FELSEFE VE DİN BİLİMLERİ BÖLÜMÜ
DİN PSİKOLOJİSİ BİLİM DALI

MODERN VE SUFİ PSİKOLOJİDE DOĞUM
TRAVMASI: İLKSEL BİRLİK VE AYRILIK

YÜKSEK LİSANS TEZİ

FERİDE DENİZ

2501161139

TEZ DANIŞMANI

Doç. Dr. Gülüşan GÖCEN

İstanbul-2020



T.C.
İSTANBUL ÜNİVERSİTESİ
SOSYAL BİLİMLER ENSTİTÜSÜ



YÜKSEK LİSANS
TEZ ONAYI

ÖĞRENCİNİN;

Adı ve Soyadı : FERİDE DENİZ Numarası : 2501161139
Anabilim Dalı /
Anasanat Dalı / Programı : FELSEFE VE DİN BİLİMLERİ Danışmanı : DOÇ. DR. GÜLÜŞAN GÖCEN
Tez Savunma Tarihi : 05.02.2020 Saati : 15:00
Tez Başlığı : "MODERN VE SÜFİ PSİKOLOJİDE DOĞUM TRAVMASI: İLKSEL BİRLİK VE AYRILIK"

TEZ SAVUNMA SINAVI. İÜ Lisansüstü Eğitim-Öğretim Yönetmeliği'nin 36. Maddesi uyarınca yapılmış,
sorulan sorulara alınan cevaplar sonunda adayın tezinin **KABULÜNE** OYBİRLİĞİ / **GYÇOKLUĞUYLA** karar verilmiştir.

JÜRİ ÜYESİ	İMZA	KANAATİ (KABUL / RED / DÜZELTME)
1- DOÇ. DR. GÜLÜŞAN GÖCEN		KABUL
2- DR. ÖĞR. ÜYESİ KENAN SEVİNÇ		KABUL
3- DR. ÖĞR. ÜYESİ SÜMEYYE PARILDAR		KABUL

YEDEK JÜRİ ÜYESİ	İMZA	KANAATİ (KABUL / RED / DÜZELTME)
1- PROF. DR. ALİ AYTEN		
2- DOÇ. DR. ÜMİT HOROZCU		

ÖZ

MODERN VE SUFİ PSİKOLOJİDE DOĞUM TRAVMASI:

İLKSEL BİRLİK VE İLKSEL AYRILIK

Feride DENİZ

Bu çalışmada, Otto Rank tarafından geliştirilen doğum travması teorisi tanıtılmış ve bu travmanın insan hayatındaki merkezi önemi gösterilmiştir. Modern ve sufi psikolojinin doğum travmasına ve bu travmayla ilişkin problemlere dair görüşleri karşılaştırılmıştır. Ayrıca konuya ilişkin yeni konsept ile terminolojiler tanıtılmış ve diğer dillerden Türkçeye birçok çeviri kazandırılmıştır. Bu anlamda bu çalışma gerek psikoloji alanında gerekse din psikolojisi alanında bir ilk olarak nitelenebilir. Ayrıca bu travmanın bir yüksek lisans tezi çerçevesinde sufi psikolojisiyle ilişkilendirilip karşılaştırılması konusunda özgün bir özelliğe sahiptir. Bu tezde insanın ruhsal ihtiyaçlarını görmezlikten gelen ve insanı parçalara ayıran düalistik Batı psikolojisine eleştiriler getirilmiş, bu sorunun çözülmesi için insanı bütüncül bir şekilde ele alıp tedavi eden yaklaşımlar öne sürülmüştür.

Bu tezde doğum travması ile ilişkili olan Tanrı ve daha sonra anneyle yaşanmış olan ilksel birlik ve ayrılığın sonuçlarına değinilmiş ve ikisinin arasındaki paralellikler irdelenmiştir. İnsanın doğum travmasının yol açtığı tekinsiz “evsizlik” hissi ve ev/yuva arayışı başta olmak üzere, daha önceleri sahip olduğu fakat sonradan kaybettiğini hissettiği şeye derin bir nostalji şeklinde tezahür eden arzu, kaygı/angst ve özlem duygularına değinilmiştir. Ayrıca, doğa ve Tanrı’dan uzaklaşıp yabancılaşan, endişe ve huzursuzluk içindeki modern insanın kimlik ve aidiyet problemleri de ele alınmış insanın hakiki kaynağı/özü ve benliği konusunda açıklamalar getirilmiştir. Kısacası bu tezde, insanın doğuşuna, ne’liğine ve yeryüzündeki varlığına dair bir açıklama getirilmeye çalışılmıştır. İnsanın bu dünyada varolmasıyla ortaya çıkan temel problemlere değinilmiş ve onlara karşı gerekli çözümler sunulmuştur.

Anahtar Kelimeler: Sufi Psikolojisi, Transpersonel Psikoloji, Otto Rank, Doğum Travması, İlkse Birlik ve Ayrılık, Evsizlik, Kaygı, Özlem



ABSTRACT

THE TRAUMA OF BIRTH IN MODERN AND SUFI PSYCHOLOGY: THE PRIMAL UNION AND SEPARATION

Feride DENİZ

The current study presents Otto Rank's theory of the trauma of birth and discusses its significance in human life. This work compares the views of modern and Sufi psychology with regards to birth trauma and the problems surrounding this trauma. Furthermore, this study offers new concepts and terminologies which have been translated for the first time from other languages into Turkish. In this respect, the actual work may be truly called the first in its kind in psychology as well as in psychology of religion. The research is also an original work in bringing together and comparing Rank's theory of trauma with Sufi psychology. This thesis raises various criticisms concerning the dualistic Western psychology that divides human being into parts and which ignores the spiritual needs of the human being. To tackle this problem, we have proposed a holistic regard as a replacement to the western dualistic approach.

In this study, we have discussed the results of the primal union and separation from God and subsequent separation from the mother who are both associated with birth trauma. To explain this idea, the parallels between God and mother have been examined in detail. The thesis also discusses the uncanny feeling of "homelessness" caused by the trauma of birth, the desire, angst/anxiety and longing that is manifested in the form of a deep nostalgia resulting from what human being feels she has lost. Furthermore, the research addresses the problems of identity and belonging of the modern human who has been distanced and alienated from the nature and from God, and who is in constant anxiety and restlessness. In this regard, various explanations have been given on the true source/essence and self of human. In a nutshell, the current work discusses the birth of human being, her nature, her existence on earth and the consequent problems resulting from the existence of human being in this world and offers the necessary solutions for these important problems.

Key words: Sufi Psychology, Transpersonal Psychology, Otto Rank, The Trauma of Birth, The Primal Union and Separation, Homelessness, Angst/Anxiety, Longing



ÖNSÖZ

Bu çalışmada insan için temel meselelerden biri olan doğum travması ele alınmış ve insanın hayatındaki önemi ve sonuçları gösterilmeye çalışılmıştır. Ayrıca, doğum travmasının modern ve sufi psikoloji tarafından nasıl görüldüğüne dair bir karşılaştırma yapılmıştır. Otto Rank'a göre, insanın ilk aşk nesnesi olan anneden/rahminden ayrılışı insan için travmatik bir süreç olup daha önce annesiyle yaşadığı birlik, bütünlüğü ve dengeyi sarsmıştır. Bu durum insanın bilinçaltında bir kayıp ve eksiklik olarak algılanmış; buna karşı bitmek tükenmek bilmeyen bir arayış ve derin bir özlem hasıl olmuştur. Dolayısıyla insan tekrar birlik ve bütünlüğünü, tamamlanma ihtiyacını sağlamak için dünya üzerinde amansız bir mücadeleye girişmiştir. İnsanın dünya üzerinde tekinsiz bir evsizlik hissine kapılmasına, kaygıya ve kaybettiğini hissettiği şeye dinmeyen bir özlem duymasına neden olmuştur.

Doğa ve Tanrı'dan uzaklaşıp yabancılaşan, huzursuz modern insan için durum daha da vahimdir. Bilim ve teknolojiye tüm gelişmelere rağmen modern insanın ruhsal problemleri artmakta, bununla beraber doğa ve insanlarla arasındaki ilişkisi gittikçe onarılmaz bir hal almaktadır. Bunun nedenleri araştırıldığında, insanın ele alan bilimlerin düalistik bir yapıda olup insanın manevi ihtiyaçlarını dışarıda bıraktığı görülmektedir. Batıdaki araştırmacı ve düşünürlerin insanların problemlerini tespit etmede kayda değer bilgilere ulaşmalarına rağmen insanın problemlerine çözüm bulma konusunda yetersiz kaldıkları görülür. Bu çalışmada da insanı bütüncül bir şekilde ele alan ve onun sorunlarına radikal anlamda çözümler sunan tasavvuf ve onun psikolojisi alternatif olarak gösterilmiştir.

Sufilere göre, insan için asıl sorun daha önce bir ve bütün olduğu Tanrı'dan ayrılması ve Yaratıcısı hakkında derin bir unutkanlık içinde olmasıdır. Sufiler bu durumu bir hastalık olarak görmektedir. Sufi anlayışa göre, insanın hastalığının kökeni hakikatten, Allah'tan kopmasıdır ve çoğu insan için temel sorun, bu dünyada karşılaştıkları dert ve sıkıntıların Allah'tan ayrılmanın bir sonucu olduğunun farkında olmamalarıdır. Temel içgüdüsel ölümsüzlük olan insan ancak temel parçasına, Tanrı'ya ulaştığında tamamlanacak ve ancak o zaman hakiki evine/kaynağına olan özlemi sona erecektir. Bunlar göz önüne alındığında dünyadaki iklim krizleri ve doğal afetler başta

olmak üzere yaşanan problemlerin temel nedenlerinden birisinin insanın doğadan ve Yaratıcı'sından kopması olduğu söylenebilir. Bir mikrokozmos olan insan, makrokozmos olan evrenle yakından ilişkili ve bağlantılıdır. İnsanlık tarihine bakıldığında, insanın kendisinden, doğadan ve Tanrı'dan bu derece yabancılaştığı görülmemiştir. Bu durumun böyle devam etmesi insan için daha da büyük “manevi kriz”lere ve sonuç olarak dünyada durdurulamaz “iklim kriz”lerine yol açacağı açıktır. Çok geç olmadan insanın hakikatte ne veya kim olduğu ve nereye gittiği hatırlatılmalı, yaşanan sorunlara insanın manevi boyutu dahil olmak üzere bütüncül çözümler getirilmelidir. İnsanı biyolojik ve fiziksel süreçlere indirgeyen, materyalist ve pozitivist paradigma üzerine kurulu bilimler, insanın ruhsal boyutu ve ihtiyaçlarını göz ardı ettiği sürece problemler artacak ve geri dönüşümü olmayan bir sürece girilecektir.

Yıllar boyunca bir doğum sancısı gibi çektiğim ve benim için adeta bir öz keşife dönüşen bu çalışma, cevaplarını aradığım pek çok soruya yanıt vermiştir. Bu çalışmanın ortaya çıkmasında bana maddi ve manevi desteğini hiç eksik etmeyen, beni her daim teşvik eden değerli danışman hocam ve manevi ebem Doç. Dr. Gülüşan GÖCEN'e şükranlarımı sunarım. Tanıştığımızdan beri, beni her daim desteklemiş olan değerli zamanını ve enerjisini benden esirgemeyen sevgili dostum Ali MOFATTEH'e ne kadar teşekkür etsem azdır. Değerli görüş ve önerdiği kaynaklardan ötürü arkadaşım Arif UMER'e, destekleri için arkadaşım ve öğretmenim Sergey SAVIN'e tüm içtenliğimle teşekkür ediyorum.

Tez sürecinde yaşadığım zorluklar konusunda yardımcı olan değerli arkadaşlarım Esra AYDIN'a, Büşra GÜGEN'e ve Hafsa T. HAFİZ'a çok teşekkür ederim. Bu sancılı süreçte, sabah akşam demeden bana zamanını ayırıp, bu içsel yolculuğumda bana eşlik etmiş olan sevgili ablam Lena ELMAOĞLU'na teşekkürü bir borç bilirim. Çalışmalarımın hayırlı bir şekilde neticelenmesini ümit eden ve uzakta olsalar da her daim dualarını ve yardımlarını eksik etmeyen aileme minettarım. Bana bu çalışmayı bahşeden, varlığını sürekli hissettiğim sevgili Rabbime hamdolsun.

Feride DENİZ

İstanbul, 2020

İÇİNDEKİLER

TEZ ONAY SAYFASI.....	II
ÖZ.....	III
ABSTRACT.....	V
ÖNSÖZ.....	VII
İÇİNDEKİLER	IX
ŞEKİLLER LİSTESİ.....	XI
KISALTMALAR LİSTESİ.....	XII
GİRİŞ	1

BİRİNCİ BÖLÜM

MODERN PSİKOLOJİDE DOĞUM TRAVMASI

1. PSİKANALİZDE DOĞUM TRAVMASI.....	14
1.2. Sigmund Freud	14
1.3. Otto Rank	17
1.2.1. Doğum Travması	20
1.2.2. Doğum Travmasının Dini Olgulardaki Tezahürü	21
1.2.3. Doğum Travmasını Aşma Yolları.....	23
1.3. Sandor Ferenczi	25
1.4. Michael Balint	28
1.5. Jacques Lacan (1901-1981).....	33
2. NESNE İLİŞKİLERİ TEORİSİNDE DOĞUM TRAVMASI	36
3. BAĞLANMA TEORİSİNDE DOĞUM TRAVMASI	39
4. HÜMANİST VE VAROULŞÇU PSİKOTERAPİYE GÖRE DOĞUM TRAVMASI.....	41
5. TRANSPERSONEL PSİKOLOJİYE GÖRE DOĞUM TRAVMASI.....	45
5.1. Transpersonel Psikoloji Konusu ve Amacı	45
5.2. Transpersonal Psikolojinin Arkaplanı ve Tarihçesi	48
5.3. Transpersonel Psikolojide Din/Maneviyat ve Mistisizm	51

5.4. Transpersonel Psikoloji ve Doğum Travması	56
--	----

İKİNCİ BÖLÜM

SUFİZMDE BİRLİK VE AYRILIK

1. Sufizmde Birlik ve Ayrılık Temaları.....	65
1.1. Tasavvufta İnsan Tasavvuru.....	65
1.2. Ruhun Beden Zindanında Hapsolması	68
1.3. Ayrılık Acısı	70
1.4. Arayış Halinde Olmak.....	75
1.5. Asli Vatan’a (Eve) Özlem	77
1.6. Hak’ta Fani Olmak	80
1.7. Vuslat ve Ölüm.....	82

ÜÇÜNCÜ BÖLÜM

MODERN VE SUFİ PSİKOLOJİDE DOĞUM TRAVMASINA OLAN

YAKLAŞIMLARIN KARŞILAŞTIRILMASI.....	86
SONUÇ.....	114
KAYNAKÇA	121

ŞEKİLLER LİSTESİ

Şekil 1: Nefs-i Emmare Diyagramı.....	92
---------------------------------------	----



KISALTMALAR LİSTESİ

a.g.e.	: Adı Geçen Eser
a.g.m.	: Adı Geçen Makale
bs.	: Baskı, Basım
C.	: Cilt
Çev.	: Çeviren
Der.	: Derleyen
Ed.	: Editör
Haz.	: Hazırlayan
H.	: Hazreti
M. D.	: Doctor of Medicine
pp.	: Particular Pages
s.	: Sayfa
SBE	: Sosyal Bilimler Enstitüsü
Tr.	: Translated, Translator
Ü.	: Üniversite
vb.	: ve benzeri
Vol.	: Volume
yy.	: yüzyıl

GİRİŞ

İnsan olmak, evsizliğe doğmak demektir.¹ Bu, insanın temel bir ontolojik problemidir. Bu durum kaybedilmiş bir şeye karşı duyulan özlem, arzu ve kaygı/angst hissi ve tekinsiz bir evsizlik duygusu ile tezahür eder. Heidegger, insanın bu dünyaya fırlatılmış olduğunu düşünür ve “Fırlatılmışlık sadece ‘olup bitmiş bir olgu’ olmayıp, henüz tamamlanmamış bir vakadır” der.² İnsanın Allah’la olan ilişkisini, bu büyük aşk hikayesini açıklayan tasavvuf zaten binlerce yıl önce insanın yeryüzündeki “evsizliğine”, Allah’a ve O’nunla yaşanmış olan ilksel birlik ve beraberliğine olan derin arzu ve özlemine değinmiştir. Mevlânâ’nın *Mesnevi*’sinin ilk dizeleri bu konuda en iyi örneklerden biridir ve tasavvuf literatüründe bu temalardan bolca bulunmaktadır:

"Dinle, bu ney nasıl şikayet ediyor, ayrılıkları nasıl anlatıyor:

Beni kamışlaktan kestiklerinden beri feryadım erkek, kadın..

herkes ağlayıp inledi.

Ayrılıktan parça parça olmuş, kalb isterim ki, iştihak derdini açayım.

Aslından uzak düşen kişi, yine vuslat zamanı arar"³

Psikoloji literatüründe ise ayrılık ve bununla gelen özlem, kaygı ve evsizlik hisleri daha farklı bir şekilde açıklanmıştır. İnsanın manevi boyutuyla ilgilenen tasavvufun aksine psikoloji insanın derin özlem ve arzularına seküler bir şekilde yaklaşmış, insana ilişkin problemleri daha çok biyolojik ve psikolojik nedenlere indirgemıştır. Yalnız psikolojide, Otto Rank insanın ilk ayrılık ve kaygı tecrübesi olarak doğum olayını, öne sürdüğü “doğum travması” teorisiyle insana dair pek çok problemin nedenlerini bulmaya çalışmıştır ve onun düşünceleri tasavvuftaki bazı temalarla örtüşmektedir. Dolayısıyla, bu çalışmada Rank’ın *Doğum Travması* adlı eseri ve aynı isimde olan “doğum travması” teorisi tanıtılmıştır. Birçok psikoloji ekolünün öncülerinden olan fakat önemi çok daha sonra anlaşılan bir psikanalist ve

¹ Fredrik Svenaeus, “Freud’s Philosophy of The Uncanny”, *The Scandinavian Psychoanalytic Review*, 22:2, 1999, 239-254, p. 253.

² Martin Heidegger, *Varlık ve Zaman*, Çev. Kaan H. Ökten, 2. bs., İstanbul, Agora Kitaplığı, 2011, s. 189.

³ Mevlâna, *Mesnevî*, Çev. Veled İzbudak, Gözden Geçiren: Abdülbaki Gökpnarlı, İstanbul, Konya Büyükşehir Kültür Yayınları, 2004, s. 41.

düşünür olan Rank, genel anlamda psikolojiye ve gerekse özel anlamda din psikolojisine önemli katkılarda bulunacağı düşünüldüğünden bu tezde ele alınmıştır. Ayrıca “doğum travması” teorisinin önemi ve hakettiği değeri bulması da amaçlanmıştır. Din psikolojisi alanındaki çalışmalarda Tanrı-insan ilişkisi ve tasavvuru için daha çok bağlanma ve nesne ilişkileri teorileri üzerinde durulmuştur, Rank’a ve onun teorilerine değinilmemiştir. Doğum travması teorisindeki anne-çocuk ilişkisinin Tanrı-insan ilişkisine dair önemli katkılarda bulunulacağı düşünüldüğü için detaylı bir şekilde ele alınmaya çalışılmıştır. Bu teorinin psikoloji tarihindeki izi sürülmüş ve bu teoriyle ilişkili olabilecek düşünürler ve çeşitli görüşleri sırasıyla ele alınmıştır.

Bu çalışmada, Batı psikolojisinin ve sufi psikolojisinin doğum travmasına olan bakış açısı ele alınmış örtüşen ya da örtüşmeyen kısımlar karşılaştırılmıştır. Doğum travmasını ele alan bu çalışma ülkemizde gerek psikoloji alanında gerekse din psikolojisi alanında bir ilktir. Ayrıca bu travmanın sufi psikolojisiyle ilişkilendirilip karşılaştırılması konusunda da özgün bir özelliğe sahiptir. Çeşitli görüş ve fikirlerin karşılaştırılmasıyla bilinen konseptlere farklı bir açıdan bakılmasına ve böylelikle orijinal yaklaşımların doğmasına aracılık edilmeye çalışılmıştır. Ayrıca bu tezde çeşitli düşünürlerin ve onların görüşlerinin tanıtılması yanında, transpersonel ve sufi psikolojisi bir yüksek lisans tezi çerçevesinde tanıtılmaya çalışılmış, bu alanlardaki yeni çalışmalar yeni kaynaklar çerçevesinde Türkçe’ye çevrilen metinlerle yeniden ele alınmıştır. Daha sonra temelde bu iki disiplinden ve diğer görüşlerden yola çıkılarak “ilksel birlik ve ilksel ayrılık” kavramları bu alandaki çalışmalar, tasavvuf literatürden ve çeşitli eserlerden de faydalanılarak konunun özüne ve bütünlüğüne ulaşmaya çalışılmıştır. Tezde sufi psikolojisinin ele alınmış temalar dahilinde daha iyi anlaşılabilmesi için önce tasavvuf kısaca tanıtılmış ve daha sonra “ilksel birlik ve ayrılık” temalarına ilişkin örnekler tasavvuftan alınarak başlıklar halinde açıklanmıştır.

Tez sürecinde, gerekli görülen ve doğum travmasıyla ilgili henüz Türkçeye kazandırılmamış eserlerden ve çalışmalardan birçok çeviriler ve açıklamalar yapılmıştır. Yapılan şey sadece metin çevirisi değildir, bu araştırma sürecinde farklı fikirlerin ve terminolojilerin akademik platforma aktarılması amaçlanmıştır. Bu terimleri Türkçeye aktarmak zorlu bir iş olsa da en uygun ifadeler bulunmaya

çalışılmıştır. Bu yeni terminolojilerin ve onların anlamlarının çeşitli tartışmalara yön vermesi ve yeni ufukların açılması hedeflenmiştir. Çevirisi yapılan eserlerden birkaç tanesi örnek verilirse doğumun önemi üzerine çalışmalar yapan akademisyen ve filozof Anna M. Hennessey'in eseri *Imagery, Ritual And Birth: Ontology Between Sacred and Secular* (2019) ve orijinali Almanca olup İngilizceye çevrilmiş olan *The Enduring Effects of Prenatal Experience: Ecoes from the Womb* (2001) Doktor Janus Ludwig tarafından yazılmıştır. Kendisi Almanya, Heidelberg'teki Psikanalitik Eğitim Enstitüsü'nde öğretim görevlisi ve psikanaliz eğitmenidir.⁴ Bu eser prenatal ve perinatal psikoloji alanında ilk ve eşsiz eserlerden biridir. Bu eserin tamamı okunup konuyla ilgili gerekli kısımlar teze aktarılmıştır.

Sandor Ferenczi'nin öğrencisi ve nesne ilişkileri teorisinin öncülerinden olan Macar asıllı psikanalist Michael Balint'in maalesef hiçbir eseri henüz Türkçeye çevrilmemiş ve kendisi Türkiye'deki çalışmalarda ele alınmamıştır. Psikanaliz tarihinde insanın doğasına dair farklı görüşlere sahiptir, ürettiği terminolojiler oldukça orijinal ve önemli bulunduğundan *Primary Love and Psycho-Analytic Technique* (1956), *Basic Fault : Therapeutic Aspects of Regression* (1967) gibi eserleri ve onun çalışmalarıyla ilgili çeşitli makalelerden çeviriler ve açıklamalar yapılmıştır.⁵ Balint, "primary love", "basic fault", "benign and malignant regression", "ocnophilia and philobatism" gibi terimlerle psikanaliz ve psikoloji dünyasına önemli katkılarda bulunmuştur⁶ ve bu tezde ele alınan konularla ilgili terimleri açıklanmıştır.

Başka bir örnek de Fransız bir psikiyatrist ve psikanalist olan Franck Chaumon'un *Lacan la loi, le sujet et la jouissance* (2004) eserinden Lacan'ın teorilerine ilişkin önemli görülen kısımları yanında yine Lacan'ın teorilerine ilişkin yabancı dillerden çeşitli makalelerden çeviriler ve açıklamalar yapılmıştır. Yine benzer bir şekilde Heidegger ve onun teorilerine ilişkin yazılmış olan eserlerden çeviri ve açıklamaların yapılmıştır. Amerikalı bir felsefe profesörü ve Heidegger'in önde gelen yorumcularından biri olan Richard M. Capobianco'nun *Engaging Heidegger*

⁴ Ludwig Janus, "Birth Psychology", 2017, (Çevrimiçi) <https://birthpsychology.com/person/ludwig-janus> 16.11.19.

⁵ Dr. Jonathan Sklar, "Michael Balint", 2015, (Çevrimiçi) <https://psychoanalysis.org.uk/authors-and-theorists/michael-balint> 16.11.19.

⁶ Harold Stewart, "Michael Balint: An Overview", *The American Psychoanalysis*, 62, 37–52 (2002), s. 37.

(2010) eseri ve Brendan O'Donoghue tarafından yazılmış olan *A Poetics of Homecoming: Heidegger, Homelessness and the Homecoming Venture* (2011) eserlerinden faydalanılmıştır. Transpersonel psikolojiden de Michael Washburn'ün *Embodied Spirituality In A Sacred World* (2003) adlı eserinden çeviriler yapılmış ve transpersonel psikolojiye katkıda bulunduğu bazı terminolojiler tezde açıklanmıştır. Çeviri ve aktarılan görüşler konusunda son bir örnek olarak; sufi psikolojisi alanında farklı görüş ve konseptler sunan ve henüz eserleri Türkçeye kazandırılmamış olan Shaykh Fadhlalla Haeri'nin⁷ *The Journey of The Self* (1989), *Cosmology of The Self* (1987) adlı eserlerinden çeviriler yapılmıştır.

Bu tezde sadece çeviriler yapılmamış ayrıca din psikolojisi camiasında pek tanınmayan ve üzerinde durulmamış olan bazı önemli figürlerin ve onların görüşlerinin tanıtılması amaçlanmıştır. Başta Rank ve “doğum travması” olmak üzere, Macar asıllı psikanalist Sandor Ferenczi'ye ve onun görüşlerine de dikkat çekilmesi amaçlanmıştır. Onun görüşlerinin, özellikle doğum travması açısından önemli bir yeri olmasının yanında bu teoriye farklı boyutlar katmış ve onu zenginleştirmiştir. Tezde, *Psikanaliz Açısından Cinsel Yaşamın Kökenleri* (1938) adlı eseri ele alınmıştır ve yanında başka kaynaklardan destek alınıp çeviriler yapılmıştır. Ferenczi'nin bioanalitik metodu ışığında doğumun bireysel ve soyoluşsal boyutlarına değinilmiş ve doğum travmasına paralel olan “denizsel regresyon” ve “denize dönüş özlemi” gibi görüşleri üzerinde durulmuş ve onun görüşleri ayrıca sufi psikolojisiyle de karşılaştırılmıştır.

Ferenczi'nin yanında öğrencisi olan Michael Balint'in eserleri ve görüşleri tanıtılmıştır. Daha önce belirtildiği gibi Balint'in herhangi bir eseri Türkçeye kazandırılmamış olup teorileri üzerinde durulmamıştır dolayısıyla bu tezde kendisine ve orijinal konseptlerine dikkat çekilmesi istenmiştir. Balint'in *Primary Love and Psycho-Analytic Technique* (1956), *Basic Fault: Therapeutic Aspects of Regression* (1967) gibi eserleri onun çalışmalarıyla ilgili çeşitli makalelerden çeviriler ve açıklamalar yapılmış ve “primary love”, “basic fault” gibi terimleri açıklanmaya çalışılmıştır. Bu tezde amaç; Freud sonrası pek değinilmemiş olan psikanalistlere ve

⁷ Shaykh Fadhlalla Haeri, 2018, (Çevrimiçi) <http://sfhfoundation.com/> 16.11.19.

onların görüşlerine değinmek ve bir yüksek lisans tezi sınırlılığında olsa da onları gün yüzüne çıkarmaktır. Bu figürler dışında, transpersonel psikolojiden Michael Washburn, sufi psikolojisi için Shaykh Fadhlalla Haeri ve Heidegger görüşleri alanında da Richard M. Capobianco'nun görüşlerine değinilmiş ve onlardan çeviriler yapılmıştır. Bu figürlerin görüşlerinin gerek din psikolojisi gerekse onun bir alt dalı olan sufi psikolojisiye katkıda bulunacağı ve farklı alternatifler sağlayacakları düşünülmüştür.

Bu çalışmada ayrıca insanın manevi ihtiyaç ve gelişimini göz ardı eden, insanın fiziksel ve biyolojik nedenlere indirgeyen günümüz materyalist ve pozitivist paradigmanın tekrar gözden geçirilmesi de amaçlanmıştır. Nitekim, transpersonel ve sufi psikolojisi bu paradigmayı eleştirmiş ve onun yerine insanın manevi ve transpersonel boyutu dahil, insanın her boyutunu ele alabilecek daha bütüncül bir paradigmayı talep etmiş ve bu konuda çalışmalar yapmışlardır. Transpersonel psikologlardan Roger N. Walsh ve Francis Vaughan *Ego Ötesi* adlı eserinin “Daha Yeni Bir Bakış: Eskiler Yerine Yeni Paradigmalar” adlı birinci kısımda bu konuyu ele almışlardır. Batının katı ve indirgemeci paradigması Batılı psikolog ve düşünürler tarafından dahi fark edilmiş ve transpersonel psikoloji diye bir akıma öncülük etmişlerdir, yalnız bu da ancak Batılı psikolog ve düşünürlerin doğuyla etkileşim içine girmesi ve kültürlerarası inanç/görüşlere açılmasıyla mümkün olmuştur. Walsh ve Vaughan bu durumu şöyle açıklamaktadır:

“Transpersonel psikoloji, Batı Psikolojisinde bilinçliliğin ve gerçekliğin doğası hakkında kültürlerarası inançlara açılıma sebep olan bir paradigma değişimini temsil eder. Batı psikolojisinin önde gelen paradigmatları ileri psikolojik iyilik ve daha yüksek bilinçlilik durumlarının araştırılmasını desteklememiştir. Batılı olmayan paradigmalarda, araştırmacılar, insanın doğası ile psikolojik potansiyeline dair ince fakat tamamen farklı görüşlere varmıştır. Geleneksel Batı paradigmalarının kültürel sınırlılıkları anlaşıncı, psikolojik kuramlar için geniş bir ufuk açılıverdi. Şüphesiz, gerçeklik ve insan doğasına ilişkin Batılı olmayan görüşler benzer sınırlılıklardan uzak değildir. Fakat hâlâ hem Doğu, hem de Batı dünya görüşüne uyum sağlayacak ve hatta onları aşabilecek yeni paradigmatlar oluşturulması konusunda umut bulunmaktadır.”⁸

Bu konuya ilişkin tezde, materyalist ve pozitivist paradigmayı eleştiren ve ona alternatifler sunan hem Batılı hem de Doğulu psikolog ve düşünürlerden örnekler

⁸ *Ego Ötesi*, Ed. Roger Walsh And Frances Vaughan, Çev. Halil Ekşi, İstanbul, İnsan Yayınları, 2001, s. 31.

getirilmiş, insanın varoluşsal ve ruhsal problemlerine ait çözüm önerileri sunulmuştur. Günümüzde insanın maneviyata hala ve hatta daha çok ihtiyaç duyduğu ve başta manevi krizler olmak üzere modern insanın özünden uzaklaşması nedeniyle birçok problem yaşamakta olduğu gösterilmiştir. Nitekim bu konuda Merter şöyle demektedir:

“İnsanlık tarihinin son 200 senesi içerisinde Batı dünyasında meydana çıkan modern psikoloji ve psikiyatri bilimleri, bir yandan bizlere insanın hasta veya sağlıklı düşünce, duygu ve davranış yapısını bilimsel açılardan açıklarken bir yandan da acılarımıza çareler bulmaya çalışıyor. Fakat nasıl bir çelişki ise, bir yandan insan “şudur/budur” diye yüz binlerce kitap yazılır, yeni ilaçlar geliştirilirken bir yandan da genel insan psikolojisi, kitlelerin nefis sağlığı gittikçe artan oranlarda bir çözülme, hatta yıkım yaşıyor. Bedensel hastalara yönelik somatik tıbbın tersine, psikolojik sağlık alanındaki istatistikler bırakın ilerlemeyi, tam tersine dehşet verici bir kötüleşme gösteriyor.”⁹

Merter, asıl tehlike arz eden olayın dünyayı tehdit eden çevre kirliliği ve ekolojik felaket değil de insanın yeterince anlaşılmamasına bağlar. Çözüm olarak, bu süreci tersine döndürebilecek şeyin binlerce senelik birikime sahip olan tasavvufa dayanarak, Batı dünyasına insanı, özellikle sağlıklı insanın tanıtılmasını önerir.¹⁰ Bu binlerce senelik birikim, insanın temel problemlerine daha önce değinmiş ve bunlara çeşitli çözümler sunmuş olan tasavvuftur. Çünkü tasavvuf insanı bütüncül olarak ele alan başlı başına bir psikolojidir. Hasan Kayıklık, bu konuda şöyle demektedir: “Tasavvuf psikolojisi deyince ilk akla gelen şey, tasavvufi yaşamışın psikolojik izahı olabilir. Ancak tasavvuf kültürü incelendiğinde akla gelen bu ilk anlamın ötesinde tasavvufun kendisinin bizatihi psikoloji olduğu görülmektedir.”¹¹ Bu çalışma da tasavvufun insanın hayatında karşılaştığı problemlere ilişkin sunduğu çözümlere değinilmiştir. Bilindiği gibi modern psikoloji daha çok deskriptif bir alan olduğu için insanın problemlerini açıklayabilmesine rağmen çözüm önerme konusunda sınırlıdır. Fakat tasavvuf ve tasavvuf psikolojisi hem deskriptif hem de normatif özellikler taşır. İnsanın tecrübe ettiği problemler konusunda etkili çözümler sunar ve ona hayatını ahenk ve uyum içinde yaşayabilmesi için baştan başa bir yaşam reçetesi sunar.¹²

⁹ Mustafa Merter, **Psikolojinin Üçüncü Boyutu: Nefs Psikolojisi ve Rüyaların Dili**, İstanbul, Kaknüs Yayınları, 2014, s. 13.

¹⁰ Merter, **a.g.e.**, s. 13-14.

¹¹ Hasan Kayıklık, **Tasavvuf Psikolojisi**, Ankara, Akçağ Yayınları, 2011, s. 71.

¹² Ali Ayten, Sevede Düzgüner, **Tasavvuf Psikolojisine Giriş: Bireysel Arınma ve Güzel Ahlak**, İstanbul, Sufi Kitap, 2017, s. 47.

Dolayısıyla halihazırdaki bu çalışma da hem deskriptif hem de normatif bir özellik taşıması açısından önem arz etmektedir.

Bu çalışmada, özellikle Heidegger'in görüşlerinden ve tasavvuftan faydalanılarak baskı altındaki modern insanda artmakta olan kaygı ve korkunun köklerine inilmiş, insanın bu çağda deneyimlediği “evsizlik” hissi ve “ev arayışı”nın nedenleri üzerinde durulmuş ve küreselleşmekte olan teknolojik çağın insanların “kimlik arayışına” değinilmiştir. Dünyanın küçük bir köy haline geldiği ve sınırların zorlandığı bu çağda, artık insanların eskisi gibi dayanabilecekleri “sabit” bir kimlikleri olmayıp bir kaybolma ya da tüm dünyayı kapsayacak bir kimlik edinme arayışına girmişlerdir. Örnek vermek gerekirse, özellikle bilim kurgu filmleri ve şarkılarda bu temalar gün yüzüne çıkmaktadır; sevgiye ve anlama aç, kaybolmuş, korkmuş ve tehdit altında olduklarını hisseden insanlar... Indila'nın ünlü şarkısı *Derniere Danse*'de belirttiği gibi *Je suis un enfant du monde* (Ben dünyanın bir çocuğuyum) cümlesi bu durumu açıklayıcı bir örnek teşkil etmektedir. Özellikle Rus yönetmen ve düşünür Andrey Tarkovsky, bu anlamda modern insanın trajedisini, en derin arzularını, acılarını ve arayışlarını “*Stalker*”, “*Solaris*”, “*Mirror*” ve “*Nostalghia*” gibi filmlerinde çok iyi bir şekilde ekrana yansıtmış, insanın kendi “evi”ne, kaynağına ve özüne dönmesi konusunda bir çağrıda bulunmuştur. Nitekim bu çalışmada, kimlik problemine ve insanın evsizliğine dair durumu doğum travmasından tasavvufa kadar örneklerle bir açıklık getirilmeye çalışılmıştır.

Tezin ilk bölümünde Rank ve doğum travması teorisi tanıtılmış daha sonra bu travmanın izleri tarihsel olarak sırasıyla ele alınmıştır. İlk kez doğum travmasından bahsedip daha sonra bu travmanın olabilirliğini reddeden Freud ve onun doğum travmasıyla ilişkili olduğu düşünülen “tekinsizlik”, “ölüm ve cinsellik içgüdü” gibi diğer kavram ve görüşleri açıklanmıştır. Devamında Ferenczi, Balint, Lacan ele alınmış. Nesne ve Bağlanma teorileri, Hümanist ve Varoluşçu psikoterapide “angst”, “fırlatılmışlık”, “varoluşsal boşluk”, “ölüm ve yaşam korkusu” gibi kavramlar irdelenmiştir. Bu bölümün sonunda, transpersonel psikoloji tanıtılmış ve doğum travmasıyla ilgili olan teori ve görüşler açıklanmıştır. İkinci kısımda tasavvufa göre insan tasavvuru açıklanmış ve insanın tecrübe ettiği doğum travması/ilksel birlik ve ayrılık kavramlarına ilişkin temalar alt başlıklar halinde ele alınmıştır. Son kısımda ise

sufi psikolojisi tanıtılmış ve daha önce ele alınmış görüşlerle karşılaştırmalar yapılmıştır.

Bu tezin ana hipotezi insanın Tanrı ve daha sonra anne ile yaşamış olduğu birlik ve ayrılık tecrübelerinin sonucunda dünyada evsizlik hissini yaşadığı ve bunun insanın düşünce ve davranışlarına yansıyor olduğudur. Dünyaya gelmeden önce Tanrı ile yaşantılanmış bir deneyim olmasından dolayı buna “ilksel birlik ve ayrılık” denilmiştir. İnsan her ne kadar zahiri anlamda annesiyle/rahimde bir birlik ve ayrılık yaşamış olsa da mutlak anlamda bu insan için ilk değildir. Bahsedilen ilksel birlik ve ayrılık, ruhun hafızasına gömülüdür ve ruh çeşitli şekillerde, zaman öncesi Tanrı ile yaşantılanmış olduğu birlik, bütünlük ve ahengi tekrar arzulamakta ve buna karşı büyük bir özlem duymaktadır. Bu nedenle insan, dünya üzerinde tam olarak kendini evde hissedememekte, tatmin olmamakta ve adeta kaybetmiş olduğu bir şeyi bumak istercesine sürekli bir arayış içindedir. Bunu Aziz Augustinus “ilahî huzursuzluk” olarak tanımlamıştır, Llewellyn Vaughan-Lee insanın Tanrı’ya ilişkin unutkanlığını şöyle dile getirmektedir: “Kalbimizin en derin yerinde O’nun yüzünü gördük; fakat bu bilincimizden saklıdır.”¹³ Sufiler bunun farkında olup bu duruma ilişkin “ayrılık acısı”, “asli vatana özlem”, “vuslat ve ölüm” gibi temaları çeşitli eserlerinde dile getirmişlerdir. İnsanın manevi boyutunu göz ardı ya da inkar eden psikoloji, insandaki bu arzuyu dünyanın sınırları çerçevesinde ve materyalist bir yaklaşımla ele almakta ve bunu sadece biyolojik ve fiziksel nedenlere bağlamaktadır. Ancak daha önce belirtildiği gibi Batı’da bile bu indirgeyici ve materyalist tutuma karşı çıkan hareketler ve görüşler ortaya çıkmıştır, bunun iyi bir örneği de transpersonel psikolojidir. Örneğin, transpersonel psikologlardan olan Grof, insanın manevi ve ilahi boyutunu vurgulamakta ve insanın birlik ve bütünlüğe olan arzusunu şöyle açıklamaktadır: “Gerçek varlığımız kozmik yaratıcı ilkeyle bir olduğu için açlığımızı maddî dünyada peşinden koştuğumuz hiçbir şey gideremez. Tanrısal kaynakla mistik birlik dışındaki hiçbir deneyim en derin arzumuzu tatmin etmez.”¹⁴

¹³ Llewellyn Vaughan-Lee, **Kalbin Dönüşümü**, Çev. Sema Krebs, İstanbul, İnsan Yayınları, 2014, s. 37.

¹⁴ Stanislav Grof, **Kozmik Oyun: İnsan Şuurunun Yeniden Keşfi**, Çev. Levent Kartal, İstanbul, Omega Yayınları, 2014, s. 56.

Rank, 1900'lü yılların başında transpersonel düşünceleri ihtiva eden *Doğum Travması* eseri ile ortaya çıkması, o dönemin psikoloji dünyasında birçok eleştiri ve alaya maruz kalmasına sebep olmuştur. Çünkü Rank, doğum esnasında bebeğin bir bilince sahip olduğunu ve bu travmanın bilinçaltının çekirdeği olduğunu iddia etmiştir. Ona göre, insan ölene kadar bu travmanın etkisi altında kalacaktır. Tüm uygarlık, sanat, din, bilim, teknoloji vb. alanlarda bilinçli ya da bilinçsizce bu travmanın üstesinden gelmeye ve bu dünyayı ilksel cennete dönüştürmeye çalışacaktır. Peki bu ilksel ayrılık/travma insan dünyaya gelmeden önce yaşanmış ve bu dünyada pekişmiş olamaz mıydı? Bu konuda tasavvuf binlerce yıl önce pek çok şeyi ele almıştır. İnsanın kaynağı/özü nasıldı? Hakikatte insan nereye aitti/evi neredeydi? Bu dünyada olmanın manası neydi? İnsanın kendini huzurlu hissetmesi, birlik ve bütünlük içinde yaşaması için insan ne yapmalıydı? gibi pek çok soruya yanıt vermiş ve bu konuda çeşitli reçeteler sunmuştur.

Bu çalışma kavramsal bazlı olup dökümantasyon yöntemi ile hazırlanmıştır. Tezin özgün bir konu olması ve çok sayıda disiplinin ele alınması nedeniyle pek çok eser, makale, ayrıca bu konuya ilişkin videolar, filmler ve çeşitli sanat eserleri de incelenmiştir. Kaynaklar konusunda gerek yurtiçi gerek yurtdışında bulunan kişilerle iletişime geçilmiş ve bu konuyla ilgili farklı meslek ve yaşam tarzına sahip kişilerin görüşlerine başvurulmuştur. Ayrıca uzman olan kişilerin fikirlerine de danışılmıştır. Ele alınan konunun kültürler üstü, coğrafyalar üstü ve zamanı aşan bir niteliğe sahip olması nedeniyle bu sorun insanın nerede, ne zaman veya nasıl yaşadığından bağımsız olarak herkesi ilgilendiren bir sorundur. Kaynakların çeşitliği açısından bu çalışma kültürlerarası bir özellik de taşımaktadır. Konuya ilişkin Türkçe eserlerin az olması nedeniyle yabancı kaynaklardan çok sayıda çeviriler yapılmış, yeni figürlerin ve fikirlerin Türkiye'deki akademik platforma kazandırılması hedeflenmiştir. Bu çalışmanın hem bilim insanları hem de bütün insanlar için faydalı olmasını ümid ediyor ve yeni çalışmalara öncülük edebilmesini diliyoruz.

BİRİNCİ BÖLÜM

MODERN PSİKOLOJİDE DOĞUM TRAVMASI

Hayatın başlangıcı ve ölümün ikiz kardeşi olan doğum, insan hayatında önemli bir yere sahiptir. Ancak doğumun önemi ve insan hayatındaki kalıcı izleri, ne felsefe ne de psikolojide pek irdelenmiştir, adeta herkes bir işbirliği yapmışçasına doğum bilinçaltının derinliklerine itilmiştir. Akademisyen ve filozof Anna M. Hennessey'in *Doğum, Felsefenin Nasıl da Son Tabusu Oldu* - (Doğum varoluşun temeli ise, beşeri bilimlerin neden bu konuda söyleyecek çok az şeyi var?) başlıklı yazısında; beşeri bilimlerin, insan durumuyla ilgili olarak doğumla başlayan ve ölümle biten şeyleri incelediğini fakat eğer bu iki konuda bilimsel üretim herhangi bir göstergeyse akademisyenlerin doğumdan çok ölümden büyüldüğünü söyler. Hennessey, doğuma karşı ilginin ve bu konuda araştırmaların az olmasını bir problem olarak görür ve doğumun entelektüel alanda yetersiz temsilinin kayda değer olmasının ötesinde hem akademinin, doğumu bilimsel bir ilginin temel bir konusu olarak ele alamamasından hem de ölümün doğuma kıyasla entelektüel önceliklendirilmesinden kaynaklanan ideolojik ve gerçek olan derin sonuçları olduğunu düşünür. Ona göre doğum, sadece akademik ve bilimsel mecrada değil; felsefe, sanat, edebiyat, din vb. hemen her alanda ölüme oranla daha az yer tutmaktadır.¹⁵

Hennessey, kanonik Batı filozoflarının, tarihsel olarak ölümün evrenselliği dahil olmak üzere insan deneyimindeki evrensellere odaklanmış olduğunu ancak doğuma daha az dikkat etmiş olduklarını söyler. Ona göre, Platon hamileliği ve doğumu sadece bedensel işlevler; anneliği ise alt-rasyonel bir faaliyet olarak sınıflandırırken, Aristoteles anneliğin biyolojiyle olan bağlantısının ötesinde önemini de azaltmış hatta adeta görmezden gelmiştir. Thomas Aquinas, doğum ve annelik eylemlerini değerden düşürmüş babanın etkisini (babadan gelen meniye indirgeyerek) bir insanın yaratılmasında en temel şey olarak görmüştür. Hem Immanuel Kant hem

¹⁵ Anna M. Hennessey, **How Childbirth Became Philosophy's Last Taboo** : If birth is the foundation of existence, why do the humanities have so little to say about it?, The Institute of Art and Ideas, 10.08.2017, (Çevrimiçi) <https://iai.tv/articles/why-do-the-arts-put-death-before-birth-auid-867> 20.12.2019.

de Jean-Jacques Rousseau, anneliği felsefi olanın aksine romantik veya doğal bir çaba olarak nitelendirmiştir.¹⁶

Doğumla ilgili araştırma yaparken sürekli ölümle ilgili araştırmalarla karşılaşması Hennessey'nin dikkatini çeker. Ona göre, doğumun yerine ölümü neden seçtiğimiz basit bir ilgiden çok daha derine iner. Hennessey, bazı araştırmaların, doğumla ilgili olan entelektüel yaklaşımları hem aktif hem de pasif yollarla bastırdığını ortaya koyduklarını söyler. Akademideki beyaz adamların tarihsel hakimiyetinin problemin bir parçası olduğunu iddia etmek mümkün olsa da, yaşamın bu iki anıtsal uç noktasının kapsamının oldukça karmaşık olduğunu ve sadece buna indirgenemeyeceğini ileri sürer. Bu bastırmanın arkasındaki nedenleri anlamak, büyük yaşam geçişlerine nasıl yaklaştığımızı yeniden düşünmeyi gerektirir, demektedir.¹⁷

Hennessey, ölümün daha ilginç olması insanların onu henüz deneyimlememiş olmasına bağlar ve şöyle açıklar: Yaşayan herkes zaten doğmuş, ölüm ise bir gizemin altında örtülü haldedir. Ancak bu açıklama, doğum ve ölümün daha geniş bir şekilde var olduğunu düşündüğümüzde gücünü kaybeder. Maddenin ilk ortaya çıkışı sorunu, evrenin ölümü sorunu kadar ilgi çekicidir ve diğer başlangıçlara - güneşimizin, gezegenimizin, dünyadaki yaşamın ve genel olarak yaşamın başlangıcı tarafından tekrar büyüleniriz. Ancak insan doğumu söz konusu olduğunda, araştırmacı ilgi ve felsefi yaklaşım akademik alanda hızla düşmektedir. Bütün bunlar şu soruyu akla getiriyor: Ölümle ilgili bizi çeken nedir ya da doğumda bir sorun mu var?¹⁸

Hennessey, doğum konusunu ihmal etmenin kaçınılmaz olarak çocukların kendilerinin ihmal edilmesiyle bağlantılı olduğunu, toplumun kuruluşuyla ve geleceğiyle ilgilenenler için çocuklar aslında bir önceliklendirilmesi gereken önemli bir gruptur demektedir. Hennessey, araştırmaların, bir insanın hayatının ilk birkaç yılının, dünya ile şefkatli bir şekilde etkileşime girebilen bir insanı oluşturmada en kritik süreç olduğunu gösterdiğini belirtir. Thomas Verny gibi diğer psikologların, stresin doğumdan önce bile bebekleri etkilediğini göstermek için çok sayıda kanıt

¹⁶ Anna M. Hennessey, **Imagery, Ritual And Birth: Ontology Between Sacred and Secular**, Maryland, Lexington Books, 2019, s. 2.

¹⁷ Hennessey, **a.g.e.**, s.1.

¹⁸ Hennessey, **a.g.e.**, s.1.

olduğunu söyler. Verny'nin doğum öncesi, perinatal ve erken çocukluk yaşamı sırasında yüksek stres ile psikopati gibi kişilik bozuklukları da dahil olmak üzere çocukluk ve yetişkin hastalıklarının gelişimi arasında güçlü bağlantılar bulunduğunu belirtir.¹⁹

Son olarak Hennessey, ölümün yaşamdaki tek kesinlik olmadığını, doğumun da aynı zamanda her varlığın yaşadığı temel bir olay olduğunu belirtir. Bilimde artan araştırmalar, doğum öncesi bakım ve erken ebeveyn-çocuk ilişkilerinin nihayetinde çocukların fiziksel, sosyal, duygusal ve psikolojik gelişmeleri üzerindeki derin etkisini gösterdiğini ekler. İlk aşamada çocuğun beyin gelişimi, hamilelik ve doğum sürecinden başlayarak, doğum sonrasında yaşamının ilk üç yılında ebeveyn ve bakıcıları ile olan sosyal deneyimlerinden önemli ölçüde etkilendiğini belirtir. Bu kanıtın, çocukların doğmadan önce ve ilk yıllarının, bireysel gelişim ve toplumun iyileştirilmesi ile ilgilenen herkes için merkezi ilgi alanına girmesi gerektiğini göstergesi olduğunu belirtir. Hennessey, doğumun oldukça basit bir şekilde insan deneyiminin üzerinde geliştiği temel olduğunu ileri sürer.²⁰

Doğum psikolojisi alanında uzman olan Janus ise psikoterapötik uygulamada yapılan gözlemlerin, yaşamdaki değişikliklerin, nevrotik korkuları ve şikayetleri uyandırabileceğinin aşıkardığını söyler ve devam eder: Bu böyledir çünkü değişim her zaman doğumumuzda meydana gelen temel geçiş deneyimimize dokunur. Başka bir deyişle, değişim annemizden ilk korkulu ayrılığımızın bilinçdışındaki anılarını hatırlatır. Ayrıca hayata, en eski ve duygusal deneyimlerimizin ışığında baktığımızı söyleyebiliriz, diye ekler. Janus, bu ilksel deneyimlerin daha sonraki psikolojik gelişime entegre edilemediğinde, örneğin doğum öğelerinin kendilerini nevrotik semptomlarda gösterebildiğini ve nevrotik semptomların perinatal bir dilde konuştuğunu iddia eder.²¹

Janus, doğumun insan yaşamındaki önemli etkisi konusunda başta Rank olmak üzere birçok psikanalist ve psikologtan örnekler verir. Janus, Ferenczi'nin yeni doğan

¹⁹ Hennessey, **a.g.e.**, s. 5.

²⁰ Hennessey, **a.g.e.**, 2019, s. 18.

²¹ Ludwig Janus, **The Enduring Effects Of Prenatal Experience: Echoes from the Womb**, Tr. Terence Dowling, Heidelberg, Mattes Verlag GmbH, 2001, s. 112.

bebeğin psikolojik yaşamının, esasen sıcak ve huzurlu rahimdeki bozulmamış varoluşun tatmin edici koşullarını tekrar kurmak için evham verici arzusundan etkilenmekte olduğunu kavradı, diye açıklar. Janus, nörolojik olarak hasta çocukların ve yetişkinlerin sembolik yaratımlarında görülen bu arzunun gücü, psikanalist Otto Rank tarafından, doğuştan kaynaklanan, insan evrimi nedeniyle kaçınılmaz travmatik bir deneyim olarak açıklanmış olduğunu belirtir. Bunun, önceki iyi duruma geri dönme arzusunu gösterdiğini ve insan psikolojisinde sonsuz sayıda sembol ve temel motifle kendini gösterebilen bir arzu olduğunu ileri sürer.²²

Janus, doğumdan önceki yaşamın, doğumun ve erken bebeklik yılları konusunda kişisel farkındalığın reddildiği ve insan yaşamının daha iyi ve kapsamlı bir şekilde anlaşılmasını sağlayacak olan ilksel deneyimin öneminin bastırıldığı süreçte insanın kendisini duygusal anlamda, henüz doğmamış ve yeni doğmuş bebeklerden uzaklaştırmaya mahkum ettiğini iddia eder.²³ Diğer bir deyişle, Janus bebeklerin doğmadan önceki yaşamının, doğumunun ve erken bebeklik dönemlerinin öneminin inkar edilmesinin insanın yaşamının iyi anlaşılmayıp bu süreçlerin yanlış ele alınacağını düşünmektedir.

Doğumun önemine değinen ve modern psikolojide doğum üzerine bir teori kuran ilk kişi Otto Rank'tır, çalışmalarının ve diğer teorilerinin merkezine “doğum travması”nı yerleştirmiştir. Her ne kadar Freud, böyle bir travmadan bahsetmiş olsa da bu fikrinden vazgeçmiştir çünkü bebeğin doğum öncesi ve sonrasında bilincinin olabileceği ihtimalini reddetmiştir. Transpersonel psikolojiyle beraber doğum travması tekrar gün yüzüne çıkmış ve bu alanda araştırmalar yapılmıştır. Transpersonel psikoloji dışında “Doğum Psikolojisi”, “Pre ve Perinatal Psikoloji” gibi alanlar doğumu merkeze alıp insan hayatı üzerindeki etkilerini incelemişlerdir. Bu bölümde Freud'dan itibaren doğum travmasının izleri ve ilişkili bulunduğu teoriler kronolojik olarak incelenecektir.

²² Janus, **a.g.e.**, s. 8.

²³ Janus, **a.g.e.**, s. xviii.

1. PSİKANALİZDE DOĞUM TRAVMASI

1.2. Sigmund Freud

“Bir zamanlar olduğumuz yere dönmeliyiz”
Tarkovsky, Nostalghia, 1983

Kavramsal anlamda doğum travmasından ilk kez bahsetmiş olan kişi Freud’dur, *Düşlerin Yorumu* adlı eserinde doğumun, kaygının tecrübe edildiği ilk olay; kaygının kaynağı ve prototipi olduğunu dile getirmiştir.²⁴ Başka bir ifadesinde Rank’ın bu savının aslen kendisine ait olduğunu, her ne kadar Rank ile bu konuda ihtilafa düşmüşse de kaygı problemini tekrar gözden geçirmeye mecbur ettiğini dile getirmiştir. “Benim de ilk başta öne sürdüğüm gibi, Rank’ın endişenin, doğum sürecinin bir sonucu ve o zaman yaşanan olayın bir tekrarı olduğunu ortaya atması, endişe probleminin yeniden incelenmesi gereğini doğurmuştur”²⁵ diye yazar. Nitekim Freud, kaygı problemine ve bu konudaki anlaşmazlıklara karşılık resmi olarak 1926’da *Inhibitions, Symptoms and Anxiety* adında bir metin yayınlamıştır.²⁶ Bu eserde Freud, endişe için “İnsanın ilk tecrübesi doğum sırasında vuku bulmaktadır. Bu da bir yerde, anadan ayrılmanın yarattığı sonuçtur”²⁷ demektedir. Ancak daha sonra fikirlerini değiştirir, Rank’ın bu teşebbüsünü olumlu bulmadığını, doğum sürecinde çocuğun genel hisler dışında duygulanmalara maruz kalmasının akla pek uygun gelmediğini ve bu olayın hatırlanmayacağını ileri sürer.²⁸

Freud, daha önce kaygının kaynağını doğum kaygısı ile ilişkilendirmesiyle beraber, bir ifadesinde doğum sürecindeki “nefes alamama”nın önemine de vurguda bulunmuştur.²⁹ Bunu belirtmesi manidardır çünkü anne karnı içinde balık gibi yüzen bebeğin dünyaya düşerken ilk yaptığı şey, daha önce hiç kullanmadığı ciğerleri ile

²⁴ **Psychoanalytic Pioneers**, Ed. Franz Alexander, Samuel Eisenstein, and Martin Grotjhan, New Jersey, Transaction Publishers, 1995 s. 46.

²⁵ Sigmund Freud, **Endişe**, Çev. Leyla Özcengiz, 2. bs., İstanbul, Dergah Yayınları, 1992, s. 89 ; Francesco Pizzaro Obaid, **Sigmund Freud and Otto Rank: debates and confrontations about anxiety and birth**, The International Journal of Psychoanalysis, 2012, pp. 1-23, s. 3.

²⁶ Obaid, **a.g.m.**, s. 13.

²⁷ Freud, **a.g.e.**, s. 56.

²⁸ Freud, **a.g.e.**, s. 62.

²⁹ Otto Rank, **Doğum Travması**, Çev. Sabir Yücesoy, 2. bs., İstanbul, Metis Yayınları, 2014 s. 15.

nefes almasıdır. Bebeğin ciğerleri tamamen sıvı ile doludur dolayısıyla bebeğin nefes alması acı verici bir süreç olup bebek, buna ağlayarak tepki vermektedir.³⁰ Bu sebeple anne karnı içindeki denge ve uyumdan sonra karşılaşılan bu acı verici deneyim de psişede ilksel kaygı ile ilişkilidir. Nitekim ilerleyen süreçlerde, çalışmalarında nefesin bu asli önemi nedeniyle onu bir şifa aracı olarak kullanan Stanislav Grof'un holotropik nefes çalışması gibi çeşitli nefes terapileri geliştirilmiştir.³¹

Doğum travması Freud'un "tekinsizlik" adlı kavramıyla da ilişkilendirilebilir. Bu kelimenin orijinali Almanca "unheimlich"dir. Freud, bu terimin "heimlich", "heimisch" tanıdık, yerli, eve ait anlamına gelen sözcüklerin zıttı olup korku ve kaygıya neden olan korkutucu ve tekinsiz gibi anlamlara geldiğini belirtir.³² Freud, erkek hastalarının genellikle kadın genital organlarını tekinsiz bulduğunu fakat bu tekinsiz (unheimlich) yerin aynı zamanda herkesin başlangıçta bir süre ikamet etmiş olduğu, daha önceki yere, eve (heim) giriş olduğunu belirtir. Bununla beraber, nostaljiyi* ve rüyalarda görülen tanıdık yerlerin anne rahmini ya da anne bedenini sembolize ettiğini ekler, ayrıca eserinde "Aşk bir nostaljidir"³³ cümlesine de yer verir.

Freud, tekinsizliğin kaynağını travmatik tecrübeden önce çocuğun uğradığı anne kaybına bağlar ki bu çocuğu bir ego'ya dönüştüren olaydır. Diğer bir deyişle, bedendeki ruh gibi bizzat insan egosunun kendisi tekinsizdir.³⁴ Freud, tekinsizliği egonun kendisini henüz diğer insanlardan ve dış dünyadan tam olarak ayırtırmadığı bir sürece bağlar.³⁵ Bu nedenle tekinsizlik, en temel kayıp; ilk obje olan annenin kaybıyla ya da daha doğrusu egonun henüz var olmadığı anne ile simbiyoz halinde

³⁰ Jeroen J. van Vonderen, Arjan B. Te Pas, **The first breaths of life: imaging studies of the human infant during neonatal transition**, Paediatric Respiratory Reviews 16(3), March 2015, pp. 1-4, s. 1-3.

³¹ Tanja Miller, Laila Nielsen, **Measure of Significance of Holotropic Breathwork in the Development of Self-Awareness**, The Journal of Alternative and Complementary Medicine 21(12), 2015, pp. 796–803, s. 796.

³² Sigmund Freud, "The Uncanny" [1919], First Published in *Imago*, Bd. V., 1919; reprinted in *Sammlung*, Fünfte Folge. [Translated by Alix Strachey.]

³³ Freud, **a.g.e.**, s. 15.

³⁴ Svanæus, **a.g.m.**, s. 239.

³⁵ Svanæus, **a.g.m.**, s. 246.

***Nostalji**: Geçmişteki mutlu bir ana duyulan özlemdir. Yunanca (geliş) ve (acı) sözcüklerinin birleşmesinden meydana gelmektedir. Yurt özlemi, yurtsama, darüssıla. Geçmiş bir zamana duyulan aşırı özlem.

yaşanılan evrenin kaybı ile bağlantılandırılabilir.³⁶ Freud, bu kaybın oluşturduğu tekinsizlik halinin çoğunlukla bilinçaltında varlığını sürdürdüğünü fakat bazı durumlarda gün yüzüne çıktığını ileri sürer. Dolayısıyla bu temel kaybı yaşamış olan insan hiçbir zaman kendini tam olarak evde hissetmeyecektir ve tekinsizlik halinde beliren evsizliğe karşı daima hassas olacaktır. Yani insan, evsiz ve yurtsuzdur ve daima kendisini evde hissettirecek bir yer-yuva bulma çabasıdadır. Nitekim felsefe dünyasında Heidegger ve Levinas gibi düşünürler de bu konuyu eserlerinde ele almıştır ve özellikle varoluşçu felsefedeki varoluşsal kaygı ve “fırlatılmışlık” (*Geworfenheit*) kavramları da tekinsizlik\evsizlik ile yakından ilgilidir.³⁷

Ölüm içgüdüğü ile doğum öncesi cinsel varoluş düzeyi arasında önemli bir ilişki vardır. Freud, ölüm içgüdüğüne regresif bir özellik taşıdığını ve daha önceki bir duruma, bireyin henüz inorganik halde olduğu zamana dönme arzusu olarak bahseder.³⁸ Lacan da ölüm içgüdüğüne kaybolmuş armoniye olan özlem, psişede iz bırakmış olan anne memesiyle kaynaşmış olan preodipal evreye dönme arzusu olarak açıklar ve bu güdüyü ayrıca “şiddetli olmayan” intiharla da ilişkilendirir.³⁹ Doğum travması sonucunda oluşan bu içgüdü, bireyin tekrar rahim içindeki rahat ve dingin yaşama geri dönme özlemine sebep olur. Dolayısıyla ölümü arzulamanın ya da intihar etme isteğinin altındaki neden, doğumla sarsılmış olan denge ve uyumu tekrar yakalama ve kovulmuş olduğu kayıp cenneti tekrar yaşama isteğidir. Freud’un kuramlarını üzerine inşaa ettiği cinsellik ve ölüm güdülerinin nihai amacı anne karnına dönmektir. Freud’un öğrencilerinden Ferenczi ise ödip arzusunu insanların doğum öncesi keyfini çıkardığı rahat duruma geri iten çok genel bir biyolojik eğilimin psikolojik bir anlatımıdır demektedir.⁴⁰

³⁶ Svenaeus, **a.g.m.**, s. 250.

³⁷ Svenaeus, **a.g.m.**, s. 253 ; Petr Kouba, **The Phenomenon of Mental Disorder: Perspectives of Heidegger’s Thought in Psychopathology**, Pargue, Springer, 2015, s. 87.

³⁸ Sigmund Freud, **Haz İlkesinin Ötesinde Ben ve İd**, Çev. Ali Babaoğlu, 2. bs., İstanbul, Metis Yayınları, 2019, s. 105-106.

³⁹ Jacques Lacan, **Les complexes familiaux dans la formation de l’individu. Essai d’analyse d’une fonction en psychologie**, Paris: Navarin, 1984 [1938], s. 35.

⁴⁰ Sandor Ferenczi, **Psikanaliz Açısından Cinsel Yaşamın Kökenleri**, Çev. Hüsen Portakal, 2. bs., İstanbul, Cem Yayınevi, 2010, s. 33.

1.3. Otto Rank

Psikanaliz ve psikoterapi tarihindeki en önemli öncülerinden biri olan Otto Rank, 1884'te Viyana'da doğmuş ve 1939'da New York'ta ölmüştür. Psikanalizin yeni yeşerdiği dönemde Freud'un etrafında oluşmuş grubun bir üyesi olarak bu camiada verimli ve yaratıcı bir figürdü ancak diğerlerinden farklı olarak tıp eğitimi almamıştır. *Artist Kişilik* adlı makalesi ile Freud'un dikkatini çeken Rank, Freud tarafından desteklenmiş ve "psikanalizin kültürel alanlara doğru oluşturduğu uzantıların öncüsü" olarak görülmüştür.⁴¹ Fakat Freud'un teorilerinin merkezine koyduğu oidipus kompleksi ve baba figürünün önemine ters düşen doğum travması ile ilgili görüşleriyle Freud ile arası açılmıştır. Doğum travmasının yanında, psikanaliz yerine psikoterapi terimini kullanması da psikanaliz dünyası tarafından sert eleştirilere maruz kalmasına neden olmuştur.⁴² Freud'un insan doğası hakkındaki mekanik, indirgemeci ve determinist görüşlerinin aksine Rank, hayvanlardan farklı olarak insanın iradeye sahip olduğunu ileri sürer dolayısıyla insan bilinçli bir varlıktır ve salt biyolojik kökenli dürtülerin ve bulunduğu koşulların tutsağı değildir, seçimleri doğrultusunda kendisine yön verebilen ve davranışlarından sorumlu bir varlıktır.⁴³ Rank, teorilerini bu anlayış üzerine kurmuştur.

Başta Freud olmak üzere psikanaliz ve psikoloji dünyasındaki figürler üzerinde önemli bir etki bırakmıştır. Özellikle varoluşçu, hümanistik ve transpersonel psikolojilerin öncülerinden birisi olmuştur. Rollo May, Rank'ı, Freud halkasında kabul edilmemiş bir dahi olarak düşündüğünü belirtmiştir.⁴⁴ Transpersonel psikolojinin kurucularından Stanislav Grof'un prenatal ve perinatal psikolojisi ile ilgili kısımlarının çoğu Rank'ın *Doğum Travması* adlı eserine dayanmaktadır.⁴⁵ Rank, insanı sadece psikolojik anlamda ele almamış, onun varoluşuyla beraber gelen temel problemlerinin ve gizemlerinin kökenine de inmeye çalışmıştır. Bu nedenle eserlerinde felsefi bir

⁴¹ Engin Gençtan, **Psikanaliz ve Sonrası**, 5.bs., İstanbul, Remzi Kitabevi, 1993, s. 214.

⁴² Gençtan, **a.g.e.**, s. 216.

⁴³ Gençtan, **a.g.e.**, s. 221-222.

⁴⁴ Otto Rank, **A Psychology of Difference: The American Lectures, Selected**, Ed. Robert Kramer, New Jersey, Princeton University Press, 1996, s. xi.

⁴⁵ Walsh ve Vaughan, **a.g.e.**, s. 118.

yaklaşım sergilemiştir ve kullandığı dil anlaşılması her zaman kolay olmayan felsefi ve artistik bir özelliğe sahiptir.⁴⁶

Zaman içinde Rank'ın fikirleri değişmiş ve büyük bir dönüşüm geçirmiştir. Önce psikanalizden uzaklaşan Rank, daha sonra psikolojiden de uzaklaşmaya başlamış ve psikolojinin ötesine gidilmesi gerektiğini savunmuştur. Rank, insanın psikolojinin ötesinde doğduğunu ve onun ötesinde öldüğünü ancak sadece kendi dini terimlerinin hayati deneyimleriyle, vahiyler, dönüşümler veya yeniden doğuş yoluyla psikolojinin ötesinde yaşayabileceğini dile getirmiştir.⁴⁷ Akıl hocası Freud'un aksine Rank, dini saygıyla incelemiş, dinin bireysel ve toplumsal yaşamdaki rolünü açıklamıştır. *Psychology and the Soul* adlı eserinde Rank, psikolojiyi bilmek için onun nesnesi olan ruhu da bilmek gerektiğini; psikolojinin tarihini yazmak, başlangıçtan itibaren insanlık tarihinden daha az olmayan bir ruh tarihini yazmak olduğunu söyler. Ancak, hakikatte psikolojinin kendi nesnesi olan ruhu bilmediğini ve psikolojinin bu geleneği açıkça reddetmiş olduğunu ileri sürer. Rank, kadim halk inancı, din ve mitolojide bahsedilen ruhun bilimsel psikoloji için mevcut olmadığını ancak psikolojinin ruhu araştırmış gibi davrandığını ileri sürer. Psikoloji ruh kavramının geçerliliğini iddia etmek yerine, bu konudaki araştırmaları diğer disiplinlere bırakarak onun olmadığını ileri sürer.⁴⁸

Rank, Freud'un ruhu dışarıda bıraktığını düşünür; bilinçsiz olanı tanıyan Freud ruhu kabul etti ama ruhu materyalistik yönden açıklayarak reddettiğini söyler. Yine Rank'a göre çağdaş psikoloji bir bilimdir ama ne çelişkidir ki bu bilimin temelinde olan ruh, o bilim adamları tarafından açıklanamamaktadır. Modern nörolojinin inandığı gibi ruh, ne bir beyin fonksiyonu ne de Freud'un düşündüğü gibi yüceltilmiş biyolojik dürtüler olduğunu belirten Rank'a göre bilimsel psikoloji, içgüdüsel ve serebral insanı aynı temelde açıklar. Rank, Bleur'un da bu durumdan haberdar olduğunu onun için de bunun psikolojide büyük bir boşluk oluşturduğu fikrinde olduğunu söyler. Psikolojinin ruhtan uzak oluşuna dair getirdiği eleştirilerine devam eden Rank, beyin çalışmalarının ruh çalışmaları olmadığına dikkat çeker. Ona göre

⁴⁶ Gençtan, **a.g.e.**, s. 215.

⁴⁷ Marvin Goldwert, **Otto Rank and Man's Urge To Immortality**, Journal of the History of the Behavioral Sciences, Volume 21, Issue 2, April, 1985, pp. 169-177. s. 175

⁴⁸ Otto Rank, **Psychology and the Soul**, Trans. Gregory C. Richter and E. James Lieberman, Journal of Religion and Health, Vol. 35, No. 3, Fall 1996, s. 193-194.

beyin çalışmaları, ruh temalarımızın üzerinde görülen sadece bir araçtır ve cinsel dürtü sadece bir tezahürdür. Ruhla ilgili bir şeyi bilim yoluyla anlasak bile, psikolojinin çoğu - en iyi, en anlamlı kısmı – onu açıklamakta zorlanacaktır diyen Rank, bunu ruhun öznel olmasına ve özbilinç psikolojisine duyulan ihtiyaca bağlar.⁴⁹ Ayrıca Rank, bilimsel psikolojinin, deneyi yapan kişiyi hariç tutarak elde ettiği sonuçları geçerli saydığını ancak bunun çelişkili ve objektif olmayan bir durum olduğunu söyler. Ona göre analistin, en azından teorik olarak, hastanın iç yaşamından evrensel kalıpları gün yüzüne çıkarırken kendisini de dahil etmesi gerektiğini düşünür.⁵⁰

Rank, psikoloji dinin son ve en genç çocuğudur; daha özel anlamda ruha olan eski inançtır, demektir. Rank, ancak dinin daha sonra başka şekillerde yerinden edilmek istendiğini ve psikolojinin onu inkar ettiğini çünkü rasyonel görünmek için psikolojinin insanın ölümsüzlük arzusunu psikolojik eşitlik veya benzerlik açısından rasyonelleştirmek zorunda olduğundan bu ebeveyninin varlığını, yani ruha olan inancını inkar ettiğini söyler.⁵¹

Daha sonraları Rank, cinsel içgüdünün yerine “ölümsüzlük güdüsü”nün insanın en derin güdüsü olduğunu ve iradenin çok çeşitli yollarla ölümsüzlük için çaba sarf ettiğini ileri sürer.⁵² Rank'ın ana tezi, entelektüel psikolojinin insana istediği ölümsüz ruhu veremeyip aksine sahip olduğu ruhu şüpheyile yok etme eğiliminde olduğudur. Ona göre zaten Freud da ruh ve ruhsallığı psikolojinin içeriğinden uzak tutmaya çalışmıştır. Rank, modern psikoloji, iradenin mirası olan ruhu yok eden olumsuz yeni metafiziklere sahip sadece projektif bir disiplindir, demektir.⁵³ *Beyond Psychology* adlı eserinde, insan davranışının bireysel psikolojinin ötesinde daha geniş bir kişilik anlayışına kadar uzanması gerektiğini, uygar insanın ne yalnızca entelektüel egosunun rasyonel rehberliği üzerine hareket ettiğini ne de sadece içgüdüsel benliğinin temel güçleri tarafından körü körüne yönlendirildiğini düşünür. Ona göre, insan uygarlığı ve onu temsil ve ifade eden çeşitli kişilik türleri, rasyonel ve irrasyonel

⁴⁹ Rank, **a.g.m.**, s. 195.

⁵⁰ Rank, **a.g.m.**, s. 196.

⁵¹ Otto Rank, **Beyond Psychology**, New York, Dover Publications, 2011, s. 61.

⁵² Goldwert, **a.g.m.**, s. 170.

⁵³ Goldwert, **a.g.m.**, s. 171.

unsurları doğaüstü anlayışa dayalı bir dünya görüşünde birleştiren üçüncü bir ilkenin sürekli işleyişinden ortaya çıkmıştır.⁵⁴

Yukarıda bahsedilen görüşlerinden dolayı Rank'ın 1930'lu yıllarda bir çeşit dini terapiye yöneldiği düşünülmüştür. Çünkü Rank'ın gittikçe artan dindarlığı, onun bilim ve psikolojiyi sadece alternatif ideolojiler olarak görmesine yol açmıştır.⁵⁵ Rank'ın özellikle “ölümsüzlük güdüsüyle” ilgili görüşleri, onu Tanrı'nın ve dinin kucağına düşürmüştür. Rank ölümsüzlük güdünü insanın temel güdüsü olarak gösterdiğinde güdünün ardında daha önemli bir kozmik kuvvet olasılığına kapı aralamıştır. Psikanalizden uzaklaşıp yöneldiği irade psikolojisinden sonra – bu psikolojiyi de terk etmiştir - tarihin mantıksızlığını ve psikolojinin ötesine geçme ihtiyacını vurgulamaya başlamıştır. Hayatını çekiç darbeleri altında, çatışma, yalnızlık, ekonomik sıkıntı ve hastalık içinde geçiren yaratıcı kişilik Rank, kişinin ilahiyi, kurak bir psikolojileştirmeyele felç olması yerine, dönüşüm yoluyla yaşanması gerektiğini savunmuştur. Rasyonel psikolojinin insanlık tarihinde geçici bir aşamadan başka bir şey olmadığına inanan Rank, Tanrı'yı akış içindeki bu hüznü dünyada kalıcı bir referans noktası olarak bulmuştur.⁵⁶

1.2.1. Doğum Travması

*“Senin için en iyisi, hiç ulaşamayacağın bir şey:
hiç doğmamış olmak, var olmamak, hiçlik olmak.
Zaten ikinci iyi şey de-bir an önce ölüp gitmek”*

Nietzsche

Doğum Travması adlı kitabının önsözünde yapacağı açıklamaların psikanalitik anlamda bütün insanlığın gelişimini, hatta insan oluşun kendisini anlama konusunda bir deneme olduğunu iddia eden Rank, bütün insanlığın değişimini şekillendiren doğum travmasını bilinçaltımızın derinliklerinden alıp gün yüzüne çıkarmaya çalışmıştır. Rank, bilinçdışının temeli ve çekirdeği olarak ileri sürdüğü doğum travmasını; psişede içselleştirilmiş ilksel nesne olan anneden ya da daha doğrusu

⁵⁴ Rank, **a.g.e.**, 2011, s. 62.

⁵⁵ Goldwert, **a.g.m.**, 173.

⁵⁶ Goldwert, **a.g.m.**, 176.

rahimden ayrılığın getirdiği endişeyi, tüm nörotik rahatsızlıkların temel nedeni olarak görür.⁵⁷

Bu ilksel kayıp nesnesi, çocuğun tüm hayatını etkileyen ve şekil veren bir olaydır. Dünyaya ağlayarak gelen çocuk için bu ayrılık, travmatik ve korku verici bir özelliğe sahiptir çünkü çocuk anne rahmindeki cennetinden ve annesiyle olan birliğinden kopartılmış ve kaotik bir ortama sürüklenmiştir. Rank, bu travmanın izlerini ve etkilerini sadece psikolojide değil sanat, din, bilim, felsefe vb. insanın pek çok farklı eylemlerinde göstermiş ve bu travmanın nasıl da yaşam döngüsünün her aşamasında yer aldığını çeşitli argümanlarla ispat etmeye çalışmıştır.

Freud'un insanın temel endişesi olarak düşündüğü kastrasyon korkusu yerine Rank nihai ayrılık olan ölüm korkusu şeklinde tebellür eden ayrılık korkusunu ileri sürer. Bir insanlık hali olarak gördüğü bu temel endişeyi ne terapinin ne eğitimin ne de çocuksu fantezilerin tamamen ortadan kaldıracabileceğini düşünür.⁵⁸ Bu endişe ancak ölümle birlikte son bulacaktır. Anne rahmi içindeki duruma en yakın olan durumlardan birisi olan ölüm de nihayetinde anne karnına dönme arzusunun başka bir belirtisidir. Nitekim Rank, "Bilinçdışı ayrılığı, yola çıkışı, hatta ölümün kendisini ancak anne karnına dönme arzusunun yerine gelmesi olarak kavrayabilir, çünkü tanıdığı ve tasvir edebileceği başka bir arzu yoktur zaten" demektedir.⁵⁹ Anne karnındaki ceninsel varoluş düzeyine en yakın durumlardan biri olan ölüm, doğum travmasının neden olduğu temel endişeyi ve ondan türeyen diğer endişe ve korkuları izale edebilecek nihai kurtuluşu barındıran bir tasarı olarak bilinçaltında varlığını sürdürmektedir.

1.2.2. Doğum Travmasının Dini Olgulardaki Tezahürü

Doğum travmasının dini oluşumlardaki tezahürünü de ele alan Rank, ilksel nesne olarak anne yerine Tanrı'nın konumlandırıldığını ve hatta Hristiyanlıkta Tanrı'nın rahimle birlikte tasavvur edildiğini belirtir.⁶⁰ Bu nedenle din veya kültürlerdeki

⁵⁷ Rank, **a.g.e.**, 2014, s. 22.

⁵⁸ Esther Menaker, **Otto Rank's Conception of the Will**, Journal of Religion and Health, Vol. 37, No. 1 (Spring, 1998), pp. 9-13, s. 12.

⁵⁹ Rank, **a.g.e.**, 2014, s. 81.

⁶⁰ Rank, **a.g.e.**, 2014, s. 110.

çeşitli pratikleri ve dinsel edimleri, anneye-ilksel varlığa dönüş olarak yorumlar. Dolayısıyla anne karnındaki cenin, ilksel varlıkla yani anne/Tanrı ile birlik içinde olması sebebiyle neredeyse tanrısal bir özellik taşır ve Rank Hindistan’a özgü yoga pratiği için “tek tek herkese mistik derinleşme yoluyla, yani anne karnına girip Tanrı’nın mutlak gücünden pay alan ceninin durumuna geri dönerek bizzat Tanrı olma olanağı” tanıdığını belirtir.⁶¹ Bir anlamda anne karnındaki çocuğun Tanrı olarak ve Tanrı’nın yeryüzündeki temsilcisi gibi algılandığını düşünen Rank, herkesin bir zamanlar bizzat Tanrı olduğunu ve ilksel duruma geri dönerek ya da döndüğü oranda Tanrı olabileceğini ve dolayısıyla daha sonra kendini “tek ve mutlak Tanrı”yla kolayca özdeşleştirebileceği sonucuna ulaşır.⁶²

Ceninsel duruma yani bir çeşit hiçliğe yaklaşan duruma benzeyen meditasyon, yoga, mistik deneyimler ve çeşitli dini pratikler de rahim içi duruma yaklaşan eylemlerdir ve Rank bu pratikleri kastederek, “Bütün alıştırmalarda hedef Nirvana’dır, yani haz dolu hiçlik, anne rahmindeki durum”⁶³ demektedir. Cennet ve cehennem kavramlarını da rahim içi durum ile ilişkilendiren Rank, cennetten kovuluşu çocuğun ilksel cennetten yani anne rahimden ayrılmasıyla açıklar. Cennette koparılmış meyve de anne karnındaki çocuğu simgelemektedir diğer bir deyişle koparılan yasak meyve çocuğun kendisidir ve bu yasak, olgunlaşmış meyvenin anne gövdesinden ayrılmasıyla ilgilidir.⁶⁴ Bu tespitlerinden yola çıkarak aslında insanın var olmasının nihayetinde bir sorun teşkil ettiği anlaşılır, varlık sahasına giren her ruh asıl cennettinden/hiçlikten kopartılmış olması sebebiyle rahatsız edilmiştir, o artık vardır ve varlığının bilincindedir, geriye kalan tek şey o da var olmuş olduğu yere geri dönmesidir. Nitekim eserinin giriş kısmında Rank, Nietzsche’den bu durumu ima eden bir alıntıya yer vermiştir: “...Senin için en iyisi, hiç ulaşamayacağın bir şey: hiç doğmamış olmak, var olmamak, hiçlik olmak. Zaten ikinci iyi şey de-bir an önce ölüp gitmek”⁶⁵

Rank, cennetten kovulma hadisesinin bilinçaltında affedilemez bir ceza olarak varlığını sürdürdüğünü ve insanın kopartılmış olduğu bu yere karşı dindirilemez bir

⁶¹ Rank, **a.g.e.**, 2014, s. 115.

⁶² Rank, **a.g.e.**, 2014, s. 115-116.

⁶³ Rank, **a.g.e.**, 2014, s. 108.

⁶⁴ Rank, **a.g.e.**, s. 103.

⁶⁵ Rank, **a.g.e.**, s. 19.

özlem içinde bulunduğunu belirtir. Dolayısıyla insanın asıl hedefi farkında olarak ya da olmayarak mümkün olduğunca ve bütün olanaklarıyla beraber durmadan tekrar bu cenneti kurmaya çabalamaktır.⁶⁶ Ayrıca Rank, cenneten düşüş olayını bilinçle, kendilik bilinciyle ilişkilendirir, “Dinsel mitos “bilme” durumunu, Tanrının bilgisini, yani kendilik bilincini temsil eder”⁶⁷ demektedir. Bunun acı verici bir durum olduğunu açıklar, çünkü “...insan bilinç vasıtasıyla doğadan ayrı düşer, bilinçdışıyla, doğayla olan saf birliğini kaybeden bir talihsizliğe dönüşür”⁶⁸ diye açıklar. Rank’ın bu sözlerinden anlaşıldığı üzere, rahimden/cenneten ayrılık birlik ve bütünlüğün kaybedildiği bir tecrübe olarak insanın bilinçaltında varlığını korumaktadır.

1.2.3. Doğum Travmasını Aşma Yolları

Rank’a göre, bu ayrılık travmasının üstesinden gelebilmek için bu travmayı tekrar deneyimlemek gerekir, yani yeniden doğmak gerekir. Bu travmayı alt edebilmenin yollarından birisi de Rank’a göre analizdir. Kendi analiz tecrübelerinden hareketle Rank, hastalarının bilinçdışlarının iyileşme süreçlerini tipik olarak doğum sembolleriyle anlattıklarını ve bu aşamada yeniden doğuş fantezisi, anne rahmi fantezisi gibi fantezilerle sıkça karşılaştığını belirtir.⁶⁹ Dolayısıyla analiz, hastanın kendi doğumunu tekrarladığı bir süreçtir; analist ise ilksel nesne olan annenin ikamesi, hasta da analistin yeni doğmuş manevi çocuğunu simgelemektedir. Rank, bunu şöyle ifade etmektedir: “Sonuç itibarıyla analiz, tam olarak baş edilmemiş doğum travmasını sonradan alt etme faaliyeti olarak karşımıza çıkmaktadır.”⁷⁰

Rank, doğum travmasını aşma sürecinin kendini biyolojik olgularda da gösterdiğini, bu biyolojik olguların tekrar rahim içi durumu oluşturmaya yönelik olduğunu ileri sürer. Rank, uykunun rahim içi durumla neredeyse aynı olduğunu ve insanın yaşamının yarısını uykuyla geçirmesini, doğum travmasının aşılammış olduğunun kanıtı olarak düşünür.⁷¹ Rank’a göre, bunun dışında özellikle anne karnındaki varoluşu betimleyen arzu rüyaları ve doğum travmasını betimleyen kaygı

⁶⁶ Rank, **a.g.e.**, s. 120.

⁶⁷ Otto Rank, **Hakikat ve Gerçeklik**, Çev. Şirin Etik, İstanbul, Pinhan Yayıncılık, 2018, s. 45.

⁶⁸ Rank, **a.g.e.**, 2018, s. 44.

⁶⁹ Rank, **a.g.e.**, 2014, s. 26.

⁷⁰ Rank, **a.g.e.**, 2014, s. 26-27.

⁷¹ Rank, **a.g.e.**, s. 76.

rüyaları da biyolojik olgular arasında yer almaktadır. Rank, bu durumu şöyle açıklar: “Nevrotiklerin ve sağlıklı insanların rüyalarında aynı öğelerin kullanımı, suya bırakılmanın tam olarak *doğumun sembolik ifadesi* olduğunu gösterir. Çocuk sudan çıkar. Sepet, kutu ya da tekne sadece muhafaza kabıdır, rahimdir; yani suya bırakılma, karşıtıyla olsa da, açıkça doğum sürecini gösterir.”⁷²

İlksel arzuyu tatmin etmenin ve doğum travmasını aşmanın en etkili yolu olarak Rank, cinsel birleşmeyi ve onunla birlikte üremeyi öne sürer. Çünkü cinsel birleşmeyi sembolik ve gerçek anlamda rahme dönmenin en kapsamlı şekilde yerine getirildiği bir eylem olarak görür. “Cinsel tatmin, insanın doğum travmasını biyolojik ve kültürel olarak aşma (uyum sağlama) çabasında ilksel durumu çocuksu anlamda - yani tüm içeriğiyle- yeniden oluşturmaya bile, ona en çok yaklaştığı geçiş noktasıdır.”⁷³ demektedir. Fakat bu erkek için daha geçerlidir, vajina deliğine girmekle anne bedenine kısmi bir dönüşü yakalayan erkek, penisini küçük çocuğun sembolü – “ufaklık”- ile özdeşleştirerek rahme tam bir dönüş sağlamaktadır. Kadın ise kendini penisle ya da erkekle özdeşleştirerek anne karnındaki duruma yaklaşabilmektedir. “Ama kadın için ilksel arzuyu tatmin etmenin anne sevgisi halinde beliren normal ve daha ötelere gidebilen bir başka yolu vardır: kendini bedeninin meyvesiyle özdeşleştirmek.”⁷⁴ Dolayısıyla Rank’a göre kadın, anne olmakla yani hamile kalıp çocuk doğurarak ilksel durumu tecrübe eder. Bir zamanlar anne rahminin cennetimsi durumunu ve ilksel birliği yaşamış olan kadın, şimdi de kendisini karnındaki çocuğuyla özdeşleştirerek ve onu doğurarak adeta kendi doğuşunu tekrar deneyimler. Nihayetinde bu, erkekten farklı olarak, kadın için fiziksel ve psikolojik anlamda yeniden doğuşu sağlamaktadır.

Erkek ve kadın arasındaki cinsel birleşmeyi anne ile çocuk arasındaki ilksel durumun kısmen ikamesi olarak gören Rank, bu birleşmeyi doğum travmasını aşma yolundaki en büyük biyolojik girişim ve Platon’un bahsetmiş olduğu, öncesinde bir olan daha sonra birbirinden ayrılmış olan iki parçanın özlemini betimleyen bir durum olarak görür. Yani platonik aşk denilen şey aslında çocuğun annesine ve annesiyle olan

⁷² Otto Rank, **Kahramanın Doğuşu Miti – Mitolojinin Psikolojik Yorumu**, Çev. Gökçe Yavaş, İstanbul, Pinhan Yayıncılık, 2016, s. 83.

⁷³ Rank, **a.g.e.**, 2014, s. 44.

⁷⁴ Rank, **a.g.e.**, 2014, s. 51.

birliğine duyduğu büyük özlemdir. Rank’a göre bu özlemi dindirmenin en iyi yolu cinsler arası aşkı doruğa ulaştıran cinsel birleşmedir, bu birleşme tam halini, yeni bir ceninin oluşmasıyla kazanmış olur.⁷⁵

1.3. Sandor Ferenczi

“regressus ad uterum”

Freud’tan sonra doğum travmasının izleri, Freud’un öğrencilerinden ve aynı zamanda Rank’ın en yakın arkadaşlarından biri olan Macar asıllı psikiyatr ve psikanalizci Sandor Ferenczi’nin çalışmalarında bulunabilir.⁷⁶ Tüm fiziksel ve fizyolojik olguların meta-fiziksel (yani psikolojik) bir açıklama gerektirdiğini düşünen Ferenczi, bu olguların ötesine gitmeye ve onları psikolojik anlamda irdelemeye çalışmıştır.⁷⁷ Rank, doğum travmasının etkilerini daha çok bireysel ve psikolojik anlamda açıklarken Ferenczi ise daha çok biyolojik ve soyoluşsal düzeyde ele almaktadır. Kendisi, bu konuda Rank’ın çalışmalarının, genital kuramı için bütünlüyci olabileceğini belirtir.⁷⁸

Ferenczi genel olarak teorilerini, Freud’un biyoloji ile psikoloji düşünceleri arasında bağlantı kurarak oluşturmuştur. Embriyolojik, fizyolojik ve psikolojik olguları yorumlarken “bioanalitik” adında yeni bir bilimsel metot ortaya çıkarmıştır. Bu metoda göre genital içgüdüler nihayetinde “denizsel regresyon” (thalassal regression) dayanır ve rahme spermleri yerleştirmeyi amaçlayan cinsel içgüdü aslında aynı zamanda uterusu dönme eyleminde bulunur, yani buradaki uterus bütün yaşamın kendisinden südür ettiği denizi sembolize etmektedir.⁷⁹ Denizsel regresyonun yanında, genel anlamda regresyon, Ferenczi için geçmişin şimdiki zamanda tekrardan

⁷⁵ Rank, **a.g.e.**, 2014, s. 54.

⁷⁶ Robert Kramer, **The Bad Mother Freud Has Ever Seen: Otto Rank And The Birth Of Object-Relations Theory**, Journal of The American Academy of Psychoanalysis, 23(2), 293-321, 1995, s. 297.

⁷⁷ **Ferenczi For Our Time – Theory And Practice**, Editors: Judit Szekacs-Weisz And Tom Keve, London, Karnac Books, 2012, s. xxxi.

⁷⁸ Ferenczi **a.g.e.**, s. 42.

⁷⁹ Alexander, Eisenstein and Grotjhan, **a.g.e.**, s. 18.

yaşanılması anlamına gelmektedir, diğer bir deyişle regresyonun terapötik değerinin olduğunu düşünür.⁸⁰

Birçok analist tarafından bir şaheser olarak kabul edilen *Psikanaliz Açısından Cinsel Yaşamın Kökenleri (Thalassa: A Theory of Genitality)* adlı eserinde, besleyici ve koruyucu olan rahme olan özlemden bahseder ve rahme dönmeyi amaçlayan cinsel içgüdüyü, ölüm içgüdüünün bir versiyonu olarak kabul eder.⁸¹ Yani cinsel içgüdü, nihayetinde ölüm içgüdüünün arzu ettiği ceninsel varoluş düzeyindeki ya da daha geriye götürülürse, bütün canlıların içinden türemiş olduğu makro rahim olan denizdeki hiçliği ve salt dinginliği amaçlamaktadır. Gerek İtalyanca'da “mare” ve İspanyolca'da “mar”, gerekse Fransızca'da “mer” deniz anlamalarına gelir ve bu sözcükler anne anlamına gelen “madre” (İspanyolca-İtalyanca) ve “mère” (Fransızca) sözcüklerine çok benzemektedir.*

Ferenczi, insanın doğar doğmaz daha önce ana karnında işgal ettiği yeri durmadan yeniden kurmak istediğini ve uykuda, düşlerde, cinsel yaşamda, düşsel ürünlerde bu ilkel arzuyu gerçekleştirmek için sonuna değin çaba harcadığını ileri sürer.⁸² Birinci Dünya Savaşı sırasında boş kaldığı saatlerde, Freud'un *Cinsellik Kuramı Üzerine Üç Deneme* adlı eserini Macarcaya çevirirken çok etkilenir ve cinsel birleşmenin derinliğini fiziksel, evrimsel ve psikolojik anlamda irdeleyerek kuramını bireyoluşsal ve soyoluşsal olmak üzere iki koldan açıklar.⁸³ Ferenczi, cinsel birleşmeyi, bireysel düzeyde ana karnına dönüş arzusunu simgesel, sanrılı ve gerçek olarak yerine getirirken soyoluşsal düzeyde de insanın daha önce kendi yaşamının yani denizin dışına çıkmaya başlayan türün eski yaşamına -denize- mutlu dönüşü olarak açıklar.⁸⁴ Bireyoluşsal düzeyde, cinsel birleşme vasıtasıyla spermlerin uterusu ulaşmasını gerçek; cinsel organın simgesel ve geri kalan tüm vücudun sanrılı olarak ana karnına bir dönüş gerçekleştirdiğini ayrıca dünyaya uyum için yapılan ilk ve en

⁸⁰ **The Legacy Of Sandor Ferenczi**, Ed. Lewis Aron and Adrienne Harris, Hillsdale NJ, The Analytic Press, 1993, s. 13.

⁸¹ **On Freud's “Beyond the Pleasure Principle”**, Ed. Salman Akhtar, Mary Kay O'Neil, New York, Routledge, 2018, s. 261.

⁸² Ferenczi, **a.g.e.**, s. 35.

⁸³ Ferenczi, **a.g.e.**, s. 10.

⁸⁴ Ferenczi, **a.g.e.**, s. 8.

*Feride Deniz'in notu.

önemli savaşım olan doğum travmasının üstesinden gelinip mutlu doğumun yaşantılandığını ileri sürer.⁸⁵

Ferenczi, doğumu bireysel bir felaket olarak betimlerken, türlerin kuraklık nedeniyle denizden ayrılışını da soyoluşsal bir felaket olarak görür ve bu iki olay arasında birçok koşutluk olduğunu çeşitli örneklerle açıklar.⁸⁶ Örneğin, bebeğin anne karnında bir balık gibi yaşarken daha sonra anne karnından ayrılıp ciğerlerini kullanmasını denizden ayrılmak zorunda kalan ve daha sonra kara yaşamına adepte olan canlılara benzetir ve bu durmu şöyle açıklar:

“Yüksek memeli hayvanların dölyatağının varlığı, deniz döneminin varoluşsal biçiminin bir yinelenmesi değil mi, benzer biçimde doğum, bu büyük yıkımın, yani hayvan türlerini ve bu arada herhalde bizim atalarımız olan hayvanları denizlerin kuruması sırasında sert karasal yaşama uymaya ve özellikle solungaçlarını bırakıp havayla soluyacak organları geliştirmeye zorlayan yeryüzü değişikliklerinin bireysel olarak kısaca yenilenmesi değil mi, bir kez daha düşünelim”⁸⁷

Ferenczi, cinsel birleşme esnasında bireyin sperm hücreleriyle aynı kimliğe bürünmesi nedeniyle bilinçdışındaki her iki felaketin dile geldiğini ileri sürer. Bir salgı olarak sperma aslında bir zamanlar terk edilmiş olan denizi de temsil eder. Aynı şekilde dölyatağı sıvısının da denizden kalma olduğunu ve dölyatağı sıvısının ana karnına “girmiş” denizi temsil ettiğini söyler.⁸⁸ Ferenczi, eski zamanlarda terkedilmiş olan “denize dönüş özlemi”nden bahseder⁸⁹ ve annenin denizle olan ilişkisini şöyle açıklar:

“Büyük bir olasılıkla bu güdülenme, yitirilmiş yaşam biçimini yeniden kurmayı amaçlayan çabaya karşılıktır. Bu yeniden kuruluş, aynı zamanda içinde besleyici maddeler bulunan ıslak bir ortamda gerçekleşecektir; bunun bir diğer anlamı, sudaki yaşamı, ıslak ve besin bakımından zengin ana karnında yeniden gerçekleştirmektir...demek ki anne, gerçekte denizin simgesidir, ya da onun yerini kısmen alır...”⁹⁰

Ferenczi, uykuyu, ölümü ve cinsel birleşmeyi doğum travmasıyla ilişkilendirir; “...insan adeta tümüyle doğmamıştır, uykuya daldığı zaman, yaşamını neredeyse

⁸⁵ Ferenczi, **a.g.e.**, s. 32-33.

⁸⁶ Ferenczi, **a.g.e.**, s. 129.

⁸⁷ Ferenczi, **a.g.e.**, s. 64.

⁸⁸ Ferenczi, **a.g.e.**, s. 76.

⁸⁹ Ferenczi, **a.g.e.**, s. 71.

⁹⁰ Ferenczi, **a.g.e.**, s. 73.

yarısını ana karnında geçirir” demektedir.⁹¹ Uyku ve cinsel birleşmenin, tüm psişik yaşamın doğum öncesi varlık biçimine belki de soyoluşsal planda en eskiye dönüşü ve geçmişte kalan durumun yeniden kurulmasına yönelik olduğunu belirtir. Ona göre, ölüm de geçmişe dair bilinçaltındaki salt dinginliğe dönme özlemini barındırır, diğer bir deyişle aslında ölüm güdüsü ile yaşam güdüsü arasında tam bir ayrım yoktur, nihayetinde inorganik olan maddede bile bir “yaşam tohumu” vardır.⁹² Nihayetinde Ferenczi, “...ölümde de, uykuda ve cinsel birleşmede olduğu gibi, ana karnına dönüşe benzer özellikler ortaya çıkar”⁹³ demektedir. Bütün bu etkinlikler insanın ilksel birlik ve bütünlüğünü yeniden kurmasını amaçlayan davranışlardır ve hepsi birbiriyle ilişkilidir. Ferenczi bu ilişki ve benzerliği şöyle ifade etmektedir: “Yaşam nasıl bir doğum sarsıntısıyla başlıyorsa, her zaman da öyle bir yıkımla bitiyor.”⁹⁴

1.4. Michael Balint

Ferenczi’nin öğrencisi ve nesne ilişkileri ekolünün öncülerinden olan Macar asıllı profesör Michael Balint,⁹⁵ Freud’un birincil narsisizm dediği evreyi çelişkili ve belirsiz bularak bebeğin ilk yıllarda çevresiyle yaşantıladığı ilk ilişkiye “ilk aşk” (primary love) demektedir.⁹⁶ İlk aşk, ceninin koruyucu, sevecen, şefkatli ve huzur dolu anne rahmindeki durumudur, başka bir deyişle insanın tecrübe etmiş olduğu ilk en mükemmel varoluş formudur. Annenin merkezi bir figur olduğu bu çevrede, ceninin annesiyle ve ilgili nesnelerle yaşantıladığı bu ilişki “ilk ilişki” (primary relation)dir.⁹⁷ Freud’un birincil narsisizm teorisine göre birey çevresiyle neredeyse hiç veya herhangi bir ilişkisi olmadan doğar. Balint buna katılmaz, ilk aşk olarak öne sürdüğü teorisinin insan hayatında sadizm ve nefretin olmadığı anlamına gelmediğini, bunların kaçınılmaz olan hayal kırıklıklarının sonucunda oluşan ikincil fenomenler olduğunu

⁹¹ Ferenczi, **a.g.e.**, s. 93.

⁹² Ferenczi, **a.g.e.**, s. 118.

⁹³ Ferenczi, **a.g.e.**, s. 119.

⁹⁴ Ferenczi, **a.g.e.**, s. 119.

⁹⁵ Michelle Moreau Ricaud, **Michael Balint: An Introduction**, The American Journal of Psychoanalysis, Vol. 62, No. 1, March 2002, 17-24, s. 18, Harold Stewart, **Michael Balint : An Overview**, The American Journal of Psychoanalysis, Vol. 62, No. 1, March 2002, 37-51, s. 37,

⁹⁶ Michael Balint, **Basic Fault: Therapeutic Aspects of Regression**, New York, Travistock Publications, 1979, s.65; Paul H. Ornstein, **Michael Balint Then And Now: A Contemporary Appraisal**, The American Journal of Psychoanalysis, Vol. 62, No. 1, March 2002, pp. 25-35, s. 30.

⁹⁷ Endre Schnell, M.D, **Michale Balint: His Theoretical Work in The Mirror of Medical Thinking**, Balint 2002; 3(2): 44-51, s. 48.

belirtir. Ona göre hayatta asli olan şey, insanın tüm gayretinin amacı, huzur içinde sevebilmek için çevresiyle her şeyi kuşatan bir uyumu sağlamaktır – ya da muhtemelen bu uyumu tekrar oluşturmaktır.⁹⁸

Balint, cenin etrafındaki çevrenin kateksizinin bir çocuk ya da yetiştikinden daha yoğun olduğunu ve muhtemelen bu çevrenin ayrılaşmamış bir yapıda olduğunu söyler. Bu çevrede, bir yandan içinde henüz herhangi bir obje bulunmadığını diğer yandan da neredeyse içinde hiçbir yapıya sahip olmadığını, bihassa bireye karşı keskin sınırlar olmadığını belirtir; yani çevre ve birey birbiri içine nüfuz eder, “uyumlu bir karışım” (harmonious mix-up) içinde beraber var olurlar. Bu “birbirine nüfuz eden uyumlu karışım” (*harmonious interpenetrating mix-up*)’ın örneği (en arkaik ve en yaygın sembollerden biri olan) denizdeki balıktır. Ona göre, solungaçlardaki ya da balığın ağzındaki suyun denize ya da balığa ait olup olmadığını sormak beyhudedir, bu tam olarak anne karnında amniyotik sıvı içinde yaşayan fetüs için de geçerlidir.⁹⁹ Balint, balık ve su durumunda olduğu gibi insanın hava ile olan ilişkisinde de keskin sınırların olmadığını belirtir. İnsanı çevreleyen hava ile ilişkisinin de tam olarak aynı kalıba sahip olduğunu, insanın havayı kendisinden ayrı bir obje olarak düşünmediğini, onun sadece insan tarafından kullandığını ancak çevre değişince veya hava alışverişine müdahale edildiğinde bu durumun farkına varabileceğini söyler.¹⁰⁰

İlk aşk teorisine göre, birey hem biyolojik hem de libidinal olarak çevresiyle yoğun bir ilişki içindedir. Doğumdan önce, benlik ve çevre, uyumlu bir biçimde “karışmıştır” (mixed-up), aslında onlar birbiri içine nüfuz etmektedir. Balint, bu dünyada, daha önce bahsettiği gibi, henüz hiç nesne olmadığını sadece sınırsız madde veya genişlemeler olduğunu ileri sürer. Balint, doğum çevreyi kökten değiştirerek bu dengeyi alt üst eden bir travmadır ve -gerçek bir ölüm tehdidi altında- yeni bir adaptasyon biçimine zorlar, demektedir.¹⁰¹ Onun teorisine göre, doğum, her halükarda birey ve çevre arasındaki ayrımı başlatır ya da büyük ölçüde bu süreci hızlandırır. Ego dahil olmak üzere objeler, maddelerin karışımından ve ahenkli sınırsız genişlemenin

⁹⁸ Balint, **a.g.e.**, s. 65.

⁹⁹ Balint, **a.g.e.**, s. 66.

¹⁰⁰ Balint, **a.g.e.**, s. 67.

¹⁰¹ Balint, **a.g.e.**, s. 67.

kırılmasından ortaya çıkmaya başlar.¹⁰² Çevre ya da bir obje ile ilişki geliştirildiğinde, mevcut durum ile bir önceki bozulmamış armoni arasında önemli bir farklılık oluşursa, libido egoya çekilebilir, ki bu -belki de zorunlu yeni adaptasyon sonucu olarak- ilk evrelerdeki “birlik”(oneness) hissini tekrar elde etmek için gelişmeyi başlatır ya da hızlandırır. Libidonun bu parçası, ilksel orijinal çevre kateksisine ikincil olarak narsistik olacaktır.¹⁰³ Balint, ayrıca psişedeki *primary objects* diye adlandırdığı ilk objelerden bahseder, bireyin bu ilk objelerle olan ilişkisinin her zaman farklı ve dünyadaki herhangi bir şeyden daha ilkel olacağını, bunların en başta insanın annesi olmak üzere, birçok insan için arkaik anne sembolü olan dört element su, toprak, hava ve daha az sıklıkla ateş olduğunu söyler.¹⁰⁴

Balint, ilk aşkın, dışarıdan gelen bir müdehaleye karşı toleranslı olmadığını dolayısıyla agresif semptomun ancak özne ile ilk objesi ya da maddesi ile arasındaki denge ve uyumun bozulmasıyla ortaya çıktığını ileri sürer. Nefret nasıl bu ilişkinin içine girer? Ona göre, nefret, ilk aşka koşulsuz bağımlılığın sürekliliğidir, bir farkla ki onun belirtisi negatife değiştirilmiştir.¹⁰⁵ Buradan anlaşıldığı gibi Balint, nefreti Freud gibi birincil saymayıp ilk aşktaki denge ve uyumun bozulmasına bağlar, asıl olan nefret değil aşktır. Narsisizm bu ilksel ilişkiye göre ikincildir, birey ve çevre arasında bozulan uyum, bireyin hüsrana uğramasına neden olur ve böylelikle birey çevreden kateksizinin bir parçasını geri çeker ve egosunun gelişmesine yatırımda bulunur.¹⁰⁶ Balint, nesne ilişkilerinden önce bir ön aşama ya da iki aşama vardır demektedir. Çocuğun henüz bir nesnesi olmayan oto-erotizm ve kendi egosunu ilk aşk nesnesi olarak aldığı narsisizm diye ikiye ayırır.¹⁰⁷ Ona göre, ilkel ve nihai amaca ulaşmak için tek yol olarak görülen -sevmek, tatmin edilmek– narsisizmdir. Balint bunu şöyle açıklar: “*Eğer dünya beni sevmiyorsa, ben kendimi sevmek ve tatmin etmek zorundayım.*”* Sonuç olarak, libidinal narsisizm ikincil niteliktedir, demektedir.¹⁰⁸

¹⁰² Balint, **a.g.e.**, s. 67.

¹⁰³ Balint, **a.g.e.**, s. 67.

¹⁰⁴ Balint, **a.g.e.**, s. 68-69.

¹⁰⁵ Balint, **a.g.e.**, s. 71.

¹⁰⁶ Balint, **a.g.e.**, s. 72.

¹⁰⁷ Michael Balint, **Primary Love And Psycho-Analytic Technique**, First edition 1952, New York, Routledge, 2018, s. 50.

*Balint bu cümleyi italik halinde yazmıştır.

¹⁰⁸ Balint, **a.g.e.**, 2018, s. 63.

Aynı şekilde Balint, nefreti de sevgiye göre ikincil bulur. Nefrete sevgiyle aynı statü verilip verilemeyeceği konusunda ciddi şüphelerinin olduğunu ifade eder, fakat aşkın, daha genel ve hepsinden öte, daha ilkel bir nesne ilişkisi biçimi olduğunu, diğer yandan da nefretin daha az genel olup ikincil nitelikte olduğunu düşünür.¹⁰⁹ Nihayetinde, tüm içgüdülerin nihai amacının, nesneyle olan birleşme, ego-nesne kimliğinin geri kazanılması olduğunu öne sürer.¹¹⁰

Ferenczi'nin genital teorisini kastederek Balint, anne ve deniz arasında paralellik kurar, anne için ontogenetik** arzu varken deniz için de filogenetik*** anlamda bir arzu olduğunu belirtir.¹¹¹ Balint, Rank'ın öne sürdüğü gibi anne rahmine dönme arzusu ve buna engel olan doğum travmasından da bahseder.¹¹² Bireysel anlamda anne rahmine dönme isteğinin, soyoluşsal anlamda da denize dönme isteğiyle bir paralellik arz ettiğini öne sürer. Ona göre, tüm libidinal çabanın nihai amacı orijinal uyumun korunması ya da yeniden inşa edilmesidir. Balint, daha sonra orgazma eşlik eden vecdsel hali *unio mystica* ve Freud'un "okyanussal his" diye adlandırdığı kavramlarla ilişkilendirir, bunlarda ortak olan şey benlik ile ilksel obje arasındaki sınırların geçici bir süre ortadan kalkmasıdır. Balint, *unio mystica*'nın, birey ve çevresinin en önemli kısımlarında, aşk nesneleri arasında birbirine nüfuz eden uyumlu karışımın yeniden kurulması, tüm insanlığın arzusu olduğunu ileri sürer.¹¹³ Bunun için en yaygın yolun uyumlu bir partnerliğin ve bu partnerle yaşanan orgazm olduğunu belirtir. Bunun yanında yetişkin yaşamında bu nihai hedefe ulaşmak için birkaç olasılık daha olduğunu ve hepsinin de önemli beceri ve yetenekler gerektirdiğini belirtir. Bunlar dini vecd, sanatsal yaratımdaki yüce anlar, son olarak belki de hastalar için olsa da analitik tedavi sırasında belirli gerileme dönemlerini içerir. Balint, bunların narsistik içe çekilmeye benziyorsa da hepsinin temel ortak bir özelliği olduğunu söyler; bu kısa anlarda, birbirine tamamen nüfuz eden uyumlu karışımın içinde birey

¹⁰⁹ Balint, **a.g.e.**, 2018, s. 150.

¹¹⁰ Balint, **a.g.e.**, 2018, s. 101.

¹¹¹ Balint, **a.g.e.**, 2018, s. 31.

¹¹² Balint, **a.g.e.**, 2018, s. 71.

¹¹³ Balint, **a.g.e.**, 1979, s. 74.

**Ontogenetik, bir organizmanın döllenmiş yumurtadan, olgun formuna ulaşmaya dek izlediği gelişim süreci anlamına gelir.

***Filogenetik, biyolojide çeşitli organizma grupları (örneğin türler veya topluluklar) arasındaki evrimsel ilişkinin araştırması anlamına gelir.

her uyumsuzluğunun giderildiğini gerçekten ve tam olarak deneyimleyebilmesi, o an için, o ve tüm dünyanın bozulmamış bir anlayışta birleşmiş olduğunu hissetmesidir, demektir.¹¹⁴

Balint, tüm erotik çabaların amacının, ilk nesne aşkında bulunduğu şekilde ilk aşk objesiyle uyumu, onunla birlik duygusunu elde etmek için olduğunu ileri sürer.¹¹⁵ Ferenczi'de olduğu gibi, Balint de bebeğin anne ile olan nesne ilişkisinin birincil olduğuna, bu ilişkinin temelde biyolojik ve fiziksel olup zihnin en erken, en derin ve en ilkel katmanlarında mevcut olduğunu savunur.¹¹⁶ Balint hakkında yazılar yazan doktor Endre Schnell, Balint'ın ilk aşk diye adlandırdığı ilk ilişkinin, ilk büyük şokunu doğum travması esnasında geçirdiğini ileri sürer. Bu olaydan sonra, bireyin çevresinden ayrılığının gittikçe arttığını, evrensel sonsuz armoninin duraksadığını belirtir. Ona göre, en sevgi dolu bakıma rağmen -zamanı, kapsamı ve derinliği değişebilir- birey bu travmatik ve hüsrân verici durumdan kaçamaz, ki bu az çok herkesi ilgilendiren bir durumdur. Schnell, bu evrensel prensip ve olayın bizi Balint'ın merkezi konsepti olan “temel kusur”a (basic fault) götürdüğünü ve bunun temel kusur olduğunu çünkü dünya üzerinde insan hayatının derin geçmişinin en eski olayını taşıdığını söyler. Bu bir kusurdur çünkü çok eski, hatta daha ilkel bir sihrin geri dönüşümsüz kırılmasına işaret eder, demektir.¹¹⁷ Schnell, İlk aşkın bize eski geleneklerde, dinlerde, mitlerde ve her erkeğin ve kadının aklında yaşayan *Cennet durumunu* hatırlatığını söyler. Bunun, bir yandan evrensel ve ebedi nostaljinin konusu olduğunu diğer yandan da her insanın yani bütün insanlığın bir umudu ve hedefi olduğunu iddia eder.¹¹⁸

Schnell, analogik anlamda düşünülürse, temel kusur kavramının doğum travmasıyla yakından ilişkili olduğunu belirtir. Doğum travmasının cennet bahçesinden kovulma anlamına geldiğini bu anlamda “temel kusur”un da günahların, hastalıkların, ıstırapın ve travmaların eski kaynağı ve modeli olan *asli günah* ile ilişkilendirilebileceğini ileri sürer.¹¹⁹ Rank zaten insanın doğum travmasını

¹¹⁴ Balint, **a.g.e.**, 1979, s. 75.

¹¹⁵ Stewart, **a.g.m.**, s. 43.

¹¹⁶ Stewart, **a.g.m.**, s. 39.

¹¹⁷ Schnell, **a.g.m.**, s. 48.

¹¹⁸ Schnell, **a.g.m.**, s. 48.

¹¹⁹ Schnell, **a.g.m.**, s. 48.

Hristiyanlık'taki ilk günah mitosu/düşüş mitosu ile ilişkilendirmiş ve insanlık tarihinin ilk trajedisi olarak görmüştür¹²⁰ ve bu sebeple ona göre Tanrı ile yaşanan bu temel kusur, dünya üzerinde anne ile yaşantılanmaktadır. Rank'a göre, bu yüzden insan kaybetmiş olduğu doğum öncesi saf birlik ve bütünlüğe hep özlem duymaktadır, bu insanın en derin arzusudur.

1.5. Jacques Lacan (1901-1981)

“İnsanlar prematüre doğarlar”

Jacques Lacan, Freud'dan sonra en önemli psikanalistlerden biri olarak görülür zira çalışmalarıyla psikanalizi dönüştürmüştür. Düşünceleri; edebiyat, film çalışmaları, kadın çalışmaları ve toplumsal teori gibi disiplinlere de ilham kaynağı olmuş ve eğitim, hukuk incelemeleri ve uluslararası ilişkiler gibi çeşitli alanlara da uygulanmaktadır.¹²¹ Lacan, insanların prematüre doğduğunu söyler, insanların daima erken doğduğunu ve kendi kendilerine kalsalar büyük olasılıkla öleceklerini belirtir.¹²² Çünkü ona göre insanlar doğunca ne yürüyebilir ne de koşabilir; motor işlevleri çok kısıtlı ve biyolojik bütünlükleri yetersiz düzeydedir. Ona göre, bebek büyüye kadar annesiyle ve çevresiyle bir birlik ve bütünlük içinde yaşar ancak yaklaşık 6-8 aylarında aynada kendi görüntüsüyle karşılaştığında bu ahenk ve uyum parçalanır, bebeğin benliğinde bir yarılma meydana gelir.¹²³

Bebek, daha önce içinde yaşamış olduğu bu homojen âlemden sıyrılır, aynada özdeşleştiği imgesiyle beraber bir özne olmaya başlar, yani Lacan'a göre ego, bu ayna evresinde meydana gelir. “Ayna evresi denmekle birlikte, ayna adı altında imlenen kavram, gerçek bir ayna ya da bir imgeyi yansıtacak -örneğin su gibi- herhangi bir

¹²⁰ Rank, **a.g.e.**, 2018, s. 44.

¹²¹ Sean Homer, **Jacques Lacan**, Çev. Abdurrahman Aydın, Ankara, Phoenix Yayınevi, 2013, s. 9.

¹²² Darian Leader, Judy Groves, **Lacan - Yeni Başlayanlar İçin**, Çev. Gül Çağalı Güven, İstanbul, Milliyet Yayınları, 1997, s. 18.

¹²³ Marianne Chouchan, **Le stade du miroir chez l'enfant**, 2018, (Çevrimiçi) <https://www.doctissimo.fr/bebe/eveil-de-bebe/intelligence-de-bebe/stade-du-miroir> 30.09. 2019.

düzlem olabileceği gibi başkalarının -annesinin- çocuğun gözlerine yansıyan imgesi de olabilir.”¹²⁴

Bebek, kendisinin farkına varmadan önce kendisini, annesinden ve çevresinden ayrı bir varlık olarak algılamaz ve ayrılaşmış bir benliğe sahip değildir, yani bir özne konumunda değildir. Bebeğe zaman ve mekan algısı yoktur, aynı zamanda kendi bedeninden de haberi yoktur.¹²⁵ Fakat bu durum bebeğin kendisini aynada ayırt etmesiyle çözülmeye başlar, bebeğin kendisini “ötekiden” özellikle ilk öteki olan anneden farklı ve ayrı olduğunun farkına varmasını sağlar ve annesiyle yaşantıladığı sembiyotik ilişkinin anaklitik bir özelliğe dönüşmesine neden olur.¹²⁶ Bebeğin bu evrede ilksel kaynağı olan annesinden kopuşu ve kendisini ayrı bir obje olarak algılaması, bebeğin bireyselleşme ve özerkleşme sürecinin başlatıcısıdır. Bebeğin hayatında belirleyici bir değere sahip olan bu süreç, bebeğin psikolojik olarak olgunlaşmasını ve kendi sınırlarının farkına varmasını sağlar.

Bebeğin annesiyle birlik ve bütünlük içinde yaşadığı bu sürecin sonlanması bebeğin bilinçaltında daima taşıyacağı bir “eksiklik”i beraberinde getirmesine sebep olur. Lacan’a göre, arzu da eksiklikten, mevcut olmayan bir durumdan doğmaktadır.¹²⁷ Saffet Murat Tura, Lacan’da ayna evresinin çocuk için eksiksizliğe, Nirvana’ya ulaşmak için annesi ile özdeşleştiği, annesi için her şey olmak arzusuyla kendi bedensel imgesini kazanmaya yöneldiği dönem olduğunu söyler.¹²⁸ Lacan, arzunun nedeni için kullandığı terim objet petit a (nesne a)dır.¹²⁹ Birey, bilinç dışında varlığını sürdüren bu eksikliği gidermek ve tamamlamak için durmadan hayatı boyunca bu kaybı dolduracak bir varlık veya bir şey arar, Lacan’ın deyişiyle bu “objet petit a”dır- ulaşılmayan ve elde edilemeyen arzunun nesnesi. İstanbul’da, 2011’de düzenlenmiş

¹²⁴ Dursun Baklava, **Lacancı Psikanalitik Yöntem ve Yazınsal Yapıt Çözümlemesi**, Atatürk Ü. SBE, Erzurum, 2005, Doktora Tezi, s. 34.

¹²⁵ İ. Ferhan Dereboy, **Kimlik: Nesne İlişkilerinin Üçüncü ve En Üst Düzeyi**, Çocuk ve Gençlik Ruh Sağlığı Dergisi, 1996; 3(2), s. 114-120, s. 115.

¹²⁶ Mr D. Giffard, **Le Stade Du Miroir**, 2011, (Çevrimiçi) <http://psychiatriinfirmiere.free.fr/infirmiere/formation/psychologie/psychologie/stade-miroir.htm> 21.05.2017

¹²⁷ Bruce Fink, **Lacancı Psikanalize Giriş : Klinik ve Kuram**, Çev. Özgür Ögütçen, İstanbul, 2016, s. 80.

¹²⁸ Saffet Murat Tura, **Freud’dan Lacan’a Psikanaliz**, 1. bs., İstanbul, Ayrıntı Yayınları, 1989, s. 109.

¹²⁹ Fink, **a.g.e.**, s. 90.

olan “Objet Petit a: Arzumun Eksik Nesnesi” adlı bir serginin tanıtım yazısında “objet petit a” şöyle açıklanmaktadır:

“Lacan’a göre “obje petit a” henüz dile geçmeden; toplumsallık, din, kadın, erkek kavramlarının dünyasına girmeden önce, (yani bebeklikte) anneyle birlikte yaşantıladığın bütünlük halinin bitimiyle kaybettiğin şeydir. “Objet petit a” henüz konuşma dilinin içinde olmadığı zaman sahip olduğun şeydir. Daha sonra, onu kaybedip dilin/temsilin dünyasına geçtiğin vakit –yani özne haline geldiğinde- onu sonsuza kadar kaybedersin ve tüm hayatın onun yerine büyük a’lar koymakla geçer. Hiçbiri onun yerini tutmaz. Sonsuza kadar ertelenmiş bir şeydir objet petit a. İşte bu yüzden hep arzulanandır, hep boşluğu doldurulmaya çalışılır hep başarısızlığa uğratandır. İmkânsızdır!”¹³⁰

Lacan’a göre bebekte ego yapısı oluşmadan önce ilk aşk nesnesi olan annesiyle yaşantıladığı bir omnipotens (tüm-güçlülük) ve cennetimsi homojen bir dünya vardır. Bu ayna evresiyle kırılır ve parçalanmaya başlar fakat bu çözülmeyle beraber bebekte yeni bir benlik algısı oluşmaya başlar, bebek ilk kaynağından kopuşu deneyimlemekle kendisinin ve annesinin ayrı varlıklar olduğunu algılar, kendisini ve çevresini keşfe çıkar. Lacan’a göre ayna evresi de bir çeşit travma, ölüm olarak ele alınabilir. Ona göre aynı zamanda bu durum doğum travmasında olduğu gibi ilksel kaynaktan kopuşun tekrar deneyimlendiği acı verici fakat gerekli olan bir yaşam halidir. Tura, ayna evresinde kaybedilmiş olan bütünlük ve eksiksizliği ölümle ilişkilendirmekte ve bu durumu şöyle açıklamaktadır: “Freud ‘Yaşam ölüme doğru dolambaçlı bir yoldur.’ der. Çünkü yaşamda aranan yitirilmiş birincil narsisizmdir, eksiksizliktir. Nirvana’dır. O halde yaşam sadece ölümle bitmez, en eksiksiz biçimini rahimdeki ceninde bulan, mitik bir ölümle başlar. Yaşam yitirilmiş/yasaklanmış bir ölümle, vaat edilmiş bir ölüm arasında bir ölüm arayışıdır.”¹³¹ Doğum öncesi ölüme benzer bir dinginlik içinde anne rahminde egosuz, kimliksiz ve nesnesiz bir varlık olan insan, birlik ve bütünlüğünü ve ilksel kaynağını doğumla beraber geriye dönülemeyecek şekilde kaybeder, dolayısıyla hayat bir şekilde bilinçaltında mutlak dinginlikle ilişkilendirilen ölümle özdeşleştirilir. Bu sebeple Tura, ölümün hayatla eşit olduğunu, diğer bir deyişle, Tanatos’un, Eros’un ikiz kardeşi olduğunu söyler.¹³² Hayata herhangi bir benliği olmadan/egosuz bir şekilde başlayan insan, ölümle beraber

¹³⁰ **Objet Petit a: Arzumun Eksik Nesnesi**, 2011, (Çevrimiçi) <http://alanistanbul.com/turkce/gecmis/objet-petit-a-arzumun-eksik-nesnesi-2> 20.07. 2019.

¹³¹ Tura, **a.g.e.**, s. 129.

¹³² Tura, **a.g.e.**, s. 129.

tekrar egosunu geride bırakır, bundan dolayı insan için başlangıç ve bitiş birbirine çok benzer. Hayata anne karnında bir çeşit ölü varlık gibi başlayan insan, ölümlle beraber tekrar eski haline doğru bir dönüşüm içine girer.

Bebeğin yaşadığı kayıplar/travmalar sadece ilk kaynak olan rahimden ayrı düşmekle kalmaz aynı zamanda kendini annesinin bir parçası veya uzantısı olarak gören bebek için, meme de kaybetmiş olduğu nesnelerden biridir. Leader ve Groves *Lacan-Yeni Başlayanlar İçin* adlı eserde bu kaybı şöyle dile getirmektedir: “Meme, başlangıçta annenin değil, çocuğun bir parçasıdır; bebeği besleyen bir araç olarak anneden kesilip ayrılmış iken çocuğun yitirdiği bir parçadır. Bu, yalnız memeden kesilmenin yarattığı bir kayıp olmaktan öte, söz konusu ayrılığın doğum esnasında amniyotik keseden koparılma biçimindeki ilk kaybı canlandırması nedeniyle...”¹³³ Bütün bu kayıplar, akla Rank’ın doğum travmasıyla kaybedilen rahme olan özlemi ve Ferenczi’nin tüm canlılara rahim işlevi gören deniz benzetmesini ve son olarak da Balint’in bebeğin çevresiyle yaşantılamış olduğu ilk aşk evresini akla getirir. Bu kayıplar bebeğin dünyasındaki eksik nesnelerdir denebilir.

Lacan ayrıca, bebeğin ayna evresinde özdeşleşerek edindiği egoyu, kurgusal ve paranoyak bir yapı olarak görür. Çünkü bebek, dışarıdan dayatılmış bu benliği gerçek doğasıyla karıştırır. Dolayısıyla Lacan, insanın gerçeği reddeden bir organizma olduğunu savunur.¹³⁴ Yani, ego aslında bebeğin doğuştan sahip olduğu ruhsal bir mekanizma değildir, sonradan oluşmuştur ve özne olarak bebek kendisini yanlış tanımaktadır. Lacan, zaten ayna evresinde ortaya çıkan şeyin *le moi* [egoyu] tüm nevrotik acıların kaynağı olarak görür.¹³⁵

2. NESNE İLİŞKİLERİ TEORİSİNDE DOĞUM TRAVMASI

Nesne ilişkileri, bireyin kişiliğinin önemli ölçüde preodipal dönemde anne ve bebek arasındaki ilişki üzerinden meydana geldiğini ileri sürer. Bu dönemde bebeğin kendisi ile annesinin arasında kesin sınırlar yoktur, bebek kendisini annesinin bir

¹³³ Leader ve Groves, **a.g.e.**, s. 127.

¹³⁴ Barnet D. Malin, **Lacan: Mirror Opposites**, January 2011, *Psychoanalytic Inquiry* 31(1):58-74, s. 63.

¹³⁵ Deborah Anna Luepnitz , **Thinking in the space between Winnicott and Lacan**, *The International Journal of Psychoanalysis*, (2009) 90:957–981, s. 961.

parçası ya da annesini, kendisinin bir parçası olarak hisseder. Bu süreçte bebek, bu simbiyoz yaşantı içerisinde annesini ve onunla olan ilişkisini içe atım ve özdeşimle kişiliğinin bir parçası haline getirir.¹³⁶ Dolayısıyla kişinin muhatap olduğu ilk nesne ve onunla olan ilişkisi tüm hayatını şekillendirecek bir etkiye sahiptir. Nesne ilişkileri kuramına göre, bireyde temel olan şey, Freud'un deyimiyle zevk arayışı değil ilişki arayışıdır.¹³⁷

Freud'ta baba daha önemli bir unsur iken Rank'a göre kişinin hayatında annenin daha önemli bir yeri vardır. Dikkatleri babadan anneye kaydırıp annenin önemine vurguda bulunması sebebiyle Freud ile araları açılmıştır. Çünkü, Freud'un teorilerinin merkezinde olan oedipus kompleksinin yerini, anne ve çocuk ilişkisi üzerine kurulu doğum travması almıştır.¹³⁸ Bunlar göz önüne alındığında Rank'ın nesne ilişkileri kuramına da öncülük yapmış olduğu söylenebilir. Anneye yapılan bu önemli vurgu, daha sonra Ferenczi ve Balint'in yaptığı çalışmalarda da bulunabilir. Balint de Ferenczi gibi bebeğin nesne ilişkisinde annesiyle olan ilişkisinin temel olup biyolojik ve psikolojik anlamda zihnin en erken, en derin ve en ilkel katmanlarında mevcut olduğuna inanmıştır.¹³⁹ Balint, İngiliz Nesne ilişkileri ekolünün bir üyesi olarak bu teorinin gelişimine büyük katkılar sunmuş ve Melanie Klein, Donald Winnicott, Ronald Fairbairn ve Alfred Bion'la beraber özneyi, dürtüsel gerilimlere indirgeyen içgüdü kuramının tersine, özneyi nesne arayışının merkezi konumuna getiren görüşü savunmuştur.¹⁴⁰

Rank, Ferenczi ve Balint'in teorilerinde anne rahimine ve bebeğin ordaki anne ile olan uyumlu birliğine ve cennetimsi dünyasına vurgu yaparken, nesne ilişkilerinde anne rahminin yerini annenin memesi almıştır. Bu teoriye göre bebek, meme ile adeta kaynaşmış ve kendisinin bir uzantısı olarak algılamıştır. Dolayısıyla doğumdan sonra bebeğin ilişki içerisinde olduğu ikinci önemli unsur -rahimden sonra- annenin memesi olmuştur. Böylelikle anne karnındaki denge ve uyum, harici dünyada da sağlanmaya

¹³⁶ Margaret S. Mahler, Fred Pine, Anni Bergman, **İnsan Yavrusunun Psikolojik Doğumu**, Çev. Ali Nahit Babaoğlu, İstanbul, Metis Yayınları, 2018, s. 70.

¹³⁷ Good Therapy, **Object Relations**, 2016, (Çevrimiçi) <https://www.goodtherapy.org/learn-about-therapy/types/object-relations> 20.07.2019.

¹³⁸ Kramer, **a.g.m.**, s. 298-299.

¹³⁹ Stewart, **a.g.m.**, s. 38.

¹⁴⁰ Stewart, **a.g.m.**, s. 37.

devam etmiş ve bebeğin ilksel nesnesi olan anneden kopuşu kademeli bir şekilde meydana gelmiştir. Nitekim Mahler, bebeğin biyolojik doğumundan ziyade psikolojik doğumunu irdelemiş ve psikolojik doğumun kademeli olarak gerçekleştiğini gözlemlemiştir. Bebeğin zorunlu olarak anneden ayrılarak bireyleşmesini, psikolojik doğum çerçevesinde ele almış ve gelişim sürecini çeşitli evrelere ayırmıştır.¹⁴¹ Mahler'in özellikle ortak yaşama ulaşılmadan önceki yeni doğanların kendisini annesiyle ve çevresiyle bir olarak algıladığı normal otistik evre, bebeğin anne karnındaki durumuna benzemektedir.¹⁴² Onun ayrılık ve bireyleşme ile psikanalize katkıda bulunduğu kavramlar, Rank'ın doğum travmasının neden olduğu ayrılık anksiyetesini, bireyleşme kavramı da Rank'ın irade psikolojisi ve artist kişiliğini akla getirmektedir. Yalnız, Rank için bireyleşme hayat boyunca bitmeyen bir süreçtir yani insan sürekli bir doğuş halindedir. İnsanın bireyleşme süreci ancak son ayrılık olan ölüm travmasıyla, yani annenin yerini almış olan dünyadan bağlarını koparınca son bulur.¹⁴³

Rank, anneden ayrılığı ve doğum travmasını teorisinin merkezine koyarken, nesne ilişkileri teorisi doğumdan sonraki süreç ve anneyle olan ilişki üzerinde durmaktadır. Rank, doğum travması kuramında ilk nesne olan anneden ayrılışın trajedisini ve hayatın tümüne nüfuz eden etkisini dile getirmiştir. Erken anne-çocuk ilişkisinin önemine vurgu yapması, daha sonra modern psikanalitik kuramda çok önemli görülmüş ve büyük ölçüde vurgulanmıştır. Ayrıca nesne ilişkileri kuramında görülen simbiyosis, ayrılık anksiyetesi, iyi ve kötü anne gibi modern kavramların kökenlerinin Rank'a borçlu olduğu iddia edilmektedir.¹⁴⁴ Ancak nesne ilişkileri teorisindeki Melaine Klein ve Ronald Fairbairn gibi düşünürler Rank'ın katkılarını fark etmeyip görmezden gelmişlerdir. Rank da bu konuda kendisine hiç referansta bulunmadıklarından şikayet etmektedir.¹⁴⁵ Anlaşılacağı üzere Rank, nesne ilişkileri teorisinin öncüsü olmasına rağmen kendisine referansta bulunulmamış ve gereken takdiri görmemiştir.

¹⁴¹ Mahler, Pine, Bergman, **a.g.e.**, s. 1-2.

¹⁴² Mahler, Pine, Bergman, **a.g.e.**, s. 67.

¹⁴³ Kramer, **a.g.m.**, s. 293.

¹⁴⁴ Alexander, Eisenstein and Grotjhan, **a.g.e.**, s. 44.

¹⁴⁵ Kramer, **a.g.m.**, 315-316.

3. BAĞLANMA TEORİSİNDE DOĞUM TRAVMASI

“Çocuğun doğası anneye bağlıdır”

Yine annenin hayati önemine vurguda bulunan teorilerden bir başkası da nesne ilişkileri teorisinden türetilen Bowlby’nin bağlanma teorisidir.¹⁴⁶ Bağlanma teorisi, her ne kadar nesne ilişkileri teorisine çok fazla şey borçlu olsa da Freud’a alternatif olarak oluşturulan yeni bir içgüdü teorisini kullanmasıyla ondan ayrılır.¹⁴⁷ Anneyle psikobiyolojik ilksel çevre ve ilişkiyi inceleyen Bowlby, bu alanı keşfedilmemiş bir kıta “terra incognita” olarak görür ve “Gerçek şu ki insan gelişiminin en az çalışılan evresi, bir çocuğun, onu en farklı şekilde insan haline getiren her şeyi elde ettiği evredir. Bu evre hala keşfedilmemiş bir kıtadır.” demektedir.¹⁴⁸

Hayvanlar âleminde insandan başka bağlanmanın bu kadar uzun sürdüğü bir türün olmadığını belirten Bowlby, bağlanma davranışını, teorisinin merkezine koymuş ve bağlanmanın hayati bir öneme sahip olduğunu çalışmalarında vurgulamıştır. Bu nedenle, psikonevrozu ve kişilik bozukluklarını, çocuğun annenin bakımından yoksun kalması ya da anne figürü ile kurulan ilişkideki kesintiler ile ilişkilendirmiştir.¹⁴⁹

Kaygı konusuna değinirken Freud’un *Ketlenmeler, Semptomlar ve Kaygı* adlı eserinden (Rank’ın doğum travmasına ilişkin savlarına karşı yazmıştı) “Sevilen ve özlenen birinin bulunmaması kaygıyı anlamanın anahtarıdır.”¹⁵⁰ cümlesini alıntılanmış ayrıca “Rank’ın doğum travması (1924) ve Freud’un sinyal teorisi (1926) çocuğun anne onu terk ettiğinde kaygılandığını ortaya koymuştur.”¹⁵¹ yorumunda bulunarak teorisini güçlendirmeye çalışmış ve kaygıyı bağlanma figürleriyle ilişkilendirmiştir. Ayrılma kaygısı üzerine yaptığı literatür çalışmasında Rank’a da yer vermiş ve çocukların anneleriyle ayrıldıklarında duydukları kaygının doğum travmasının tekrarı olduğu görüşünü belirtmiştir. Bowlby bunu şöyle açıklamaktadır: “Doğum kaygısı

¹⁴⁶ John Bowlby, **Bağlanma**, Çev. Tuğrul Veli Soylu, İstanbul, Pinhan Yayıncılık, 2012 s. 55.

¹⁴⁷ Bowlby, **a.g.e.**, s. 55.

¹⁴⁸ Bowlby, **a.g.e.**, s. 15.

¹⁴⁹ John Bowlby, **Ayrılma**, Çev. Müge Günay, İstanbul, Pinhan Yayıncılık, 2014, s. 9.

¹⁵⁰ Bowlby, **a.g.e.**, 2014, s. 49.

¹⁵¹ Bowlby, **a.g.e.**, 2014, s. 53.

daha sonra yaşanan bütün ayrılık kaygılarının prototipidir. Rank (1924) bu durumu “doğum travması” teorisi olarak adlandırmıştır. Bu teori çocuğun bağına ana rahmine dönme isteğiyle açıklayan teoriyle bazı yönlerden benzerlik taşımaktadır.”¹⁵²

Kaygı konusunda Klein’ın görüşlerine de değinen Bowlby, Klein’ın kaygıyı ölüm iç güdüsü ile ilişkilendirdiğini, muhtelif yerlerde doğumun kaygı yaratan bir travma olduğunu ve ayrılık kaygısını doğumla ilgili görmesi sebebiyle doğum travması teorisine katılır gibi gözüktüğünü belirtmiştir.¹⁵³ Bowlby, kaygıyı, Anna Freud’un sembiyotik evrede takılma olarak,¹⁵⁴ Mahler’in “sembiyotik nesne kaygısının benliğin ayrılmaz bir parçasının kaybından duyulan korku”¹⁵⁵ ve Fairbairn’in çocuğun ana rahmine dönme isteği teorisinin dengi olan Rank’ın doğum travmasını ayrılık kaygısının protitipi olarak gördüğünü belirtmiştir. Suttie’nin (1935) ise bağlanmanın, çocuğun annesiyle “birlik olma ihtiyacından” doğduğunu ve kaygının da “engellemenin yarattığı sıkıntının ya da engellenme tehdidinde duyulan korkunun ifadesi” olarak gördüğünü açıklamıştır.¹⁵⁶ Bowlby’nin kaygı üzerine yapmış olduğu literatür çalışmasında görüldüğü gibi anne ve çocuk arasındaki bağın kaygı konusundaki kaynağının ilksel nedenlerini bulmaya çalışmıştır.

İnsanın bebeklikten yaşlılık yıllarına kadar bağlanma davranışının, yaşamının etrafında dönüp durduğu bir merkez olduğunu ve dolayısıyla bağlanmanın insan yaşamında hayati bir fonksiyona sahip olduğunu vurgulamıştır.¹⁵⁷ Freud’un “kaybolan bir şeyi özlemek olarak” tanımladığı melankoliye dair fikirlerini de nesne kaybı, yani anne/bakıcı figürünün yokluğu sonucu meydana gelen bir durum olarak görmüştür.¹⁵⁸ Nihayetinde, anlaşılacağı gibi Bowlby’e göre bağlanma insan için hayati bir öneme sahiptir. Henüz anne rahmindeyken annesine bağlanan insan, ölüme kadar bir ilişki ve bağ arayışı içinde olacak ve kendini kurduğu ilişkilerle evinde hissedebilecektir.

¹⁵² Bowlby, **a.g.e.**, 2014, s. 449.

¹⁵³ Bowlby, **a.g.e.**, 2014, s. 462.

¹⁵⁴ Bowlby, **a.g.e.**, 2014, s. 466.

¹⁵⁵ Bowlby, **a.g.e.**, 2014, s. 470.

¹⁵⁶ Bowlby, **a.g.e.**, 2014, s. 474-475.

¹⁵⁷ John Bowlby, **Kaybetme**, Çev. Nur Nirven-Nüket Diner, İstanbul, Pinhan Yayıncılık, 2015, s. 493.

¹⁵⁸ Bowlby, **a.g.e.**, 2015, s. 281.

4. HÜMANİST VE VAROLUŞÇU PSİKOTERAPİYE GÖRE DOĞUM TRAVMASI

“Dünyaya hiç gelmemiş olmak için, beni rahimde öldürmelerine izin verirdim.”*

Dostoyevski

İlk varoluşçu psikoterapist olarak kabul edilen Rank, kuramlarıyla varoluşçu psikolojinin temellerini oluşturmuş ve bu alandaki birçok kişiyi etkilemiştir. Doğum travması, varoluşsal kaygının nüvesi ve temelidir. İnsan doğarken cennetinden kovulmuş ve adeta dünyaya fırlatılmıştır. Bütün varoluşsal problemlerin kaynağı olan bu fırlatılmışlık sebebiyle insan, yokluktan varoluşa geçişte sancılı bir süreç geçirir. Barbara Bolt, *Yeni Bir Bakışla Heidegger (Heidegger Reframed)* adlı eserinde fırlatılmışlığı şöyle açıklamaktadır:

“Yaşamın ortasına fırlatılmışsınız ve onun gelgitleri, akıntıları ve çalkantılarıyla sürüklenirsiniz. Daha doğduğumuz andan, yani dışarı atılıp, biz çılgınlık ve tekmeler atarken, bir doktorun ya da ebenin bizi aldığı ve bizim kontrol edemediğimiz bir ortamda, bize sorulmamış bir zamanda, bizim seçmediğimiz bir anneyle teslim ettiği andan itibaren, kendi irademiz dışında, geleceğe doğru fırlatılırız. Heidegger buna Dasein’in fırlatılmışlığı (Geworfenheit) der.”¹⁵⁹

Varoluş felsefesindeki “fırlatılmışlık” terimiyle beraber, “angst” ya da “varoluşsal kaygı” da doğum travmasıyla yakından ilişkilidir. Rank bilinçaltının temeli ve çekirdeği olarak gördüğü doğum travmasını, tüm kaygıların ilk protitipi olarak görür, dolayısıyla varoluşsal kaygı/bulantı da doğum travmasının bir türevidir. Nitekim “angst” kelimesi etimolojik olarak incelendiğinde “dar, acı, ıstırap, boğulma, boğmak, işkence etmek, ezmek, sıkıştırmak” gibi anlamlara geldiği görülür.¹⁶⁰ Bu tür his ve duyguların insan tarafından ilk kez, bebeğin dünyaya gelirken kendisini adeta işkeceye uğramış gibi hissettiği rahim kanalından geçerken yaşadığı sıkışma, boğulma ve acıyla dolu anlardır. Dolayısıyla varoluşsal kaygının/angst’in kökeni “doğumda” yatmaktadır.

*Düşünbil Portal, *Yaşamak Gerçekten de Hiç Doğmamış Olmaktan İyi midir?*, 23.01.2018, (Çevrimiçi) <https://dusunbil.com/yaşamak-gerçekten-de-hic-dogmamis-olmaktan-iyi-midir/> 30.09.2019.

¹⁵⁹ Barbara Bolt, *Yeni Bir Bakışla Heidegger*, Çev. Murat Özbek, İstanbul, Kolektif Kitap, 2013, s. 29 ; Barbara Bolt, *Heidegger Reframed*, New York, I.B. Tauris, 2011, s. 19-20.

¹⁶⁰ Online Etymology Dictionary, (Çevrimiçi) <https://www.etymonline.com/word/angst> 30.09.2019.

Psikanalizde kaygının ana kaynakları ayrılık ve hadım etme olarak düşünülür.¹⁶¹ Bu ilksel ayrılık ve a priori evsizlik/yurtsuzluk Freudyen literatürde “tekinsizlik” terimine karşılık gelir. Bu konsept aynı şekilde Heideggerien fenomenolojide de görülebilir, kısacası insan olmak, evsizliğe doğmak anlamına gelir, bu evsizlik insanı insan yapan şeydir.¹⁶² Dolayısıyla kaygı ve doğum travması arasındaki yakın ilişki bu durumu daha da netleştirmiştir. Doğumla beraber dünyaya fırlatılan bebek, ilksel objesi olan ana rahimden ayrıldığı için bilinçaltında bunu büyük bir kayıp ve eksiklik olarak algılar ve ölene kadar dünyayı tekinsiz bir yer olarak benimser. Bu tekinsizlik duygusu, insanın çevresine karşı yabancılaşmasına ve yalnız hissetmesine neden olur. Dolayısıyla insan nostaljik bir hüznle kendisini güvende hissedeceği bir ev arayışı içerisine girer. İnsan dünyada kendisini evde hissetmemektedir, bir şey eksiktir ve bu boşluğu doldurma ihtiyacını Lacanyen anlamdaki “eksiklik”te (objet petit a) olduğu gibi, tüm hayatı boyunca gidermeye çalışır.

Heidegger’a göre Dasein dünyadaki pek çok zorunluluklar içindeyken diğer taraftan ölümlü bir varlık olduğu gerçeğiyle karşılaşmaktadır, dolayısıyla ölümle beraber gelecek olan hiçlik duygusu Dasein’in kaygı hissetmesine neden olmaktadır. Bu anlamda “ölüm/hiçlik”, kaygının en önemli kaynaklarından birisidir.¹⁶³ Doğum, bebeğin bilinçaltında ölümle özdeş olması sebebiyle (çünkü bebek doğarken öleceğini/yok olacağını düşünmektedir) varoluşsal kaygı ile doğum travması arasında sıkı bir bağ vardır. Aslında insanın kaygılı bir varlık olduğunu keşfeden ilk filozof Kierkegaard’dır. Kierkegaard’da kaygı, Tanrı karşısında duyulan bir his iken, insanın yaratılmış olmadığını düşünen Sartre veya Heidegger’de kaygı, hiçlik karşısında duyulan bir haldir.¹⁶⁴

Tanrı’nın ölümünü ilan etmesiyle felsefe tarihinde kendinden sonraki düşünürleri etkilemiş olan Nietzsche, Tanrı olmayan bir dünyanın anlamsızlığını ve insanın sonlu bir varlık olduğunu öne sürmüştür. Bu görüş, aynı zamanda varoluşçuluk

¹⁶¹ Rollo May and Irvin Yalom, **Existential Psychotherapy**, Current Psychotherapies, s. 18.

¹⁶² Sørensen, **a.g.m.**, s. 253.

¹⁶³ Haluk Aşar, **Heidegger ve Sartre Felsefesinde “Kaygı” ve “Bulanı” Kavramlarının Analizi**, FLSF (Felsefe ve Sosyal Bilimler Dergisi), 2014 Bahar, sayı:17, s. 85-99, s. 97.

¹⁶⁴ Aşar, **a.g.m.**, s. 91.

felsefisini de büyük ölçüde etkilemiştir. Tanrı yoktur ve her şey mübahtır, bu yüzden ölüme doğru yol alan insan bu dünyaya fırlatılmış, terk edilmiş ve bir başına bırakılmıştır.¹⁶⁵ Camus, dünyada anlam arayışını “absürd” kavramıyla, Sartre da varlığı ve yaşamının anlamsızlığını “bulantı” kavramıyla açıklamıştır.¹⁶⁶ Hatta Camus, *Sisifos Söyleni*’ninde anlamsız olarak gördüğü dünyada yaşamının değip değmediğinden bahsetmektedir ve intiharı felsefede temel bir problem olarak ileri sürer. Camus bunu şu şekilde ifade eder: “Gerçekten önemli olan bir tek felsefe sorunu vardır, intihar. Yaşamın yaşanmaya değip değmediği konusunda bir yargıya varmak, felsefenin temel sorusuna yanıt vermektir.”¹⁶⁷ Tanrı’nın var olmadığı bu evrende tüm sorumluluk insana aittir, kendi özgür seçim ve değerleriyle kendini gerçekleştirmek zorundadır. Bu durum, sınırlı ve ölümlü varlık olan insanı kaygıya boğmaktadır ve dolayısıyla varolmak ıstıraplı ve sancılı bir hale gelebilmektedir.¹⁶⁸

Varoluşsal görüşe göre özgürlük kendini ve kendi dünyasını yaratan insan için kaygı verici bir etkiye sahiptir. Bir yandan boşluk ve hiçlikle yüzleşen insanın diğer taraftan üzerinde duracağı sağlam bir zemini ve ölümsüzlüğü arzulaması bir çatışma yaratır ayrıca özgürlükle beraber gelen sorumluluk bu durumu daha da zorlaştırmaktadır.¹⁶⁹ Bu durum Rank’ın, bağımlılık ve bağımsızlık, boyun eğme ya da kendine yön verme kavramları üzerinden de irdelenebilir. Gençtan, bu karşıt eğilimlerin prototipinin doğum olduğunu söyler ve bunu şöyle açıklar:

“Çünkü insanın, bir başkasına tümünden bağımlı ve çaba gerektirmeyen bir durumdan, ayrı bir varlık olmayı ve kendi eylemlerinin sorumluluğunu üstlenmeyi gerektiren bir yaşama geçişi simgeler. İnsanın bağımsız olma çabası yaşamın özüdür. Bunun karşıtı, döl yatağındaki çabasız yaşam biçimine dönme ya da ayrı bir varlık olmak yerine, kendisini çevresine bırakıverme eğilimidir. Rank bunu ölüme ulaşma isteği olarak yorumlamıştır. Bir başka deyişle, ayrılık yaşamla, birleşme ölümlü eşanlamlıdır.”¹⁷⁰

¹⁶⁵ Saffet Murat Tura, *Şeyh ve Arzu*, 4. Basım, İstanbul, Metis Yayınları, 2018, s. 118.

¹⁶⁶ Aggeliki, Karavournioti, **Albert Camus: “The Absurd of Human Life and the Human named Sisyphus”**, s. 5. https://www.academia.edu/36173575/Albert_Camus_The_Absurd_of_Human_Life_and_the_Human_named_Sisyphus 15.10.2019.

¹⁶⁷ Albert Camus, *Sisifos Söyleni*, Çev. Tahsin Yücel, 33. bs., İstanbul, Can Yayınları, 2016, s. 21.

¹⁶⁸ Aşar, **a.g.m.**, s. 86.

¹⁶⁹ May and Yalom, **a.g.m.**, s. 14.

¹⁷⁰ Engin Gençtan, **Varoluş ve Psikiyatri**, İstanbul, Metis Yayınları, 2012, s. 43.

Bu her iki durumun insanda kendisine ya da çevresine yönelik suçluluk hissi yarattığını, ayrılma ve birleşmenin oluşturduğu çatışmaların evrenin de doğasında bulunduğunu ifade etmiştir.¹⁷¹ Bu suç aynı zamanda insanın potansiyelini gerçekleştirmemesiyle ortaya çıkan varoluş felsefesindeki ontolojik suçlulukla da ilişkilendirilebilir.

Gençtan, özellikle “yaşam korkusu” ve “ölüm korkusu” kavramlarına Rank’ın tutumunu varoluşçuluğa en yakın kuramcı olarak görür.¹⁷² Rank’ın klasik psikanaliz anlayışında olduğu gibi insanın içgüdüleriyle çatışma halinde ya da çevrenin baskısı altında bir varlık olarak görmediğini, insanın gelişmesi için zorunlu ve doğal bir öge olan istem (irade)’e sahip olduğunu belirtmekte ve “İstem kavramıyla Rank, insanı bilinçli ve amaçlı seçimler yapabilen ve kendisine yön verebilen bir varlık olarak tanımlamıştır. Özetle, insanın varoluş nedeni kendi etkinliğidir ve işte bu sonuç, Rank’ın varoluşçuluğa yaklaştığı noktadır.”¹⁷³ demektedir.

Rank’tan büyük oranda anlamda etkilenmiş olan varoluşçu psikoterapist Rollo May de benzer bir görüşe sahiptir ve insanın psikolojik göbek bağından bahseder. “Doğumla birlikte göbek bağı kesilen bebek fiziksel bir birey halini alır, ancak zaman içinde psikolojik göbek bağı kesilmediği takdirde ebeveynlerinin bahçesinden çıkamayan bir bebek olarak kalır.”¹⁷⁴ demektedir. Bu durum sadece ebeveynlerle sınırlı kalmaz, aynı şekilde büyüyen insanın annelik işlevini yerine getiren toplumla da aynı hali yaşadığını ve evlilik, yeni bir işe başlama, ölümle yüzleşme gibi önemli olaylarda gerçekten annelerine döndüklerini ve kriz yaşadıklarından bahseder.¹⁷⁵ Bu tür insanların bütünden ayrılmayı başaramamış dolayısıyla birey olamamış ve bağımlı ilişkilerden kurtulamamış olduklarını düşünür. Bu insanların kendi iradelerini yeterince kullanmadığı, bağımsızlaşamadıkları ve gerçek anlamda var olamadıkları çıkarımında bulunulabilir.

¹⁷¹ Rank, **a.g.e.**, 2014, s. 9.

¹⁷² Gençtan, **a.g.e.**, 2012, s. 43.

¹⁷³ Gençtan, **a.g.e.**, 2012, s. 45.

¹⁷⁴ Rollo May, **Kenidini Arayan İnsan**, Çev. Kerem Işık, İstanbul, Okyanus Yayınları, 2013, s. 117.

¹⁷⁵ May, **a.g.e.**, s. 117.

Rank'ın bağıllık ve bağımsızlık çatışması, Viktor E. Frankl'ın “varoluşsal boşluk (vakum)”, “varoluşsal engellenme” ve “noöjenik nevrozlar” gibi terimleri üzerinden de irdelenebilir. Frankl, bu tür problemleri temel olarak anlam isteminin engellenmesi ile bağlantılandırır. Varoluşsal boşluğun nedenini; iç güdülerin, geleneklerin ve değerlerin yönlendirmesinden yoksun kalmış bireylerin içine düştüğü bir boşluk olarak görür.¹⁷⁶ Dolayısıyla önemli problemlerden biri, Rank, May ve diğer varoluşçularda olduğu gibi iradenin hayata geçirilemeyişidir. Frankl, “Varoluşsal boşluk temel olarak kendini can sıkıntısı durumunda dışavurur. İnsanlığın, bunaltı ve can sıkıntısından oluşan iki uç arasında sonsuza kadar mekik dokumaya mahkum olduğunu söyleyen Schopenhauer'i anlayabiliriz.”¹⁷⁷ demektedir. Bu durum için çözüm olarak Frankl, anlam istemini öne sürer, görüldüğü gibi Frankl'in felsefesinde “anlam” olduğu kadar bu anlamı gerçekleştirecek “istem (irade)” de önemli bir yer tutar, “insan sürekli bir anlam arayışı içindedir; başka bir deyişle anlam istemi (iradesi) ...”¹⁷⁸ der. Yalom da insanın hayatında anlam aradığını belirtir. Anlam, amaç, değerler veya idealler olmaksızın yaşamının önemli ölçüde stres yarattığını ve hatta intihara kadar götürebildiğini söyler. Hayatında bir anlam ve amaç duygusuna sahip kişilerin ölümle daha iyi yüzleşebileceğini savunur.¹⁷⁹

5. TRANSPERSONEL PSİKOLOJİYE GÖRE DOĞUM TRAVMASI

5.1. Transpersonel Psikoloji Konusu ve Amacı

“Trans” kelimesi İngilizcede “diğer taraf, karşı, öte”; “person”dan türetilmiş olan “personal” kelimesi ise “kişi ile ilgili, şahsi, kişisel, vücut” gibi anlamlara gelir¹⁸⁰ dolayısıyla transpersonel kavramı dilimize “ben ötesi”, “kişilik ötesi” ya da “ego ötesi” olarak kazandırılmıştır.¹⁸¹ Transpersonel psikoloji ortaya çıktığında onun

¹⁷⁶ Viktor E. Frankl, **Duyulmayan Anlam Çılgılığı**, Çev. Selçuk Budak, İstanbul, Öteki Yayınları, 1999, s. 80.

¹⁷⁷ Viktor E. Frankl, **İnsanın Anlam Arayışı**, Çev. Selçuk Budak, İstanbul, Okyanus Yayınları, 2016, s. 121.

¹⁷⁸ Frankl, **a.g.e.**, 1999, s. 25.

¹⁷⁹ Irvin Yalom, **Varoluşçu Psikoterapi**, Çev. Zeliha İyidoğan Babayiğit, İstanbul, Kabalcı Yayınevi, 2001, s. 661-662.

¹⁸⁰ Merriam-Webster Sözlük

¹⁸¹ Ümit Horozcu, **Din Psikolojisi**, İstanbul, Rağbet Yayınları, 2015, s. 169.

tanımlanması konusunda zorluklar çıkmıştır, Lajoie ve Shapiro bu durumu şöyle açıklamaktadır: Tranpersonel psikolojinin tanımlanmasındaki zorluklar, bu hareketin ortaya çıktığı 1960'ların sonlarından itibaren var olmuştur, ancak daha sonra transpersonel psikolojinin çeşitli tanımlarını içeren önemli sayıdaki katkının dahil olduğu zengin bir literatür oluşmaya başlamıştır.¹⁸²

Walsh ve Vaughan, transpersonel psikolojinin gelişip ilerlerken tanımı konusunda farklı açıklamaların yapılmış olduğunu ve bu açıklamaların yıllar içinde değişip geliştiğini söyler. Özetlemek gerekirse bu tanımlamaların çoğu kez “bilinç halleri, en yüksek ya da nihai potansiyel, ego veya benlik ötesi, aşkınlık ve spiritüel” olmak üzere beş ana temayı içerdiğini ileri sürer.¹⁸³ Bunların haricinde, transpersonel psikoloji: Meta ihtiyaçlar, nihai değerler, bütünleştirici bilinç, doruk deneyimler, vecd, mistik tecrübeler, B değerler, öz, kutluluk, huşu, hayret, kendini gerçekleştirme, nihai anlam, beni aşkınlaştırma, ruh, günlük hayatın kutsanması, birlik, kozmik farkındalık, kozmik oyun, bireysel ve türler arası sinerji, kişilerararsı maksimal kaşılaşma, aşkın fenomenler; maksimum duyuşal farkındalık, duyarlılık ve ifade ile bunlarla alakalı konseptler, tecrübeler ve aktiviteler gibi temaları da kapsar ve onları bilimsel metotlarla inceler.¹⁸⁴ Lajoie ve Saphiro da transpersonel psikolojinin insanın en yüksek potansiyelinin incelenmesi ve birleştirici, spiritüel ve aşkın bilinç hallerinin tanınması, anlaşılması ve gerçekleştirilmesi ile ilgili olduğunu ifade etmiştir.¹⁸⁵

Transpersonel psikolojinin genel olarak insanın psikolojik rahatsızlıklarından ziyade, insanın nihai potansiyeli ve transpersonel boyutuna vurguda bulunmuş ve bu konuda bir farkındalık oluşturmaya çalışmıştır. Walsh ve Vaughan'a göre de bu alan psikolojik sağlık ve iyi olma halinin incelenmesi ile ilgilidir ve transpersonel deneyimler de bireyin kimlik algısının ve benliğinin ötesine uzandığı; insanlığın, hayatın, psişenin ve kozmosun daha geniş yönlerini kapsayan tecrübeleri ihtiva eden

¹⁸² Denise H. Lajoie, S. I. Shapiro, **Definitions of Transpersonal Psychology: The First Twenty -- Three Years**, The Journal of Transpersonal Psychology, 1992. Vol. 24, No.1 s.80, pp. 79-98, s. 79.

¹⁸³ Roger Walsh and Francis Vaughan, **On Transpersonal Definitions**, Journal of Transpersonal Psychology - 25: 199-207, 1993, pp. 199-207, s. 199.

¹⁸⁴ David M. Wulff, **Psychology Of Religion: Classic And Contemporary**, 2. Edition, New York, John Wiley & Sons Inc, 1996, s.616 ; Horozcu, **a.g.e.**, s.1 70-171.

¹⁸⁵ Lajoie and Shapiro, **a.g.m.** s. 91 ; Wulff, **a.g.e.**, 616-617.

deneyimlerdir.¹⁸⁶ Transpersonel disiplinlerin ise ben ve ben ötesi, kadim ve modern, Doğu ve Batı, ilim ve irfan, sanat ve felsefe, bilim ve din, dış ve iç gözlemi kapsayan bütünleştirici bir eklektik arayışı desteklediğini ve böylelikle transpersonel bir vizyon sağladıkları düşüncesindedirler.¹⁸⁷

Transpersonel psikoloji, diğer psikoloji ekollerinin insanın doğasını açıklamada yetersiz kaldığı ve göz ardı ettiği kısımları açığa çıkarmaya çalışmış ve yeni bir paradigma arayışına girmiştir. Çünkü Batı'nın paradigması bilinç değil madde üzerine kurulmuştur, asıl ve gerçek olan maddedir bu nedenle bilinç, madde ve beyin süreçlerinin bir ürünü, hatta bir epifenomeni olarak görülmüştür. Grof bunu şöyle açıklamıştır:

“Batı sinir bilimine göre şuur beyindeki fizyolojik süreçlerin bir ürünüdür, bu yüzden de kritik biçimde bedene bağlıdır. Pek çok bilim adamı da dahil olmak üzere oldukça az sayıdaki kişi şuurun gerçekten de beyin tarafından üretildiği hakkında hiçbir kesin kanıtımız bulunmadığını ve böyle bir şeyin nasıl olabileceği konusunda küçücük bir fikrimiz olmadığını fark eder. Buna karşın, bu temel metafizik varsayım Batı materyalist biliminin önde gelen mitlerinden biri olarak durmaktadır ve tüm toplumumuzda derin bir etkiye sahiptir.”¹⁸⁸

Grof'a göre, evren ve insanın doğasına ilişkin bu materyalist görüşler nedeniyle insan ve evrendeki hayat tesadüfi olayların bir sonucu olarak görülmüş, insan ve evrendeki manevi ve kutsal boyut tamamen yadsınmıştır.¹⁸⁹

Bu durumu fark eden transpersonel psikologlar, insanın ruhunu ve daha yüksek bilinçlilik durumlarını göz ardı eden bu sınırlı ve indirgemeci görüşün yerine “hem Batı hem de Doğu dünya görüşlerine uyum sağlayacak ve hatta onları aşabilecek” kapsayıcı ve bütüncül yeni paradigmlar oluşturmayı amaçlamışlardır.¹⁹⁰ Bunu, büyük dini geleneklerin -daha çok doğu dinlerinin- görüşlerinden istifade ederek yapmaya çalışmışlardır. Bazı transpersonel düşünürler çeşitli psikoloji ve dini konseptleri birbirine kıyaslayarak hakikatin sinkretik* ve kucaklayıcı bir vizyonunu oluşturmaya

¹⁸⁶ Walsh and Vaughan, **a.g.m.**, s. 202-203.

¹⁸⁷ Walsh and Vaughan, **a.g.m.**, s. 205.

¹⁸⁸ Stanislav Grof, **Geleceğin psikolojisi**, Çev. Sezer Soner, İzmir, Ege Meta Yayınları, 2002, s. 288-289.

¹⁸⁹ Grof, **a.g.e.**, 2014, s. 31.

¹⁹⁰ Walsh ve Vaughan, **a.g.e.**, s. 31.

*Sinkretizm, sıklıkla çeşitli düşünce okullarının uygulamalarını ve yollarını karıştırarak ayrı veya çelişkili inançları birleştirmek veya birleştirmeyi denemektir.

çalıştılar. Yani bir anlamda, Batı psikolojisini Doğu dinleriyle entegre etmek ve multidisipliner yapısıyla bütüncül bir kavrayış oluşturma amacını gütmüşlerdir.¹⁹¹ Walsh ve Vaughan, Capra'nın *Modern Fizik ve Doğu Mistisizmi* adlı eserini referans göstererek modern fizik ve doğu mistisizmi arasında paralellikler bulunduğunu ve Capra'nın mistik sezgi ile bilimsel deneyciliğin birbirini tamamlayıcı görüşler sağlayabileceğini ve her ikisinin de gerçekliğin bütün resmini oluşturmada gerekliliğini ortaya koyduğu fikrini öne sürdüğünü belirtirler.¹⁹²

Transpersonel psikoloji, insanın özünde manevi bir varlık olduğunu dolayısıyla fiziksel ve duygusal ihtiyaçlarının yanında fizikötesi/manevi ihtiyaçları olduğundan bahseder. Bu psikoloji öncesi ekoller, materyalist ve pozitivist paradigmayı takip ettikleri için, insanın bu boyutuna değinmemişlerdir ve insanın bu tür ihtiyaçları olduğu konusunda bir yorumda bulunmamış ya da insanın bu boyutunu inkar etmişlerdir. Transpersonel psikologların mikrokozmos olarak gördükleri insanın, sürekli bir anlama ve bütünlüğe ulaşmaya çabalayan benliğinin/ruhunun bu tür ihtiyaçlarının giderilmediğinde ve kendi benliklerinde mevcut bulunan büyük potansiyelleri açığa çıkaramadıklarında insanın hastalanacağı görüşündedirler. Dolayısıyla insanın en üst potansiyellerini açığa çıkarmayı amaç edinen transpersonel psikoloji, bu açığı gidermek için insanın manevi doğası ve ihtiyaçları üzerinde çalışmalar yapmış ve bu konuda bir farkındalık oluşturmaya çalışmıştır.¹⁹³

5.2. Transpersonal Psikolojinin Arkaplanı ve Tarihçesi

Transpersonel psikoloji, 1960'ların sonlarında Amerika'da ortaya çıkmıştır. Bu tarihte böyle bir akımın ortaya çıkması kaçınılmazdır çünkü Kuzey Amerika'da sosyopolitik değişimlerin yanında pek çok alanda büyük bir dönüşüm yaşanmaktadır. Bu dönem, sivil haklar hareketi, kadın hareketi, karşı kültür hareketi* gibi pek çok hareketin; Vietnam Savaşı, savaş karşıtı protestolar, politik suikastlerin meydana geldiği olaylarla bilinen bir dönemdir. Siyahiler, azınlıklar ve toplumda daha az

*Geleneksel davranış tarzına, geleneksel değerlere, kısacası varolan yerleşik kültüre karşı çıkıp, ona bir alternatif oluşturan yeni, fakat yeterli toplumsal temelden yoksun olan kültür türü.

¹⁹¹ Wulff, **a.g.e.**, s. 617 ; Walsh ve Vaughan, **a.g.e.**, s. 16.

¹⁹² Walsh ve Vaughan, **a.g.e.**, s. 33.

¹⁹³ Dwight Judy, **Transpersonal Psychology: Mapping Spiritual Experience**, *Religions* 2011, 2(4), 649-658, s. 653 ; Horozcu, **a.g.e.**, s. 171.

ayrıcalığa sahip gruplar birleşip politik aktivizm ve konuşma özgürlüğü ile kendilerini ifade etmeye çalışmış ve ayrımcı politikalara baş kaldırmışlardır.¹⁹⁴

İkinci Dünya Savaşı sonrasında doğmuş olan baby boomers kuşağı (1946-1964 yılları arasında doğmuş olan bireyler) dünya savaşlarını ve Büyük Buhran'ı yaşamış olan anne ve babalarından farklı olarak ekonominin sağlamış olduğu refah ve tüketiciliği doyusıya yaşamışlardır; istedikleri ucuz ürünlere, kitaplara, plaklara ve diğer eğlence ve bilgi formlarına erişebilmişlerdir. Fakat diğer taraftan onlar, hayatlarında daha fazla anlam bulmak istemiş ve anne ve babalarının maddi şeylerde bulmuş oldukları tatminden daha fazlasını istemişlerdir. Ayrıca bu nesil, anne ve babalarından farklı olarak büyük oranda üniversite eğitimi alabilmeyi de başarmıştır.¹⁹⁵

1960'lardaki karşı kültürün, 1950'lerin geleneksel kültüründen kopan gençler tarafından karakterize edildiği söylemek mümkündür. Onlar, özellikle ırk açısından ayrımcılık yapanlara karşı olmuş, Vietnam Savaşı, cinsel gelenekler, kadın hakları ve materyalizm açısından ebeveynlerinin kültürel kabul ve standartlarını reddetmişlerdir. Bunların çoğunluğunu orta sınıftan beyaz Amerikalı hippiler oluşturmuştur. Geleneksel olmayan görünüm, müzik, uyuşturucular, topluluk deneyleri ve cinsel özgürlük, bu kültürün öne çıkan özellikleri olarak sıralanabilir. Karşı kültür 1967'de zirveye ulaşmıştır¹⁹⁶ (Maslow'un transpersonel psikolojiyi kamuoyuna açıkladığı yıl).

1960'ların sosyopolitik değişimlerine paralel olarak insanlar aynı zamanda iç dünyalarını değiştirme gücünü keşfetmeye başlamıştır. Bu keşifte öne çıkan bir faktör olarak psikodeligler, sadece kampüslerde ders dışında alınan maddeler olmaktan çıkmış, daha sonrasında bir araştırma konusu olarak oldukça ilgi görmüştür. Hatta Harvard profesörlerinden Timothy Leary ve Richard Alpert, insanların konuşma özgürlüğüne sahip olmaları gerektiği gibi, kendi bilinçlerini de kontrol etmeye hakkı olduğunu öne sürerek bu dönemin içinde bulunduğu tabloyu en iyi şekilde ortaya

¹⁹⁴ Nicole Ruzek, **Transpersonal Psychology In context: Perspectives From Its Founders and Historians of American Psychology**, The Journal of Transpersonal Psychology, Vol. 39, No. 2, 2007, s. 153 ; History, **1960s**, (Çevrimiçi) <https://www.history.com/topics/1960s> 02.07.2019.

¹⁹⁵ Frank L. Kidner, Maria Bucur, Ralph Mathisen, Sally McKee, Theodore R. Weeks, **Making Europe: People, Politics, and Culture, Volume II: Since 1550**, Boston, Houghton Mifflin, 2009, s. 831.

¹⁹⁶ Saylor Academy, **Counterculture**, 2013, (Çevrimiçi) URL: <https://www.saylor.org/POLSC301#9.1.3>, s. 1-2, 25.09.2019.

koymuştur. O dönemin popüler müziklerinden olan rock and roll konserlerinde LSD alan seyircilere çeşitli testler yapılmış olması da bu araştırmalara birer örnek olarak verilebilir.

Psikodeligler sırasıyla başta sanat olmak üzere müzik, kültür ve bilimi etkilemiş ve böylece bu keşif döneminin önemli bir unsuru olmuştur. Ayrıca, psikodelig alan bazı bireyler, psikodelig deneyimlerini açıklamada yardımcı ve destek olacak spiritüel pratiklere yönelmişlerdir.¹⁹⁷ Böylece binlerce Amerikalı, Yahudi ve Hristiyan dinlere alternatif olarak daha çok ezoterik buldukları Orta-Doğu dinlerine yönelmiş ve Amerikalı toplumunun Yahudi-Hristiyanlık dinlerine spiritüel alternatif olarak keşfettikleri Asya’ya sehayat etmişlerdir. Ayrıca, Asya kültürlerinden manevi liderler de Amerika’ya gelip kendi inançları ve ritüelleri konusunda çeşitli bilgi vermiş ve bu manevi gelenekler, bilinç genişlemesi ve kurtuluşu fikirleri ile oldukça uyumlu grlmştir.¹⁹⁸

Bu gelişmeler sonucunda, bazı psikologlar bilinç değişimi fenomenolojisine ilgi duymaya başlamıştır. Fakat halihazırdaki psikolojik modeller - davranışçılık ve psikanaliz- Amerikalıların psikodeligler, yoga ve meditasyonla tecrübe ettikleri fenomenleri açıklama konusunda yetersiz kalmıştır. Bu nedenle, bütün bu sosyopolitik, kültürel ve son olarak içsel dönüşümler transpersonel psikolojinin yeşermesine zemin hazırlamış ve nihayetinde bu fenomenleri açıklayabilecek ve insanın farklı boyutlarını keşfetmesini sağlayacak “dördüncü kuvvet” denilen bir psikoloji ekolünün ortaya çıkmasını sağlamıştır.¹⁹⁹

Transpersonel psikoloji, davranışçılık, klasik psikanaliz ve hümanistik psikolojiden sonra, psikolojide dördüncü kuvvet olarak grlmştir. Bu psikoloji akımı, Maslow’un düşüncelerinden ilham alınarak hümanistik psikolojinin sınırlarını aşan bir boyuta taşınmıştır. 1960’ların sonunda Maslow ve arkadaşları araştırmalarının gittikçe kozmik anlam ve nihai ilgi konusunda hümanistik psikolojinin katı sınırlarını aşan bir yöne götürdüğünün farkına varmıştır. Transpersonel psikolojinin halka açık

¹⁹⁷ Stanislav Grof ve Christina Grof, **Manevi Kriz**, ev. Ahu Ayan, İstanbul, Kaknüs Yayınları, 2011, s. 8-9 ; Ruzek, **a.g.e.**, s. 154.

¹⁹⁸ Ruzek, **a.g.e.**, s. 154.

¹⁹⁹ Ruzek, **a.g.e.**, s. 154.

ilk sunumu Maslow tarafından 1967’de San Francisco’daki İlk Üniteriyen Kilise’de verilmiş ve bu konuşma *Transpersonel Psikoloji Dergisi*’nin başlangıcına öncülük etmiştir.²⁰⁰

Transpersonel psikoloji sadece hümanistik psikolojiyle ortaya çıkan bir akım değil, hümanistik psikoloji de dahil psikoloji dünyasında bu akımın izlerini taşıyan Carl G. Jung, Willim James ve Otto Rank gibi önemli psikologların eserlerinde kendine yer bulduğu kapsamlı bir yaklaşım olmuştur. Onların haricinde kadim gelenek ve öğretiler - özellikle Orta-Doğu dinleri ve pratikleri- de bu psikolojik akıma öncülük etmiştir. Özellikle pek çok psikolojik akım ve ekolün ortaya çıkmasına zemin hazırlayan yaratıcı teorisyen Rank’ın bu akımdaki önemli etkisi pek dillendirilmemiştir. Doğum travmasıyla Rank, insan bilincini daha ötelere götürüp insanın transpersonel yanını daha çok felsefik bir dille ele almıştır ve özellikle Grof’un doğum ile ilgili görüşleri Rank’ın teorilerini daha öteye taşımış ve ona transpersonel bir boyut kazandırmıştır. Bu konu daha sonraki bölümlerde irdelenecektir.

5.3. Transpersonel Psikolojide Din/Maneviyat ve Mistisizm

1960’ların sonlarında Abraham Maslow ve arkadaşları, iç farkındalık durumları, mistik tecrübeler ya da değerler gibi unsurların ve onların insan hayatı üzerindeki etkilerinin Amerikan psikolojisi içinde tartışmaya yer olmadığını fark etmişlerdir. Dolayısıyla, transpersonel psikoloji diye adlandırdıkları yeni bir alan yoluyla ve ilk kez 1969’da basılan *Journal of Transpersonal Psychology* (Transpersonel Psikoloji Dergisi)’yi kurmalarıyla Amerikan psikolojisinin bu konuları ele alması gerektiğini düşünmüşlerdir.²⁰¹ O dönemde, Amerikan psikolojisi, öznel manevi deneyimleri psikolojik araştırma için uygun bir alan olarak gören *Dini Tecrübelerin Çeşitliliği* adlı eserinde bu konuları derinlemesine ele alan Willam James’in çalışmalarından oldukça uzaklaşmış, ampirik olarak gözlemlenebilir duyuşsal verilere ve uyarıcı/yanıt modellerine odaklanan davranışçı ekolün etkisi altına girmiştir. Dolayısıyla transpersonel psikologlar, ampirik çalışmalarını davranışçı okula göre temellendiren psikolojide ciddi anlamda yanlış giden bir şeyler görmüş ve

²⁰⁰ Wulff, **a.g.e.**, s. 616.

²⁰¹ Judy, **a.g.m.**, s. 649.

insan ruhunun dinamikleri ve onun genellikle öngörülemeyen gizem ve karmaşıklığının göz ardı edildiğini ileri sürmüşlerdir.²⁰²

Dwight H. Judy, dar görüşlü ampirizmin - yani bilimsel olarak incelenebilecektek geçerli bilginin duyular tarafından dışarıdan gözlemlenebilen bilgi olduğunu savunan görüşün- meydana getirdiği indirgemecilik sadece psikolojide değil, transpersonel psikolojinin de ortaya çıktığı pek çok alanda bir karışıklık yaratmış olduğunu söyler. Judy, dar görüşlü amprizmin, insan psişesindeki bütün öznel tecrübelerin saf dışı edilmesi anlamına geldiğini ve buna karşı olarak transpersonel psikolojinin insanın içsel tecrübe alanını bilerek çalışma alanlarına dahil ettiğini belirtir.²⁰³ Ona göre bu “dar görüşlü” amprizim özellikle psikoloji ile çok yakından ilişkili olan din alanında belirgin olarak tezahür etmiştir. Organize dinlerin (Hıristiyanlık) bireyin içsel hayatına rehberlik etmedeki kapasitesini kaybettiğini düşünen transpersonel psikologların, bir anlamda, kaybettiklerini düşündükleri ruh fikrinin sembolik gücünü ve onun kendilerini, kaybetmiş oldukları benliklerini arayıp bulmada bir rehber olarak tekrar geri getirmeyi amaçlamış olduklarını öne sürer.²⁰⁴ Diğer bir deyişle insan tecrübesini açıklamada güdük kalmış ve ruhunu kaybetmiş olan psikolojiye tekrar can vermek istemişlerdir.

Shapiro, birçok insanın organize dinlere karşı mesafeli bir tavır takınmış olsalar da hayatta daha büyük bir anlam arayışına devam etmiş olduklarını söyler. Shapiro, Maslow’un bazı bilim adamlarının organize dinler tarafından verilen cevaplara katılmasalar da dini soruların, arayışların, özlemlerin ve ihtiyaçların insanın doğasının derinliklerine kök salmış ve bilimsel anlamda oldukça kayda değer olduğunu savunduğunu belirtmiştir. Shapiro’ya göre, geleneksel dinlere olan mesafeli yaklaşım ve karşılanmayan varoluşsal ihtiyaçlarla birleşince transpersonel psikoloji, varlığın daha derin ve daha tatmin edici bir boyutunu tanımak, meşrulaştırmak ve keşfetmek için alternatif bir çerçeve olarak ortaya çıkmıştır.²⁰⁵ Transpersonel psikolojinin yolu, geleneksel dini formlara ve pratiklere karşı çeşitli direniş biçimlerini

²⁰² Judy, **a.g.m.**, s. 649-650.

²⁰³ Judy, **a.g.m.**, s. 650.

²⁰⁴ Judy, **a.g.m.**, s. 650-651.

²⁰⁵ S. I. Shapiro, **Religion, Spirituality and Transpersonal Psychology**, International Journal of Transpersonal Studies, 1994, 13(1), 33-41, s. 34-35.

uyandırma olasılığı konusunda daha esnek bir çerçeve sağlamıştır, daha cazip görünmüş ve transpersonel akım insanların ortodoks bariyerler olmadan maneviyatı keşfetmelerini sağlamıştır.²⁰⁶

Cunningham, transpersonel psikolojinin, “dini” yerine “manevi” terimini vurgulayarak, transpersonel deneyimi evrenselleştirerek ve yaklaşımları doğu dinlerinden uyarlayarak dini tecrübenin keşfini daha açık ve daha kabul edilebilir hale getirdiğini iddia eder.²⁰⁷ Bunun yanında transpersonel psikoloji, dini belirli teolojik bağlamdan alıp daha geniş ve daha evrensel bir bağlama yerleştirmiş ve insanı geleneksel batı psikolojisinde olduğu gibi ayrı bir birey olarak değil, bir bütün olarak evrenin bir parçası ve onu karşılıklı bir ilişki içinde tüm dünya ve evrenle bağlantılı bir varlık olarak görmüştür. Ken Wilber’a göre, yüzeyde farklı şekillerde tezahür edebilseler de tüm dinler için ortak temel olan bir mistik tecrübeyi vurgulayan evrenselci transpersonel bir perspektif de vardır. Wilber bu konuda şöyle söylemektedir:

“...Alman kimyasına karşı Amerikan kimyası diye bir şey olmadığı gibi, Hindu mistisizme karşı Müslüman mistisizmi diye bir şey yoktur. Bunlar, daha çok diğer şeylerin yanısıra, ruhun doğası, Tin’in doğası ve Ulu Kimliklerin doğası gibi mevzularda fundamental bir uzlaşmaya sahiptirler. Bu, alimlerin “dünya dinlerinin aşkın birliği derken kastettikleri şeyin ta kendisidir -tabii ki, burada söz konusu olan ezoterik dinlerdir.”²⁰⁸

Shapiro, Vaughan’ın da transpersonel perspektifin tüm dinlerin aşkın birliğini tanıdığını ve her manevi geleneğin özündeki mistiklikle bir birlik kurduğu görüşünde olduğunu belirtmiştir. Ayrıca Shapiro, Maslow’un da evrenselleştirilmiş dini tecrübeyi “bütün hayatın kutsallaştırılması” ifadesiyle desteklemiş olduğunu ve onun doruk deneyimlerin sadece belirli bir inanç veya yere ait olması gerekmediğini, bunların bütün hayatın dinselleştirilmesi ya da kutsallaştırılmasıyla ilgili olduğu görüşünü paylaştığını açıklar.²⁰⁹

Shapiro, transpersonel psikolojinin literatürde “manevi psikoloji” olarak da tanımlandığını ve bu literatüründe “dini” terimin yerine sıklıkla daha kapsamlı bir

²⁰⁶ Shapiro, **a.g.m.**, s. 35.

²⁰⁷ Paul, F. Cunningham, **Transpersonal Psychology: An Original Approach to Religious Issues**, Rivier University (Nashua, NH), Working Paper, 2010, s. 4 ; Shapiro, **a.g.m.**, s. 35.

²⁰⁸ Ken Wilber, **Merhamet ve Metanet**, Çev. Ahmet Ergenç, İstanbul, İnsan Yayınları, 2002, s. 215.

²⁰⁹ Shapiro, **a.g.m.**, s. 36-37.

kavram olan “manevi” terimi kullanıldığını söyler. Vaughan’ın transpersonel psikolojinin, transpersonel deneyimleri ve onların hayatımızın manevi boyutuyla ilişkisini içerecek şekilde psikolojik araştırma alanını genişletmeye çalıştığını, Grof da transpersonel dünya görüşünün, maneviyatı; varoluşun önemli bir boyutu olarak modern düşünceye tekrar kazandırdığını belirtmiştir. Shapiro, Boucouvalas’ın da transpersonel psikolojinin geleneksel psikolojinin sınırlarını, insanın manevi potansiyellerini ve onun kendi egosunun ötesinde kendini aşmakla gelişme dahil, insanı bir bütün olarak çalışmakla genişlettiğini belirtir ve nitekim Hutchin’in de transpersonel psikoloji için basit bir tanım olarak gördüğü ve en sık kullandığı tanımın “maneviyat psikolojisi” olduğunu belirtir.²¹⁰

Transpersonel psikoloji, dinleri ve çeşitli inançları dışlamayıp onları modern psikolojiye entegre etmeye çalışmıştır. Bu konuda Walsh ve Vaughan, transpersonel psikoloji ve dinin bazı konularda ortak bir noktada buluştuklarını fakat transpersonel psikolojinin din ile ilişkisinin dinin nasıl tanımlandığına da bağlı olduğunu söylemektedirler. Çünkü onlara göre din sadece bir tanımlı olmayıp içinde çeşitli sayıda farklı ve özel anlamlar barındırabilmektedir. Mesela dinin kutsallıkla ilgili bir olgu olduğu tanımlı ele alınırsa; tümünün değil sadece bazı transpersonel deneyimlerin kutsal olduğu ve aynı zamanda hepsinin değil bazı dini deneyimlerin transpersonel bir deneyim niteliğinde olduğu söylenebilir, bu anlamda bu iki alanın kesiştiği noktalar olduğu açıktır, demektirler.²¹¹

Walsh ve Vaughan, ancak transpersonel disiplinlerin aynı zamanda dini olmayan deneyimler ve dini imalarda bulunmayan araştırmalar, yorumlamalar, psikolojiler ve felsefeler ile de ilgili olduğunu belirtirler. Walsh ve Vaughan’a göre, transpersonel disiplinler, herhangi bir dogma veya inancı benimsemez ve belirli bir dini inancı gerektirmez; açık görüşlü bilimi, felsefi ve deneysel test edilebilir iddiaları benimser ve genellikle kişinin tercihlerine göre transpersonel deneyimlerin dini ya da dini olmayan bir şekilde yorumlanabileceğini varsaydığını ileri sürerler. Bu anlamda transpersonel disiplinlerin ve dinin kısmen kesiştiği konular olduğu gibi aynı zamanda

²¹⁰ Shapiro, **a.g.m.**, s. 35-36.

²¹¹ Cunnigham, **a.g.m.**, s. 5.

önemli farklılıklara haiz olmaları sebebiyle ayrı alanlar olarak görülmesi gerektiğini söylerler.²¹²

Cunningham'a göre, transpersonel psikoloji sadece psikoloji alanına önemli katkılarda bulunmamıştır aynı zamanda dini çalışmalar da önemli bir etkisi olmuştur. Dini, manevi ve transpersonel tecrübeler arasındaki farkı gösterme, dünya dinlerini manevi psikolojiler olarak kavramsallaştırma ve geleneksel görüşler tarafından görmezden gelinen dini meseleler hakkındaki mevcut düşünce tarzlarına alternatif yollar bulma gibi pek çok konuda katkıda bulunmuştur. Ancak transpersonel psikoloji, daha çok dinlerin ezoterik formlarına (örneğin mistisizm, kozmik bilinç) odaklanmıştır. Yani dinin yüzeysel yapısıyla (egzoterik, kolektif, kurumsal, dogmatik) daha az ilgilenip daha çok dinin derin yapısıyla (ezoterik, kişisel, geleneksel olmayan, deneysel) ilgilenmiştir.²¹³

Lukoff ve Lu, geleneksel psikiyatri ve psikolojinin aksine, transpersonel psikolojinin mistik deneyimleri kabul etmiş olduğunu, bu deneyimlerin psikotik durumlardan ayrıştırılmasını sağlamak amacıyla bu konuda çeşitli deneysel çalışmalar yapılmış olduğunu belirtirler.²¹⁴ Grof ve Grof, özellikle *Manevi Kriz* adlı eserde bu konuyu detaylı bir şekilde ele almışlardır. Onlar, insanın kişisel gelişimi ve sağaltımı için büyük bir potansiyel barındıran bu durumları çeşitli ilaçlarla bastıran modern tıp ve psikiyatriyi eleştirmiş ve bu konuda şöyle demişlerdir:

“Ortada pek çok tekil istisna olsa da, yaygın psikiyatri ve psikoloji, genellikle mistisizm ve akıl sağlığı arasında bir ayrım gözetmez. Bu bilim dalları, binlerce yıldır insan bilincini sistematik bir biçimde inceleyen, büyük manevi geleneğin vadettiklerini alenen reddetmektedir. Bu nedenle de Budist, Hindu, Hristiyan, Sufi ve diğer geleneklerde mevcut olan kavram ve uygulamalar görmezden gelinmekte, ayrım gözetmeksizin hepsi yok sayılmaktadır.”²¹⁵

Batıdaki transpersonel psikolojinin önde gelen isimleri daha çok Budizm ve Hinduizm gibi Doğu dinlerinden etkilenmiş ve onları çeşitli çalışmalarında ele almıştır. Sufizm konusunda da batıda transpersonel psikolojinin öncülerinden olan Robert Frager, *Kalp*, *Nefs* ve *Ruh* başta olmak üzere bu konuda önemli eserler

²¹² Walsh ve Vaughan, **a.g.m.**, s. 205.

²¹³ Cunningham, **a.g.m.**, s. 7.

²¹⁴ David Lukoff, Francis G. Lu, **Transpersonal Psychology Research Review Topic: Mystical Experience**, The Journal of Transpersonal Psychology, 1988. Vol. 20. No.2, pp. 162-184, s. 162.

²¹⁵ Grof ve Grof, **a.g.e.**, 2011, s. 32-33.

yazmıştır. Türkiye’de transpersonel psikolojinin temsilcisi olarak Mustafa Merter eserlerinde sufi öğretiler ışığında, batı ve doğu düşüncesinin kesişen noktalarını buluşturmak amacıyla modern psikoloji ve sufi psikolojisi arasındaki benzerlikleri ve farklılıkları irdelemiş ve “nefs psikolojisi”yle bu alana bir bütünlük kazandırmaya çalışmıştır.²¹⁶ Ayrıca kendisi Grof’ların Türkçeye çevrilmiş olan *Manevi Kriz* adlı eserinin önsözünde yazarların kendi kültürlerinde daha sık görülen psikospiritüel krizlere değindiklerini ancak İslam ve tasavvuf alanında yaşanan benzer durumları göz ardı etmiş olduklarını belirtir ve “Bu kitabın bir benzerinin de milyar insanın müşterek dini ve manevi arayış yolu olan İslam ve tasavvuf üzerine de yazılması gerektiğini düşünüyoruz. Ama önce materyalist paradigmanın direnci kırılarak psikiyatrist ve psikologların insanın manevi arayışlarını ciddiye almaları ve bu mevzuda kendilerini eğitmeleri gerekir.”²¹⁷ diyerek bu duruma dikkat çekmiştir. Nitekim Merter, bu alandaki çalışmalarıyla psikolojide İslam ve tasavvufa ilişkin eksik ya da göz ardı edilmiş kısımları tamamlamaya çalışmakta, transpersonel ve sufi psikolojisine önemli katkılarda bulunmaktadır.

5.4. Transpersonel Psikoloji ve Doğum Travması

Transpersonel psikolojide özellikle psikodelig ve daha sonrasında holotropik çalışmalarıyla tanınan Stanislav Grof, geleneksel akademik psikiyatri ve psikolojinin, doğum sonrası biyografi ve Freudçu bireysel bilinçaltı ile sınırlanmış olan bir psişe modelini eleştirir ve insanın psişe alanının daha da genişletilmesi gerektiğini öne sürer. Kendisi psişenin “perinatal” (doğum travmasıyla ilişkilidir) ve “transpersonel” (soysal, ırksal, kolektif ve filogenetik anılar, karmik deneyimler ve arşetipik dinamikleri kapsar) olmak üzere ikiye ayırdığı psişenin yeni bir kartografisini* sunar.²¹⁸

Grof’un psişenin yeni kartografileri olarak adlandırdığı “perinatal deneyimler” doğrudan doğum travması ile ilişkilidir. LSD çalışmalarında deneklerin doğumu

²¹⁶ Mustafa Merter, **Dokuz Yüz Katlı insan**, İstanbul, Kaknüs Yayınları, 2013, s. 14 ; Horozcu, **a.g.e.**, s. 173.

²¹⁷ Grof ve Grof, **a.g.e.**, 2011, s. 13.

*Kartografya, harita ve harita benzeri gösterimleri üretmek amacıyla uygulanan, gerekli tüm çalışmaları kapsayan bilim, teknik ve sanattır.

²¹⁸ Grof, **a.g.e.**, 2002 s. 14.

yeniden tecrübe ettiklerini ve hatta bu yönde fiziksel belirtiler gösterdiklerini söyler ve bu durumu şöyle açıklar: “Bunlar aynı zamanda, doğumun farklı evreleri boyunca bebeğin aldığı pozisyonlara ve hareketlere benzer pozisyon ve davranışlardan da geçerler. Ayrıca, bu denekler sık sık embriyo, fetüs ve yeni doğan bebeklerle özdeşleşmeler ya da vizyonlar kaydederler.”²¹⁹ Grof, daha sonra bu gözlemler ve diğer klinik kanıtları nedeniyle bu olguları “perinatal deneyimler” olarak adlandırdığını belirtir. Grof, perinatal deneyimlerin Rank’la olan ilişkisini şöyle açıklar: “Gerçek biyolojik doğum ile bu deneyimlerin bilinçdışı matrisleri arasındaki nedensel bir ilişki henüz belirlenmiş değildir. Bununla birlikte, bu bilinçdışı düzeye Rank’ınki gibi bir konum vermek uygun görünüyor; bazı değişikliklerle, Otto Rank’ın kavramsal çerçevesi söz konusu olguları anlamada yararlı olabilir.”²²⁰

Grof, özet olarak Rank’ın düzeylerini, dört temel deneyimsel matrisini Temel Perinatal Matrisler olarak gösterdiğini açıklar.²²¹ Bilinçaltının bu dört dinamik takımını “Temel Perinatal Matrisler (Basic Perinatal Matrices)” olarak adlandırmıştır. Grof, birinci Temel Matris’i “Anneyle Mutlak Birlik”, ikincisini “Kozmik Yutulma ve Köşeye Sıkışma”, üçüncüsünü “Ölüm-Yeniden Doğum Mücadelesi” ve dördüncüsünü “Ölüm-Yeniden Doğum Deneyimi” olarak çeşitli başlıklara ayırmıştır. Janus, Grof’un perinatal matrislerine bazı eleştiriler yöneltse de perinatal sistemi çok kullanışlı bir kavram olarak bulur. Erken deneyimin değerlendirilmesine ve sınıflandırılmasına yardımcı olduğunu düşünür ve eserinde doğum öncesi/sonrası ile ilişkili olan bu dört matrisi özet bir şekilde açıklar.²²² Bu çalışmada da ilksel birlik ve bütünlük temasıyla yakından ilişkili olması sebebiyle ilk matris açıklanacaktır.

Grof’a göre, birinci matris doğum öncesinde bebeğin anneyle birlik ve bütünlük içinde yaşadığı “amniyotik evren”dir. Cenin bu evrede içeriye ve dışarıya dair herhangi bir ayırım yapamaz. Bu alan, cenin için hiçbir sınırın, sınırlama veya kısıtlamanın olmadığı, dingin embriyonel varoluşun deneyimlendiği ve aynı zamanda galaksiler, yıldızlar arası uzay ya da tüm kozmosla özdeşleşilen bir yaşantıdır.²²³ Diğer

²¹⁹ Walsh ve Vaughan, **a.g.e.**, s. 117.

²²⁰ Walsh ve Vaughan, **a.g.e.**, s. 118.

²²¹ Walsh ve Vaughan, **a.g.e.**, s. 118.

²²² Janus, **a.g.e.**, 84-85.

²²³ Grof, **a.g.e.**, 2002, s. 70.

bir deyişle, bu evre insanın bir benlik bilinci bulunmadığı, anne ve tüm kainatla birlik ve armoninin en saf haliyle ilk kez yaşadığı evredir. Grof, bu matrisi şöyle betimler:

“Denizde su yüzeyinde gitmek, balık, deniz anası, yunuslar ya da balinalar gibi çeşitli suda yaşayan hayvanlarla özdeşleşme, hatta okyanus olma deneyimleri de bu türden deneyimlerdir. Bu, ceninin temelde suda yaşar bir yaratık olduğu gerçeğini yansıtır gibi görünmektedir. Pozitif rahim içi deneyimler rahat Rahim gibi güvenli, güzel ve koşulsuz bir biçimde besleyici Doğa Ana ile ilgili arşetipik görümlerle ilişkili olabilir. Meyve dolu bahçeler, olgunlaşmış tahıl tarlaları, And dağlarında ekili taraçalar ya da bozulmamış Polinezya adaları zihnimizde canlanabilir. Bu bağlamda çoğu kez ortaya çıkan kolektif şuur dışından mitolojik imgeler, farklı kültürlerin mitolojilerinde betimledikleri biçimiyle kutsal âlemler ve cennetler resmederler.”²²⁴

Grof, ayrıca bu matrisle ilgili bir hastanın yüksek dozda psikodelig almış olduğu oturumu örnek verir. Bu oturumdan sonra hasta deneyimini şöyle açıklamaktadır:

“...Bir düzeyde mutlak kusursuzluğu ve iyi, rahat bir rahminin eksiksiz mutluluğunu yaşayan bir cenin ya da besleyen ve hayat veren göğüslerle eriyip birbirine karışmış yeni doğmuş bir bebektim hala. Bir başka düzeyde ise tüm evren olmuştum. Nabız gibi atan ve titreşen sınırsız galaksiyle makrokozmosun büyük gösterisine tanıklık ediyordum, aynı zamanda onun kendisiydim de. Bu parlak ve nefes kesen kozmik manzaralar, atomların ve moleküllerin dansından yaşamın kökenlerine, hücrelerin biyokimyasal dünyasına kadar eşit derecede hayret verici olan mikrokozmos deneyimleriyle birbirine geçiyordu. İlk kez evreni gerçekte olduğu biçimiyle yaşıyordum: kavranılmaz bir gizem, Mutlak Şuur’un tanrısal bir oyunu...”²²⁵

Grof’un öne sürdüğü bu iki yeni psişe alanı, (transpersonal ve perinatal) Rank’ın doğum travması teorisi²²⁶ ve Ferenczi’nin doğum travmasına soyuşsal bir boyut kattığı bionalitik metoduyla yakından ilişkilidir. Rank, doğum travmasını ve dolayısıyla şuur rahim içinde bulunan ceninden başlatmışken, Ferenczi de bu travmanın soyoluşsal ve evrimsel tarihinin izini sürmüştür. Diğer bir deyişle, aslında Grof’tan önce 1920’lerin başındaki teorileriyle Rank ve Ferenczi, insan psişesinin yapısını diğer psikoloji ekolleri gibi yalnız çocukluğa indirgememiş daha gerilere

²²⁴ Grof, a.g.e., 2002, s. 70.

²²⁵ Grof, a.g.e., 2002, s. 71.

²²⁶ Ludwig Janus, **Freud und die pränatale und perinatale Dimension des seelischen Erlebens**, Forum der Psychoanalyse, September 2016, Volume 32, Issue 3, pp. 285–298, s. 291 ; David. R. Crownfield, **Religion in the Cartography of the Unconscious : A Discussion of Stanislav Grof’s “Realms of the Human Unconscious”**, Journal of the American Academy of Religion, Vol. 44, No. 2(Jun., 1976), pp. 309-315, s. 314.

götürmüşlerdir, yani ileride ortaya çıkacak olan transpersonel psikolojinin teorik altyapısını oluşturmuş oldukları söylenebilir.

Kısacası, perinatal (doğuma ait) psişe alanının, Rank'ın bireysel doğum travmasıyla; transpersonel (benötesi) psişe alanının da Ferenczi'nin soyoluşsal doğum travmasıyla eşleştiği açıkça görülebilir. Psikanaliz ekolünden bu iki teorisyenin yanında, özellikle transpersonel psişe alanı için, kollektif bilindışı ve arketipler kavramlarıyla Jung'un etkisi de azımsanamayacak kadar çoktur. Bunlar sadece Grof'un beslenmiş olduğu birkaç ana kaynaktır; bunların yanında Aldous Huxley'in "daimi felsefesi", doğunun mistik inanç ve pratikleri, kendi kişisel deneyimleri ve klinik alanda yürütmüş olduğu deneyler ve o dönemdeki yeni bilimsel gelişmeler gibi pek çok şey teorilerinin alt yapısını oluşturmuştur. Bir anlamda Grof'un transpersonel psikologlar gibi tüm bu farklı alanları birbiriyle buluşturup eklektik ve bütünsel bir görüş ortaya çıkarmaya çalıştığını söylemek mümkündür.²²⁷

Freud'un, doğum travmasını kabul etmeme sebeplerinden biri de bebeğin doğarken bir bilince sahip olmadığı fikrini savunmasıdır. Freud'a göre "Fetüs narsistik libidosundan doğan büyük rahatsızlık dışında her şeyden habersizdir."²²⁸ ve "Doğum hareketi sırasında çocuğun genel hisler dışında duygulanmalara maruz kaldığı pek akla yatkın görünmemektedir."²²⁹ Grof, Freud'dan farklı olarak yeni doğan bebeğin tamamıyla tepkisiz bir organizma olmadığını ve ceninin doğum öncesi bir hassasiyete sahip olduğuyla ilgili giderek artan kanıtların biriktiğini öne sürer ve bu durumu şöyle açıklar: "Çeşitli deneysel psikoterapi biçimleri, biyolojik doğumun yaşamımızdaki en büyük travma ve başlıca psikospiritüel öneme sahip bir olay olduğu yönünde inandırıcı kanıtlar biriktirmiştir. Biyolojik doğum en küçük ayrıntılarıyla hücresel düzeye dek belleğimizde kayıtlıdır ve psikolojik gelişimimiz üzerinde derin bir etkiye sahiptir."²³⁰ Grof'un bu konudaki argümanları, 1920'lerde Rank'ın Freud'la yollarını ayırmalarına neden olan doğum travması teorisini ve onun merkezi önemini onaylar niteliktedir.²³¹

²²⁷ Grof, **a.g.e.**, 2002, s. 11-16.

²²⁸ Freud, **a.g.e.**, 1977, s. 61.

²²⁹ Freud, **a.g.e.**, 1977, s. 62.

²³⁰ Grof, **a.g.e.**, 2002, s. 61.

²³¹ Crownfield, **a.g.m.**, s. 310.

Daha önce de belirtildiği gibi, transpersonel psikoloji pek çok kaynaktan beslenmiş, geçmişteki ve günümüzdeki bilimsel, sosyo-kültürel, dini-spiritüel, ezoterik ve hümanistik gibi pek çok perspektif üzerine kurulmuştur. İnsan tecrübesi hakkında en kapsamlı ifadeler formülleştirilmeye çalışırken daha önce bu konuda katkıda bulunmuş olan öncüler de bugün transpersonel sayılabilecek konularla uğraşmışlardır. Jung'un yanında, ikinci olarak Rank da psikanalizde transpersonel nitelikte düşüncelere sahip olan teorisyenlerden biridir. Fakat kendisi gerek doğum travmasıyla gerekse diğer teorileriyle pek çok alanda önemli katkılarda bulunmasına rağmen ne yazık ki ilk Freudyenler arasında en az bilinen ve en az okunanlar arasında kalmıştır.²³²

Psikolog Jon Amundson'a göre, Rank'ın günümüz hümanistik ve transpersonel psikolojiyle ilgili (çoğunlukla bilinmeyen) katkıları çok derindir. Amundson, Rank'ın teorilerinin genellikle felsefik ve edebi bulunup ampirik anlamda kolayca reddedilebilir olarak görülmüş olduğunu ve bu durumun çalışmalarının ciddiye alınmamasına yol açtığını belirtir. Ancak Amundson, daha önce alay edilen şeyin bir gerçeğe dönüştüğünü, Rank'ın doğum travmasına ilişkin teorilerinden çok sonra Leboyer'in "şiddetsiz doğum"un önemi üzerine çalışmaları, yeni-Reich'çi ve yoğunlaştırılmış terapilerin doğum travmasının önemini fark ettiğini ve onun çözümlenmesini hedeflediklerini söyler.²³³ Bunların yanında Grof'un psikodelik ve holotropik çalışmaları da, yeniden doğuşu sağlamak suretiyle doğum travmasının üstesinden gelmek için oluşturulmuş terapiler arasında sayılabilir.²³⁴ Grof'un aynı zamanda manevi krizlerden biri olarak saydığı perinatal deneyim, ölüm ve yeniden doğuş temaları teorilerinin merkezindedir ve biyolojik doğumla çok yakından ilişkilidir.²³⁵ Grof, bunu şöyle açıklamaktadır:

"Şuurdışımızda doğum ve ölüm arasındaki yakın ilişki çok anlamlıdır. Doğumun potansiyel ya da gerçek anlamda yaşamı tehdit eden bir olay olduğu gerçeğini yansıtmaktadır. Doğum ceninin rahim içi varlığını vahşice yok eder. Cenin suda yaşar bir organizma olarak "ölür" ve hava soluyan, fizyolojik, hatta anatomik

²³² Jon Amundson, **Will In The Psychology of Otto Rank: A Transpersonal Perspective**, The Journal of Transpersonal Psychology, 1981, Vol. 13, No.2, pp. 113-124, s. 113-114.

²³³ Amundson, **a.g.m.**, s. 115 ; Grof, **a.g.e.**, 2002, s. 38.

²³⁴ Grof, **a.g.e.**, 2014 s. 147 ; Grof, **a.g.e.**, 2002, s. 38.

²³⁵ Grof, **a.g.e.**, 2011, s. 41.

açıdan farklı bir yaşam biçimi olarak doğar. Ayrıca, doğum kanalından geçiş de özünde güç ve yaşamı tehdit eden bir olaydır.”²³⁶

Grof’un bu sözlerinden anlaşılacağı gibi insan suda yaşayan bir canlıyken, doğduktan sonra hava soluyan bir canlıya dönüşmüş ve önemli bir dönüşüm geçirmiştir. Bebek, büyük bir baskı ve sıkışma içinde rahim kanalından geçtiği sırada öleceğini düşünürken farklı bir yaşam boyutuna geçmiştir. İnsanın hayatı doğumla başlamamış aslında ikiye bölünmüştür denilebilir.

Amundson, sosyal düzeyde de, “küçük ölümler”e benzeyen ve hayattaki değişimler nedeniyle yaşanan “kriz”lerin ve yapılan “geçit törenleri”nin de Rankian eğilimi yansıttığını söyler. Ona göre, kültürlerarası mitler, ritüeller ve geçit törenlerinde görüldüğü gibi sembolik düzeydeki doğum/ölüm motifi transpersonel anlamda benlik dönüşümü ile ilişkilendirilmiştir. Dönüştürücü özellikte olan ve aşkınlıkla ilişkilendirilen bu konunun çeşitli kaynaklarda bulunabildiğini belirtir.²³⁷ Ayrıca Amundson, Rank’ın ölüm ve doğum temalarını ve onların aşkınlıkla olan bağlantısını psikanaliz çerçevesinde gündeme getirip bu alanı genişletmesinin önemli bir olay olduğunu ve böylelikle Rank’ın psikanalizin insanın durumu hakkında, her anlamda kapsamlı bir beyanda bulunabilmesi için doğumu tıbbi bir terminolojiden çıkartarak doğumu daha geniş tarihsel ve kültürel alanlara temas etmesini sağladığını öne sürer.²³⁸

Doğum travmasıyla ilişkilendirilecek başka bir isim de transpesonel psikolog Michael Washburn’dür. Kendisi psikoanalitik perspektifi transpersonel psikoloji çerçevesinde ele almaya çalışarak çeşitli teoriler üretmiştir. İnsanın gelişim sürecini betimleyen Wilber’ın yapısal-hiyerarşik modelinin aksine kendisi spiral bir model öne sürmüştür.²³⁹ Egonun kopup geldiği ve çeşitli merhalelerden sonra tekrar döneceği “Dynamic Ground” diye adlandırdığı diyalektik bir dinamik zeminden bahsetmektedir. Washburn’ün spiral modeline göre, yaşamın başlangıcında nihai kaynak olan “Ground” dan ayrılan egonun tekrar o alana geri dönmesi ve oradaki

²³⁶ Grof, **a.g.e.**, 2002, s. 62.

²³⁷ Amundson, **a.g.m.**, s. 115.

²³⁸ Amundson, **a.g.m.**, s 114.

²³⁹ Michael Daniels, **Shadow, Self, Spirit: Essays in Transpersonal Psychology**, Exeter, Imprint Academic, 2005, s. 34.

yaşam kaynaklarıyla birleşmek suretiyle transpersonel bir dönüşüm yaşanabileceğini ileri sürer.

Washburn'e göre, insan hayata "derin ruhta" sarılı bir vaziyette, egonun iç rahmi, hayatın ilkel kaynağı olan Dinamik Zeminde başlamaktadır. Dinamik Zemin, egoik olmayan potansiyellerin merkezidir; burada "Zemin'in Gücü" olarak adlandırılan enerji; içgüdüleri, duygusal tepki kaynaklarını ve yaratıcı, sembol üretici hayal gücünü içerir. Yaşamın başlangıcında, Zemin'in gücü yoğun bir şekilde aktiftir ve bir iç depo olarak toplanır. Zemin'in gücü, ego farklılaşmasından önce askıya alınmış keyifli bir durum olan sözde okyanus deneyiminin kuşatıcı "su"yudur.²⁴⁰ Washburn, başlangıçta ego Zemin'den hasıl olsa da, kendinden öte bir dünyanın farkında olmadığını ve içkin (kendi) ve aşkın (kendi olmayan) alanlara henüz bölünmediğini söyler. Ona göre bebek dünyayı ayırıcı ve tepkisel bir şekilde tecrübe etmemektedir.²⁴¹

Washburn'e göre insani gelişimin spiral bir seyir izlemesi fikri, dünya çapında halk bilgeliği, mitolojisi ve dinlerde bulunan bir grup içgörüde ifade bulmaktadır. İnsani gelişimin spiral seyri için örnek olarak, insanın hayatta tecrübe ettiği önemli bir şeyin eksik olması, ki bu eksiklik daha erken zamanlarda insanın yakından tanıdığı ve ruhsal anlamda kişinin tatmin olması için tekrar keşfetmesi gereken bir şey olduğunu belirtir. Washburn, bu eksikliğin mitolojik düşüncede yerin altına gömülü hazinede ifade bulunduğunu, kişinin yaşamın zenginliklerinden zevk alabilmesi için içinde derinlere gömülü olan bu hazineyi ortaya çıkarması gerektiğini söyler.

Washburn, spiral fikrin, küçük çocukların, belki de gelişmemiş durumlarına rağmen ve belki de gelişmemiş olmalarından dolayı, yetişkinlerin yabancılaşmış olduğu içgüdüsel, ruhsal ve diğer yaşam boyutlarına açık olma konusunda özel olduklarına dair neredeyse evrensel bir kavrayışı da ifade ettiğini belirtir. Washburn, ayrıca spiral fikir için Mircea Eliade'nin "cennet için nostalji" olarak adlandırdığı, daha önce insanın tatmış olduğunu hissettiği bir tür mutluluğa ve bütünlüğe duyulan özlemi ifade ettiğini belirtir. Son olarak, spiral fikrin en derin biçimde ruhsal temaya; şanlı bir

²⁴⁰ Michael Wasburn, **Embodied Spirituality In A Sacred World**, New York, State University of New York Press, 2003, s. 13.

²⁴¹ Wasburn, **a.g.e.**, s. 14.

şekilde dönüşmüş olarak; yaşamın, insanı tekrar nihayetinde asıl olan evine götüren bir yol ya da bir yolculuk fikri olduğunu ileri sürer.²⁴²

Washburn, spiral gelişim yolu kavramının birçok spiritüel gelenekte uzun bir tarihe sahip olduğunu söyler. Batı kültüründe, bu kavramın İncil'deki insanın düşüş ve nihai kurtuluş hikayesine dayandığını ve bu düşüncenin 19. yüzyıl romantik edebiyatında ve felsefesinde ana motif haline geldiğini açıklar. Orijinal Kutsal Kitap formunda, spiral tema, insanın cennetten düşüşünün Tanrı ile olan ilişkisinde bir kopuş yaratmasına rağmen, temelde hayırlı bir düşüş (felix culpa) olduğunu söyler. Ona göre bu düşüş, yalnızca nihai kurtarılma aşamasını oluşturduğu için değil, aynı zamanda insanı cennetten kovarak dünyada gelişmeye zorladığı için şanslı bir düşümedir. Bu düşüşün, insanın kaybetmiş olduğu şeye karşı idrak ve dindirelemeyen bir susuzluğa neden olduğunu ve bu sebeple, insanı daha yüksek bir kurtuluşa hazırladığını düşünür. Washburn, düşüşün nihayetinde yol açtığı kurtuluş/kefarete gerçek anlamda kaybedilmiş bir şeyin tekrar geri kazanılması anlamında bir kurtuluş olduğunu, yani insanın asli ruhsal doğasını tekrar geri kazanması anlamına geldiğini belirtir.²⁴³ Ona göre, bu tema sadece Batı ve Hristiyan geleneğinde değil, aynı zamanda Budizm, Hinduizm gibi doğu dinlerinde de farklı şekillerde mevcuttur. Washburn, bir zamanlar bildiğimiz ve aşına olduğumuz asli ruhsal doğamız daha sonra gafletimiz yüzünden unutulmuştur ancak hayatta kurtuluşa ererek bu gafleti izale edebilir ve tekrar asli doğamızı keşfedebiliriz, demektedir.²⁴⁴

Washburn'un insan gelişiminin spiral modeli, Rank'ın doğum travması teorisini destekler niteliktedir fakat kendisi insan gelişimini ve onun ilksel kaynağa dönüş arzusunu transpersonel bir çerçeveye oturtmuştur. Ayrışmamış egonun, birlik ve bütünlüğü deneyimlediği anne rahminden ayrılan ve bu dünyaya gelmekle bir düşüşü deneyimleyen insan, ilksel cennet olarak sembolize edilen bu asli yere dönme arzusunu, Washburn unuttuğumuz ve kaybettiğimiz asli ruhsal doğamızı tekrar keşfetme arzusuyla ilişkilendirmiştir. Dolayısıyla Washburn'e göre özlem duyduğumuz birlik ve bütünlük ancak egonun "Dynamic Ground" denilen ilksel

²⁴² Washburn, **a.g.e.**, s. 2.

²⁴³ Washburn, **a.g.e.**, s. 3.

²⁴⁴ Washburn, **a.g.e.**, s. 3.

kaynakla yeniden büt nle mesiyle sağlanabilir. Diğer bir deyişle Rankian anlamdaki doğum travmasının atlatılması, Washburn' n  ne sürdüğü teorisine göre ancak egonun çeşitli aşamalardan sonra tekrar ilksel kaynağa geri dönüp birleşmesi, asli doğasını tekrar tanıyabilmesi ve ke fetmesiyle mümkün olduğu söylenebilir.



İKİNCİ BÖLÜM

SUFİZMDE BİRLİK VE AYRILIK

"Dinle, bu ney nasıl şikayet ediyor, ayrılıkları nasıl anlatıyor:
Beni kamışlaktan kestiklerinden beri feryadım erkek, kadın.. herkes ağlayıp inledi.
Ayrılıktan parça parça olmuş, kalb isterim ki, iştihak derdini açayım.
Aslından uzak düşen kişi, yine vuslat zamanı arar."²⁴⁵

1. Sufizmde Birlik ve Ayrılık Temaları

1.1. Tasavvufta İnsan Tasavvuru

Çeşitli tanımlamalara sahip olmakla beraber, İslami ilimler başta olmak üzere tüm ilimlerin zirve noktasını ve özünü oluşturan tasavvuf, yürüyen bir Kur'an olarak betimlenen Hz. Peygamber'in şahsında vücut bulmuş bir ilimdir.²⁴⁶ Robert Frager'e göre, evrensel anlamda da tasavvuf; Allah'ın Hz. Adem'e esma dersini vermesiyle başlamış olan, aşkın ve ilahî olanı doğrudan tecrübe etmeye çalışan bütün mistisizmlerin ve dinlerin özünü oluşturan ilksel bir öğretilerdir.²⁴⁷ Başka bir deyimle, tasavvufu insanın Rabbine duyduğu özlem ve kavuşma arzusunun hikayesi olarak da ele almak mümkündür.²⁴⁸

İnsan ve tabiat merkezli bilimlerden farklı olarak tasavvufun merkezinde Tanrı vardır ve her şey bu mutlak varlık üzerinden temellendirilir ve açıklanır, çünkü O ontolojik anlamda her şeyin varoluş sebebi ve sürekli yaratıcısıdır. "Kendini bilen Rabbini bilir" hadisini rehber olarak edinen sûfiler, insanın kendi benliğini ve doğasını bilmenin Tanrı'yı bilmekle erişilebileceğini öne sürer, dolayısıyla tasavvuf Tanrı merkezli bir anlayışa ve dünya görüşüne sahiptir. Bu sebeple de tasavvuf her şeyin kaynağı olarak görülen Tanrı'nın tanıtıldığı hakikat ilmi olarak da görülebilir.²⁴⁹

²⁴⁵ Mevlâna, **Mesnevî**, Çev. Veled İzbudak, Gözden Geçiren: Abdülkâki Gökpnarlı, İstanbul, Konya Büyükşehir Kültür Yayınları, 2004, s. 41.

²⁴⁶ H. Kâmil Yılmaz, **Ana Hatlarıyla Tasavvuf ve Tarikatlar**, İstanbul, Ensar Neşriyat, 2016, s. 17.

²⁴⁷ Robert Frager, **Aşkır Asıl Şarap**, Çev. Ömer Çolakoğlu, 3. bs., İstanbul, Gelenek Yayıncılık, 2012, s. 12.

²⁴⁸ Hülya Küçük, **Tasavvufa Giriş**, İstanbul, Dem Yayınları, 2011, s. 41.

²⁴⁹ William Chittick, **Tasavvuf**, Çev. Turan Koç, 5. bs., İstanbul, İz Yayıncılık, 2011, s. 89.

Tasavvufun önemli isimlerinden bir olan İbnü'l Arabî, kozmosun varoluş sebebi olarak insanı görür, insanın varoluş sebebinin ise Tanrı'nın bilinme arzusuyla ilişkilendirir. Tanrı suretinde yaratılmış olması cihetiyle halife vasfına sahip olan ve Tanrı'nın isim ve sıfatlarını kendinde barındıran insan, Tanrı'ya bir ayna olarak işlev görmesiyle beraber kozmosun küçültülmüş bir örneği özelliğindedir, yani insan küçük bir âlem-mikrokozmozdur.²⁵⁰ Dolayısıyla tüm kainatta ne varsa numune olarak insanda da mevcuttur. Kozmostaki galaksilerden, denizlerden, dağlardan, atom ve atomaltı parçacıklarına kadar insan kozmosla ve orda meydana gelen tüm olgu ve olaylarla pek çok yönden karşılıklı bir ilişki ve etkileşim içindedir. Nihayetinde, görülecek olan tablo Tanrı-insan-âlem ilişkisi çerçevesinde kendini yineleyen bir varoluş düzlemidir, yani insan ve âlem Allah'ın isim ve sıfatlarının sürekli tecelli olduğu ayetler ve aynalar bütünüdür.²⁵¹ Tasavvuf anlayışında insan için başka bir görüş de insanın Allah'ın bir sırrı olduğu fikridir. Abdulkadir Geylani *Sırru'l Esrâr* eserinde bunu “İnsan benim sırrım; ben de, onun sırrıyım.”²⁵² diye açıklamaktadır.

Tasavvuf geleneğine göre, ruhlar âleminde Allah ile olan birliktelik, Allah'ın zâtında var olan bir tevhid hâlidir ve bu hâl bir tür cennete benzemektilmekdir. İnsan Allah'ın zâtında ayrılaşmamış ve herhangi bir mahiyete sahip olmayan potansiyel bir varlık konumundadır fakat insanın bu dünyaya düşüşü ve beden giymesiyle beraber ebedi kaynağından ve ilk arzu nesnesinden ayrılmış olmaktadır ve bu âlemin rahmine düşen insan, bir rüyaya benzeyen bu hayat içinde bezm-i elest sırrını unutmaktadır.²⁵³ Nitekim “insan” isminin nisyandan gelmesi bu durum ile bağlantılıdır.

İnsanın, Allah gibi bir “sır” olması, “Sonra onu şekillendirip ruhundan üfledi...”²⁵⁴ ayetiyle de ilişkilendirilebilir. Tasavvufa göre, Allah'ın insana kendi ruhundan üflemesi, insanın özünde yaratıcısından bir parçayı mahfuz ettiği anlamına gelmektedir. İnsana yüklenen halifelik görevi ve eşref-i mahlukat özelliği insanın

²⁵⁰ M. Doğan Karacoşkun, *İbnü'l Arabî'de İnsan Psikolojisine Yaklaşımlar ve Kişilik Çözümlemesi*, Dinbilimleri Akademik Araştırma Dergisi, VII (2007), sayı: 2, s. 85.

²⁵¹ Zafer Erginli, *İslâm Medeniyetinin İnsan Tasavvuru ve Tasavvuf Üzerine*, Journal of Islamic Research 2010;21(1), s. 45.

²⁵² Abdulkadir Geylânî, *Sırru'l Esrâr/Sırların Sırrı*, Çev. Mehmet Eren, İstanbul, Gelenek Yayıncılık, 2006, s. 25.

²⁵³ Rabia Christine Brodbeck, *Hazreti İnsan*, Çev. Ömer Mansur Çolakoğlu, 4. bs., İstanbul, Sufi Kitap, 2009, s. 200.

²⁵⁴ Kur'an, 32/9.

Allah’la aynı ruhu paylaşması ve sahip olduğu esma ve sıfatlar ile O’na benzemesinden kaynaklanmaktadır. “Allah, Âdem’i kendi suretinde yarattı.”²⁵⁵ hadisi bu duruma örnek olarak verilebilir.

İnsan, Allah’a benzediği kadar doğasındaki ikilikler dolayısıyla da bir o kadar da farklıdır. İnsanın acizliği başta olmak üzere, nefsinin ve bedeninin sahip olduğu tüm kusur ve noksanlıklarıyla Allah’tan farklılaşır. Allah’ı aynalayan mikrokozmos olan insan için bu kaçınılmaz bir durumdur ve insandaki bütün bu kusur ve noksanlıklar da aslında Allah’ın mükemmeliğini ve kudretini yansıtan bir ayna işlevini yerine getirir. Bu nedenle insan bütün bu kusur ve noksanlıklarıyla mükemmel bir varoluşa sahiptir.²⁵⁶

Tasavvuf geleneğine göre insanın hem iyiye hem de kötüye eğilimi vardır fakat ilâhi emanetin taşıyıcısı olan insan aynı zamanda irade ve sorumluluk sahibidir. Frager, sufi psikolojisinin insanın doğasına ilişkin üç temel kavram olan kalp, nefs ve ruhu ele alır. Frager, marifetin, irfanın ve sevginin mekanı olan kalbi “kutsal bir mabed”, nefsi ise psişenin hasmı ve negatif güçlerin koleksiyonu olarak tarif eder. Fakat nefsin, en alt düzeyi olan nefs-i emmâreden nefsin en üst düzeyi olan nefs-i sâfiyeye kadar çeşitli mertebelere sahip olduğunu ve nefsin çeşitli pratiklerle iyiye dönüştürülebilecek bir nitelikte olduğunu söyler.²⁵⁷ Tasavvuf geleneğine göre, ruh ise mevcudat yaratılmadan önce yaratılmıştır ve Allah tarafından maddi dünyaya gönderilip dört element ile birleşmiştir; fakat yine de maddi dünyadaki ruh her zaman kutsal ve mükemmel olup Rabbine yakındır²⁵⁸ ve “insan kutsal ruhun beden giymiş hali” olarak görülür.²⁵⁹ Frager, tasavvufa göre ruhun; madenî, nebatî, insanî, ruhî, sırrî ve sırların sırrı olmak üzere yedi boyuttan oluştuğunu ve her bir boyutun farklı bir bilinç düzeyine sahip olduğunu söyler. Ona göre, bu ruhların denge ve uyum içinde çalışması insanın tekamül etmesini sağlayan ve insan-ı kâmil mertebesine ulaştıran bir koşuldur.²⁶⁰

²⁵⁵ Buhari, İstizan 1; Müslim, Bir 115.

²⁵⁶ Karacoşkun, **a.g.m.**, s. 88.

²⁵⁷ Robert Frager, **Kalp, Nefs ve Ruh**, Çev. İbrahim Kapaklıkaya, İstanbul, Gelenek Yayıncılık, 2014, s. 30-31.

²⁵⁸ Frager, **a.g.e.**, 2014, s. 39.

²⁵⁹ Frager, **a.g.e.**, 2014, s. 33.

²⁶⁰ Frager, **a.g.e.**, 2014, s. 32.

Tasavvuf geleneğine göre, kâinat Allah aşkının bir ifadesi ve insan da bu aşkın nesnesidir. Tasavvufta aşk, zaman ve mekan sınırlarını aşan, insanın tevhidi yaşamasını ve Allah'ı içkinleştirip O'nunla bütünleşebilmesinin sağlayan bir özelliğe sahiptir. Aşk bir sırdır. Aşkı belki en güzel şekilde eserlerinde ele alan büyük mutasavvıf ve şair Hz. Mevlânâ, aşk için bir rubaisinde “Ey aşk, can doğanını uçuran sensin. Lütfunla can çengini çalan, seslendiren, terennüm ettiren sensin. Senin bir zerre inâyetin, ilâhi caziben, insanı yıllarca tesbihten, namazdan daha çok Hakk’a yaklaştırır.”²⁶¹ diyerek aşkın önemini ve fonksiyonuna vurgu yapmaktadır. Tasavvufa göre, insan bir sır, âlem bir sır ve mutlak varlık olan Allah da sırların sırrıdır. Aşk ise Allah’a yakınlaşabilmenin ve bu sırlara erişebilmenin bir yoludur.

Frager, “Allah’a götüren yolun özü aşktır ve tasavvuf da aşk yoludur.”²⁶² demektedir. İçinde hem ıstırapı ve acıyı hem de lezzeti ve zevki barındıran aşkın aynı zamanda her şeyde Hakk'ı görmeyi ve Hakk'ta kaybolmayı sağlayan bir tür farkındalık durumu olduğunu söyler. Aşkın bir mıknatıs gibi işleyen bu bütünleştirici fonksiyonu ego başta olmak üzere, varlıkta bulunan tüm ikiliklerin çözülmesini ve kozmik birliğin gerçekleşmesini sağlayan bir üst bilinç durumudur. Tasavvufa göre aşk, rüya gibi olan bu dünya hayatında mutlak bir teyakkuz ve uyanıklık halidir. Hayreti artırıp gafleti azaltmanın yolu aşktan geçilir, kısacası uyanmak için aşık olmak gerekir, nitekim Mevlânâ bu durumu şöyle ifade etmektedir: “Ey aşk, sen ne uyursun, ne de uyudun, uyuyanların gözlerine de hiç girmezsin...”²⁶³

1.2. Ruhun Beden Zindanında Hapsolması

Tasavvuf geleneğine göre insan nasıl ki bu dünyada bir misafir olarak görülüyorsa beden de ruhun geçici bir yuvası olarak görülür. Dolayısıyla insan temelde beden ve ruh denilen iki zıt unsurun birleşiminden meydana gelmiştir ve bu da insanda bir gerilim ve çatışma yaratmaktadır. Ruh, mevcudat yaratılmadan önce Allah tarafından insana üfürülmüş olan ulvi ve asli bir unsur iken, beden bu dünya için dört elementin birleşmesiyle sonradan yaratılmıştır ve geçicidir. Kısacası insanın özü ve

²⁶¹ Şefik Can, **H. Mevlânâ'nın Rubaileri II**, Ankara, Kültür Bakanlığı Yayınları/1352, Tercüme Eserler Dizisi/ 80, 1991, 1091. rubai.

²⁶² Frager, **a.g.e.**, 2012, s. 31.

²⁶³ Can, **a.g.e.**, 1067. rubai.

aslı Allah'ın ruhudur.²⁶⁴ Ruh bu dünyaya ait bir unsur değildir, Hâk katından gelmiştir. Frager, ruhun bedene girdiğinde kafese tıkmış gibi olduğunu ve orada hapis hayatı yaşadığını belirtir.²⁶⁵ Ruh için bunun bir tür azap olduğunu ve aslî vatandan uzakta, bedende hapsedilmiş olarak sürgün hayatı yaşamak olduğunu ifade eder.²⁶⁶

Ken'an Rıfâî Hazretleri ruhun bedenle ilişkisini şu şekilde açıklar: "... dünyada ve bir ten kafesinde olmak, Tanrı visaline engel bir hal içinde bulunmaktır. Tanrı ile bir olmanın sırrını bilip bunun sonsuz yüceliğini idrâk etmişler için böyle bir engel elbette derin bir hicran ve özleyiş sebebidir."²⁶⁷ Dolayısıyla maddi unsur olan beden Tanrı'ya ulaşma yolunda bir engel olarak görülmekte ve sufiler için derin bir ıstırap ve hasrete neden olmaktadır.²⁶⁸ Levent Bayraktar, Hz. Mevlânâ'nın *Mesnevi*'sinin başında ney metaforu yoluyla ruhların ruhlar âleminde ayrılarak beden hapisanesine/ten kafesine girmelerini anlatmakta olduğunu ve Mevlânâ'nın ruhların asıl vatanlarından kopup gurbete düşmelerinin verdiği ayrılık acısını dile getirdiğini söyler. Bayraktar, insan için beden içerisine girmenin ruh için bir anlamda sürgüne gitmek ve vatandan ayrı düşmek anlamına geldiğini belirtir.²⁶⁹ Sufi anlayışa göre, ruh nasıl bedende hapis ise, dünya da aynı şekilde bir çeşit zindandır, nitekim Mevlânâ, "Bu dünya zindandır, biz de zindandaki mahpuslarız. Zindanı del, kendini kurtar."²⁷⁰ demektedir.

Sufi anlayışa göre ruhun bir cinsi yoktur, cinsiyet daha sonra meydana gelen bir şeydir. Mevlânâ, "İnsan evvel emirde beden değil ruhtur ve ruhun, erkeklik ve kadınlıkla ilişkisi yoktur"²⁷¹ demektedir. Cinsiyet de insanda ikilik oluşturan bir unsurdur nitekim cinsler arası çekim de, daha önce Tanrı ile deneyimlenmiş olan birlik ve bütünlüğe iştiağ duymanın tezahürlerinden biridir. Bu sebeptir ki Frager, erkek ve kadın arasındaki aşkın da ilahi aşktan bir parça olduğunu söyler.²⁷² Vaughan-Lee,

²⁶⁴ Muhammed Şucaî, **Ne İdik, Ne Olduk, Ne Olabiliriz: Mâkâlât: Nefis Terbiyesinin Nazarî Esrarları**, Çev., Ali Eren, İstanbul, İnsan Yayınları, 1999, s. 23-24.

²⁶⁵ Frager, **a.g.e.**, 2012, s. 54.

²⁶⁶ Frager, **a.g.e.**, 2012, s. 55.

²⁶⁷ Ken'an Rıfâî, **Şerhli Mesnevî-i Şerif**, 8. bs, İstanbul, Kubbealtı Yayınları, 2015, s. 3.

²⁶⁸ Ken'an Rıfâî, **a.g.e.**, s. 3.

²⁶⁹ Levent Bayraktar, **Mevlânâ'da Ruh-Beden İlişkisi Problemi**, Uluslararası Mevlânâ Mesnevi Mevlevihaneler Sempozyumu, Yay. Haz. Mehmed Veyisi Dörtbudak, Manisa 2006, s.111-116, s. 113.

²⁷⁰ Mevlâna, **a.g.e.**, 2004, s. 111.

²⁷¹ Hülya Küçük, **a.g.e.**, s. 36.

²⁷² Frager, **a.g.e.**, 2012. s. 31.

Tanrı'nın sevgisinin insan sevgisinden farklı olarak tam ve bütün olduğunu şu sözleriyle açıklar:

“Her insani sevgi tabiatı ile eksiktir; hiçbir zaman tam manası ile doyurucu değildir. O'nun sevgisi Birliğin şarkısını, sevenle sevilenin birbirlerine kaynaşmış hallerinin bütünlüğünü içinde taşır. Bu bizim ayrılıktan önce, bu dünya sürgününe gönderilmeden önce tanıdığımız bir haldir. İnsanların derinlerinde tek bir yer vardır; o yer de Allah ile Birlik halinde kalmıştır. Sufiler bu yere “kalbin kalbi” derler. Orada bizim ilahi bilincimiz ve özümüz kalmıştır. Özümüzün bu kısmı kendimizin Tanrı'dan kopmayan tek yandır. Biz bu Tanrı ile bir olma halini, hala kalbin kalbinde taşıyoruz, fakat onu unuttuk. O'nun aşkı bilincimizin ebedi var olan yanını uyandırır.”²⁷³

Bu sözlerden anlaşılacağı gibi, beden kafesine girmiş olan insanın ruhu Allah'tan hiçbir şekilde kopmamıştır ve daima onun sevgisini arzulamaktadır.

Tasavvufi düşünceye göre, insanın derininde bir birlik ve bütünlük her daim mevcuttur fakat ruh bu dünyaya geldiğinde asli vatanını ve Bezm-i Elest'te Allah'a vermiş olduğu sözü unuttuğu için ikilik içinde yaşamaktadır. Bu düşünceye göre insan kendisini bedeni ve egosuyla özdeşleştirmiştir, böylece ruh asli saflık ve birliğini yitirmiştir.²⁷⁴ Sufi anlayışa göre hakiki olan mana ya da ruhtur, beden veya suret ise insanın kurtulması geren bir zindandır. Ruh, kafeste mahpus kalmış bir kuş gibidir, azaptadır. Fakat yine de ruh ve bedeni mutlak ikilik ve ayrılık olarak görmemek lazım zira bu dünyada ruhun tekamülü için beden gerekli bir unsurdur. Beden ruhun bu dünyadaki dışsal görüntüsü, bir tür izdüşümüdür. Beden görünen, ruh ise gizli bir unsurdur ancak ikisi de bu dünyada birbirine bağlıdır ve ruhta gerçekleşen dönüşüm bedene de yansımaktadır.²⁷⁵

1.3. Ayrılık Acısı

Sufi gelenekteki bir diğer tema is firkattir, ruhların kopup geldiği ezeli vatanından ayrı olmalarından duydukları ıstıraptır. Bu tema, Mevlânâ tarafından Mesnevi'nin ilk on sekiz beyitinde ney metaforuyla dillendirilmiştir. Kamil insanı sembolize eden kâmiş, asıl vatanı olan sazistan diyarından ayrıldığı için inleyip

²⁷³ Vaughan-Lee, a.g.e., s. 40.

²⁷⁴ William Chittick, **Sufi'nin aşk yolculuğu : Mevlânâ'nın Mânevi Öğretisi**, Çev. Ömer Saruhanlıoğlu, İstanbul, Litera Yayıncılık, 2016, s. 98.

²⁷⁵ Chittick, a.g.e., 2016, s. 46-47.

ağlamaktadır, kendisini gurbette ve sürgünde hissetmektedir. Kadir Özköse, bu durumu şöyle açıklamaktadır:

“Dünyada yaşadığı müddetçe, acılar, hastalıklar, belalar içinde çırpındıkça insan, ruh âlemindeki mutluluğun özlemini duyacak, yabancı olduğu ve sürgün gibi yaşadığı dünyadan kurtuluş yolları arayacaktır... ‘Dinle, bu ney nasıl şikayet ediyor; ayrılıkları nasıl anlatıyor’ derken Mevlânâ, hem kamışlıktan kesilen neyi hem de Mutlak Varlık’tan mukayyet varlığa düşen kendisini kastetmektedir.”²⁷⁶

Anlaşıldığı üzere, ruh Hakk’tan ve asli vatandan kopup zaman ve mekanla sınırlı olan kesret âlemine düşmüştür. Bu, daha önce deneyimlenmiş olan birlik ve bütünlüğün kaybına, parçalanmış bir kimliğe neden olmaktadır. Bu sebeple de ruh hep bir arayış içerisinde.

Vaughan-Lee, herhangi bir acının, herhangi bir psikolojik yaralanmanın yolunu takip edersek, bu bizi ilk acıya götürür: buna “ayrılık acısı” der ve bu durumu şöyle açıklar: Bu dünyaya gelince, insan birlikten, Tanrı’dan, kalbinin Sevgilisi’nden ayrı olmayı deneyimlemektedir. İnsan cennetten kovulmuştur ve bu ayrılığın izlerini taşımaktadır. Ama insan acı çekmeyi kabul ederse, kendi içinin derinlerine götürmesine izin verirse, bu insanı psikolojik iyileşmenin de ötesine götürür. Sevgi ve ıstırap, güçlü dönüştürücü etkenlerdir çünkü insan olmanın gizemini kucaklarlar. Özlem, aşkın "kendi benliğimizin kökünün köküne dönme"; varlığının özünde her zaman bütün olduğu yere gitme çağrısıdır.²⁷⁷

Eve dönüş arzusu, aslında ruhsal birliğe sahip olma arzusudur. Dolayısıyla ayrılık ve birliktelik insan yaşamında önemli kavramlar olarak görünmektedir. Vaughan-Lee Mevlânâ’daki neyin iniltisini ve vatanından ayrılığını “ruhun çılgılığı” olarak betimler, kalpte hüznün uyanınca bunun hiçbir şekilde dillendirilemediğini, ruhta ayrılığın çılgılığı ve kalbin Tanrı’ya olan özleminin gittikçe arttığını ve bu eziyetli özlemin kişiyi Tanrı’ya ulaştırmada en kısa yol olup aşığı dönüştürdüğünü belirtir.²⁷⁸ “Hiçbir şey Allah’tan ayrı olduğumuzu bilinçli olarak algılamamızdan daha acı değildir.” der ve ekler “Ruh düzeyinde, bütün insanlık bu ayrılığı bilir, fakat bu

²⁷⁶ Kadir Özköse, “Mevlânâ Düşüncesinde Firkat ve Vuslat”, Tasavvuf İlmî ve Akademik Araştırma Dergisi, Ankara 2005, Y. 6, S. 14, ss. 233-249], s. 237-238.

²⁷⁷ Llewellyn Vaughan-Lee, **Love and Longing: The Feminine Mysteries of Love**, The Golden Sufi Center, Temmuz 1999, (Çevrimiçi) <https://goldensufi.org/a love and longing.html> 17.09.2019.

²⁷⁸ Vaughan-Lee, **a.g.e.**, s. 38.

bilinçten saklıdır.”²⁷⁹ Vaughan-Lee, “Ayrılık Acısı/Hasret” (The Pain of Separation/Longing) adlı bir konuşmasında insanın Tanrı’dan ayrılmasının acısından bahseder.²⁸⁰ Ayrıca, “Ayrılık ve Birlik” (Separation and Union) adında da bir konuşması daha vardır, bu konuşmasının başlangıcında “Tasavvufun temelleri hakkındaki dördüncü konuşmamızda, sizi tasavvuf yolculuğunun özüne götürmek istiyorum. Çünkü tasavvufa göre manevi hayat bir yolculuktur, sufi bir gezgindir, yolcudur ve bu yolculuğun özü, ayrılıktan birliğe, Tanrı ile tekrar birliğe dönüş yolculuğudur.”²⁸¹ demektedir. Kendisi, temelde tasavvufun ayrılıktan birliğe bir yolculuk olduğunu söyler ve konuşması boyunca Tanrı ile olan ayrılık ve birlik konusunda örnekler verip detaylara girer.

Ahmed Ziyaüddin Gümüşhanevi, *Ruhu’l Arifin (Vuslat Ehli ve İlâhi Aşk)* eserinde vuslat ehli için amaçlarının Allah’ı ahirette görme, O’na kavuşma ve O’nu doya doya seyretmek olduğunu söyler. Yalnız bu dünyada buna erişmek mümkün olmadığı için Allah’a olan sevgi ve aşkı o noktaya erişinceye, yani O’na kavuşana kadar kimsede sükunetin bulunmayacağını dile getirmektedir. Gümüşhanevi, “Kainattaki bütün heyecan, bütün çalkantı ve bütün hasretler, O’na olan hasretin, O’nun aşkının çırpınışlarıdır.”²⁸² demektedir. Chittick de insanın temel problemlerinin kaynağının Tanrı’dan ayrı oluşumuza bağlar. İnsanın varoluşunun da Tanrı’dan ve bütünden bir kopuş olması sebebiyle acı ve ıstırap verici bir durum olduğunu, ancak insanın bunun farkında olmadığını belirtir. Kendisi insanların çoğu için en temel problemin, bu dünyada karşılaştıkları bütün sıkıntı ve dertlerin, Tanrı’dan ayrı oluşun bir sonucu ve bu ayrılığın gölgesi olduğunu ileri sürer. Bazı insanların ise varoluşlarının acı ve ıstırap olduğunu bilmedikleri için çok daha büyük bir yanılsama içinde yaşadıklarını belirtir.²⁸³

²⁷⁹ Vaughan-Lee, *a.g.e.*, s. 43.

²⁸⁰ Llewellyn Vaughan Lee, *The Pain of Separation (The Longing)*, 29.07.2014, (Çevrimiçi) <https://youtu.be/Za1me4NuqxA>, 20.04.2018.

²⁸¹ Llewellyn Vaughan-Lee, *Separation and Union*, 04.12.2016, (Çevrimiçi) <https://youtu.be/a3r35X9pH1M> <https://youtu.be/a3r35X9pH1M>, 20.04.2018

²⁸² Ahmed Ziyaüddin Gümüşhanevi, *Ruhu’l Arifin (Vuslat Ehli ve İlâhi Aşk)*, Çev. Rahmi Serin, İstanbul, Pamuk Yayınları, 1978, s. 66.

²⁸³ Chittick, *a.g.e.*, 2016 s. 310.

Aynı şekilde buna benzer ifadeler kullanan Yaşar Nuri Öztürk, *Tasavvufa Giriş (Varlık ve İnsan)* adlı eserinin “Ayrılık ve Yabancılaşma” kısmında bu konuya değinir. Kendisi ayrılık (separation) ve yabancılaşma (alienation) kavramlarının birbirinden ayrılmaz parçalar olduğunu belirtir.²⁸⁴ Öztürk, insanın en temel ve ilksel arzusunun ölümsüzlük olduğunu ileri sürer ve bunu şu şekilde açıklar:

“Varlık ve tarih önümüzde: Cemaddan nebata, nebattan hayvana yükseldikçe gelişen ve insanda bütün hayatı dolduran bir arzu var; ölümsüzlük! İnsanoğlunun, en ilkel manada taşı yontuşundan, ay yüzeyine inişine kadar her faaliyet, çırpını ve arayışında sonsuzlaşma özlemi yatmaktadır. Piramitlerin yapılışına ‘yavan tarihin’ gösterebileceği sebep ne olursa olsun, her şey gibi tarihi de kuşatan hakikat, bu taş ve tuğladan abidelerin, objesini arayan derin bir hasretin ürünü olduklarını haykırmaktadır.”²⁸⁵

Öztürk, insanın sonsuzu aramasının nedenini, onun sonsuzdan gelmiş olmasına bağlar. İnsanın ebedî olmak isterken, ezeli olmaya çalıştığını, diğer bir deyişle insanın bütünleşmek için ayrıldığı aslî parçasına ulaşmak istediğini ileri sürer. Ona göre, insan ancak asli parçasına ulaştıkça tamamlanacağını, hasretin dineceğini ve gurbetin biteceğini söyler.²⁸⁶

Öztürk, tasavvufta mihver hakikatin insanla Allah’ın Kur’ani manada beraberliği olduğunu ve insanla ilgili bütün problemlerin bu temel hakikatten hareketle çözüleceğini öne sürer.²⁸⁷ Öztürk, örnek olarak Mevlânâ’nın *Mesnevi*’sinin ayrılıkla ilgili ilk mısralarını paylaşır. Daha sonra başka bir örnek olarak Mevlânâ’nın ilk mısralarına benzeyen Muhammed İkbal’in *Cavidname*’sinden ilk mısralarını paylaşır.

“İnsan şu yedi renkli dünyada, çeng denen alet gibi feryad ile kıvranıyor.

Can yoldaşın özleyişi onu yakıyor; ciğer sızlatan nağmeler öğretiyor.

Fakat, su ve topraktan oluşan bu dünyanın bir gönlü olduğu söylenebilir mi?

Deniz, çöl, saman ve dağlar dilsiz; gök, güneş ve ay sağır ve dilsiz.

Feryad edip inledim; fakat bir karşılık veren olmadı. Ademoğlunun can yoldaşı nerededir acaba?”²⁸⁸

²⁸⁴ Yaşar Nuri Öztürk, *Tasavvufa Giriş (Varlık ve İnsan)*, 1. bs., İstanbul, Yelken Matbaası, 1978, s. 75.

²⁸⁵ Öztürk, *a.g.e.*, 1978, s. 75-76.

²⁸⁶ Öztürk, *a.g.e.*, 1978, s. 76.

²⁸⁷ Öztürk, *a.g.e.*, 1978, s. 77.

²⁸⁸ Öztürk, *a.g.e.*, 1978, s.78 ; M. İkbal, *Câvitnâme*, Çev. A. Marie Schimmel, Ankara, Kültür Bakanlığı, 1989, s. 59-61.

Öztürk, daha sonra Heidegger'in insanın temel sıkıntısı konusundaki fikirlerini paylaşır. İnsanın kendisini, çevresini ve başka varlıkları idrak eden bir varlık olması sebebiyle, idrak ve müşahade ettiği iki ayrı dünyanın oluşturduğu ikilik ve zıtlık insanın temel sıkıntısıdır.²⁸⁹ Öztürk, daha sonra bu fikri psikolojiyi, kaygı ile ilişkilendirip örnekler sunar. “Felsefedeki bu düşüncüyü ruh hekimliğinde temsil edenler de vardır: Karen Horney, Otto Rank, Freud vs. gibi hekim ve müelliflerin anksiyete (sıkıntı) bahsinde Heidegger'in bu düşüncesini paylaştıkları görülmektedir. Hatta Karen Horney, yalnızlık duygusuna oturttuğu anksiyeteye ‘temel anksiyete’ demektedir”²⁹⁰ Asıl çok önemli nokta, Öztürk'ün anksiyeteyi tasavvufla ilişkilendirmesidir, bunu şöyle açıklar: “Temel anksiyeteye temel olacak ayrılık, tasavvuf ehlince, görülen dünyadan çok uzaklarda aramışlardır. Bu temel, zaman ve mekanın Misak'da, Bezm-i Elest'de bulunmaktadır.”²⁹¹

Görüldüğü gibi materyalist ve pozitivist paradigma üzerine kurulu olan ilimler, haklı oldukları noktalar olsa da insana ilişkin temel problemleri yalnız bu dünya çerçevesinde ele alırken, tasavvuf bu temel problemleri daha ötelere, zaman ve mekanı aşan boyutlara götürür ve bu anlayışla insanın sıkıntılarını daha temel çözümler getirmeye çalışır. Sufi anlayışa göre insan, başlangıçta ilahi bir varlığa sahiptir ve bu dünyada tevhidi gerçekleştirebilirse sonu evveline döner, varlığa bürünmeden önceki halini tekrar elde eder.²⁹² Diğer bir deyimle, tevhidi deneyimleyen insan tekrar asli fitratına, ilksel birlik ve bütünlüğüne geri döner. Sufi düşüncesine göre Bezm-i Elest'te insanın Allah'a verdiği bir söz vardır ve herkes bunu ruhunun hafızasında taşımaktadır ve insanın özü keşfedilmeyi bekleyen bir hazine gibi insanın derinliklerinde gömülüdür.

Öztürk'e göre, insanın hakiki özgürlüğü ancak kendisi ve Allah arasında engel olarak duran ve insanı özüne yabancılaştıran şeylerden kurtulmakla mümkündür.²⁹³ Öztürk, Allah'tan ayrılığı temel bir problem olarak görür ve ayrılığın bitişiyle insanın mutlu ve huzurlu olacağını söyler. Ona göre, ayrılığın izale edilmesi ancak tasavvufta

²⁸⁹ Öztürk, **a.g.e.**, 1978, s.78.

²⁹⁰ Öztürk, **a.g.e.**, 1978, s.79.

²⁹¹ Öztürk, **a.g.e.**, 1978, s. 79.

²⁹² Öztürk, **a.g.e.**, 1978, s. 79.

²⁹³ Yaşar Nuri Öztürk, **Kur'an ve Sünnete Göre Tasavvuf**, 4. bs., İstanbul, Yeni Boyut, 1990, s. 99.

bir terbiye disiplini olan seyrüsülûk ile gerçekleşebilmektedir. Öztürk, bunu şöyle ifade etmektedir: “Ayrılığın bitişi bütün mutsuzlukları, huzursuzlukları kaldıracak, insanı bahtiyar edecektir. Ayrılık, insanın cehdiyle sona erer. Cehd olmadan ne dünya ne de ahiret tek başlarına bu ayrılığa son vermezler. Ayrılık, yani yabancılaşma, adına Seyrüsülûk denen bir diyalektikle sona erdirilir. Seyrüsülûk bizi aslımıza ulaştırır...”²⁹⁴

1.4. Arayış Halinde Olmak

İnsan bir şeyi kaybettiğinin farkındadır – mitlerdeki evrensel tema olan asli cenneti [primordial paradise] kaybetme gibi - mutlu olmak için kaybedilen şey tekrar geri kazanılmalıdır. Bu nostaljik tema insanın doyumsuzluğunda, sürekli bir şeyleri aramasında, araştırmasında ve cennetimsi geleceklerle ilgi ütopyalar kurmasında kendisini belli eder.²⁹⁵ Tasavvuf da başlı başına bir hakikat arayışı ve insanın varoluş amacını arayıp bulma macerasıdır. Süfîler varlığın kaynağının aşk olduğunu ve bu aşkın Vedûd isminin bir tecellisi olarak karşılıklı bir mahiyeti olduğunu düşünürler ve bunu “O kimseler, öyle kimseler ki onlar Allah’ı severler, Allah da onları sever.”²⁹⁶ ayetine dayandırır. Mahmut Erol Kılıç, bu durumu şöyle ifade etmektedir: “Ariflerin aşka yönelik yaklaşımlarında ontolojik bir mahiyet bulunmaktadır. Yani, insan adeta bu yaratılmış âlemde kaynağından, kökeninden kopmuş, gurbete düşmüş bir vaziyettedir. Gurbetteki insan psikolojisinde o gurbet hayatı, bu gariplik hayatı her zaman için kaynağına dönüş özlemi, bir nostalji içerisinde bulunacaktır.”²⁹⁷

Bahsedilen arayış ve özlem aslında tek taraflı değildir, Mevlânâ bunu şöyle ifade eder: “Hiçbir aşık yoktur ki sevgilisi onu aramadıkça, sevgilisiyle kavuşmayı dilesin.”²⁹⁸ Allah’ın bilinmeyi arzulayan gizli bir hazine olduğu düşüncesi O’nun sevme ve sevilme arzusundan doğan bir his olarak kabul edilir ve Allah’ın Âdem’i aşkından ve kendi suretinden yarattığı söylenir. Dolayısıyla süfîlere göre insanın ilksel sevgi kaynağı olan Allah için duydukları nostalji ve O’nunla bir olma arzusu,

²⁹⁴ Öztürk, **a.g.e.**, 1978, s. 97-98.

²⁹⁵ William Chittick, **İlahi Aşk : Erken Dönem Farsça Tasavvuf Metinlerinde Allah ve İnsan**, Çev. Ömer Saruhanlıoğlu, Kadir Filiz, İstanbul, Nefes Yayınları, 2018, s. 403-404.

²⁹⁶ Kur’an, 5:54.

²⁹⁷ Mahmut Erol Kılıç, **Evvele Yolculuk**, , Konuşan: Sadık Yalsızuçanlar, İstanbul, Sufi Kitap, 2008, s. 15.

²⁹⁸ Mevlânâ Celaleddin-i Rumi, **Mesnevi: Günümüz Türkçesine Sadeleştirilmiş**, Çev. Serkan Sefer Kılıç, 2. bs., İstanbul, Resse Yayınları, 2015, s. 540, 4390 beyit.

insandaki arayışın temel nedenidir. Fakat insanlar gaflet, heva ve hevesleri yüzünden aradıklarını dünyevi şeylerde bulmaya, sürekli dünya nimetlerine doğru yönelen maddi haz ve zevklerin içinde bulmaya çalışırlar.

Mehmet Aydın, insanın kaynağından ayrılmasını ve bu sebeple arayış içinde olma vaziyetini şöyle açıklamaktadır:

“Bu, menşeden ayrılmanın en ispatlayıcı işareti, insanın daima bilmediği bir şeyi aramasıdır. Bu özlem, kendini aşk olarak gösterir. Gerçekte bu içgüdüsel bir kamuflajla kılık değiştiren metafizik susuzluğun bir ifadesidir ki kendisini o zaman seksüel bir aşk şekli altında takdim etmektedir. Oysa insan aşkı, sadece bir başlangıç teşkil eder. Önemli olan bunu, Tanrısal aşka çevirebilmektir. Nihai hedef, bu dünyanın geçici varlıkları değil, bizim başlangıçtaki gerçek menşemizdir.”²⁹⁹

Aynı şekilde, Attar da insanın bu dünyada arayış serüvenini ve kesretten vahdete olan yolculuğunu *Mantık'ul Tayr* eserinde dile getirmiştir. Belkis İbrahimhakkıoğlu bunu şöyle açıklamaktadır:

“Mantıku'l-Tayr, hakikâtini arayan insanın yol ve yolculuğunun kuşların dilinden hikâyesidir. Attâr kesretten vahdete uzanan bu yolculukta kuşlar âlemine nefsin mertebelerini sıralayan sembolik anlamlar yükler. Yeryüzüne dağıldıktan sonra Elest Meclisi'ndeki sözleşmesini unutarak sûretlerin perdesine bürünen insan, aslından uzaklaşıp ayrılığa düşmüştür. Ancak koptuğu bütünün hatırası ona eksikliğini hep hissettirir.”³⁰⁰

Vaughan-Lee arayanlardaki uyanışın gittikçe içlerinde büyüyen bir mutsuzluk olarak hissettiklerini, bunun Aziz Augustinus tarafından “ilahi huzursuzluk” olarak adlandırdığını belirtir. Bu huzursuzluk hiçbir şey tarafından tatmin edilemeyen bir boşluk olarak insanın içinde tezahür eder. İnsan bunu çok çalışarak, para kazanarak veyahut tatil yapmak gibi dünyevi eylemlerle gidermeye çalışır fakat bunlar bir türlü insanın içindeki boşluğu doldurmaz, bilakis huzursuzluk ve doyumsuzluk yaratır.³⁰¹ Vaughan-Lee bu ilahi huzursuzluğu şöyle açıklamaktadır: “Kalbimizin en derin yerinde O’nun yüzünü gördük; fakat bu bizim bilincimizden saklıdır. Kalbin lisanı değişiktir ve ego’nun lisanından o kadar ayrıdır ki biz hakiki olanı tam manası ile bilinçli algılayamayız... Kalbimizin hakikat olarak tanıdığı ve hayatımızın, görünen

²⁹⁹ Mehmet Aydın, **Mevlânâ ve Sufizm**, Konya, Nüve Kültür Merkezi, 2007, s. 70.

³⁰⁰ Belkis İbrahimhakkıoğlu, **Vahdete Yolculuk**, Yeni Şafak, 11 Şubat 2016, (Çevrimiçi) <https://www.yenisafak.com/hayat/vahdete-yolculuk-2407838> 10.08.2019.

³⁰¹ Vaughan-Lee, **a.g.e.**, s. 37.

yüzeysel düzeyinin altında olan aşkın birliğini özleriz.”³⁰² Ona göre, her ne kadar bilincimizin derinliklerinde gömülü olsa da aslında ruhlarımız yaratıldığında ilk karşılaştığımız, ünsiyet ettiğimiz ve ilk aşık olduğumuz varlık Tanrı’dır. Nasıl ki zahiri dünyada kendisiyle birliği ve bütünlüğü tatmış olduğumuz ve gözlerimizin temaşa ettiği ilk varlık, ilk aşkımız annemiz ise, batini âlemde de bu Tanrı’nın kendisidir. Bu nedenle, kendisiyle asıl ilksel birlik ve ayrılığı deneyimlediğimiz varlık Tanrı’dır ve insanın arayışının temel sebebi fiziksel ve duygusal nedenlerden öte ruhsal bir boyuta dayanmaktadır. Dolayısıyla Sufi anlayışa göre bu arayış sürecinde insanı tatmin edebilecek en büyük zevk ve mutluluk, Gümüşhanevi’nin deyişiyle:

“Lezzetlerin en büyüğü ve en yücesi MARİFETULLAH’a ermek ve O’nun bütün güzelliklerini kendisinde toplayan CEMAL’ini seyretmektir. Bundan daha tatlı, daha ulvi ve daha güzel bir zevk tasavvur etmek mümkün değildir. O’ndan başka yerde zevk arayanlar, o yüce ve ulvi zevkten nasibi olamayan ve o zevkin kokusunu bile alamıyanlardır.”³⁰³

Chittick de, *Kozmos’taki Tek Hakikat* adlı eserinin mana arayışı kısmında; hakiki manayı; dogmalar, doktrinler, teoriler, savlar veya diğer herhangi bir zihni inşa faaliyetinin sağlamadığını ancak aklın faaliyetinin ötesine geçerek, aklın ve bütün dünyanın ardındaki ezeli aklın birleyici idrakinin tahakkukuyla ve insan zatını aşan aşkın menşei ile yeniden cem ederek bulunacağını savunur.³⁰⁴

1.5. Asli Vatan’a (Eve) Özlem

Sufi geleneğe göre insan, hakikatte bu dünyaya ait değildir, yeryüzünde bir yetimdir.³⁰⁵ Burası ruhun zaman ve mekanla sınırlanmış olduğu bir tür hapis, sürgün diyarıdır. İnsan bu dünyaya gelerek öz vatanından ayrılmış, Tanrı’yla olan birlik ve bütünlüğünü kaybetmiştir. Bu nedenle mutasavvıfın amacı, Allah’ın geleceğin mahluklarını yokluk uçurumundan kurtarıp, onlara ahirette kendisiyle yeniden karşılaşabilmeleri için can, sevgi ve anlayış bahşetmeden önceki yalnızlığına, Ruz-i

³⁰² Vaughan-Lee, **a.g.e.**, s. 39.

³⁰³ Gümüşhanevi, **a.g.e.**, s. 31.

³⁰⁴ William C. Chittick, **Kozmos’taki Tek Hakikat**, Çev. Ömer Çolakoğlu, İstanbul, Sufi Kitap, 2010, s. 183.

³⁰⁵ Demirli, Ekram, **Yoksulluk, Yetimlik ve Yolunu Şaşırmak**, 17.01.2020, (Çevrimiçi) <https://www.fikriyat.com/cuma-yazilari/2020/01/17/yoksullukyetimlik-ve-yolunu-sasirmak?fbclid=iwar1nbujxluk8bbxpoqtbemibfpcz-xerprvdezkelixidtpufcjbu0ph8> 17.01.2020.

Elest'in yaşantısına dönmektir.³⁰⁶ İnsanın doğuşu, yani Tanrı tarafından bir varlık giydirilmesi, Tanrı ve insan arasında bir kopuşa ve ayrılığa neden olmuştur, bu durum hatta bir günah olarak algılanmıştır. Örneğin Schimmel bu durumu çok güzel anlatır: “İnsanın, Ezeli Misak Günü'ndeki [Ruz-i Elest] durumuna, Allah tarafından bireysel varlık verilip var edildiği o güne dönmesi gerekmektedir; ne var ki o gün, yaratılmışlık örtüsüyle Allah'tan ayrı düşülen bir gündür aynı zamanda.”³⁰⁷ Bu dünyada insan hakiki fitratından uzakta olup bu hakiki fitratını tekrar kazanma arzusuyla yanıp tutuşmaktadır. Asıl olan eve dönme isteği, aslında dünyaya düşüşümüz sebebiyle kaybettiğimiz ruhsal birliktir. Tasavvufun amacı da Allah’la tekrar birliğe ulaşmaktır, diğer bir deyimle birliğe ulaşmak insanın tek ve biricik amacıdır.

Nitekim Sevgili’den ve hakiki evden ayrılma acısı ve tekrar birleşme gibi nostaljik temalar tasavvufi literatürde sıkça bulunabilir. Attar “Aşık tekrar asıl vatanına geri dönmek için devamlı yanıp yakılır. Balık denizden çıkıp sahraya düştüğünde bir daha denize geri dönmek için çırpınır.”³⁰⁸ demektedir. İnsandaki bu özlem ve iştiağ Allah’tan insana verilen ruhun anısında gömülüdür. Ruh, hakikat arayıcısının bu anının farkına varmasını sağlar ve asıl evini hatırlatmaya çalışır. Sufiler ruhsal yolculuğun ayrılıktan birliğe giden bir yolculuk olduğuna inanırlar, Allah Kur’an’da bildirdiği gibi “Şüphesiz biz Allah'a aidiz ve O'na döneceğiz”³⁰⁹ ayetine iman ederler. İnsanın amacı Allah’ı öğrenmek, O'na geri dönmek ve gizli hazineyi bulmaktır. Dolayısıyla nihayetinde yaratılışın amacı Allah ile tekrar birleşmektir denilebilir.

Sufiler dünya hayatını bir çeşit rüyaya ve uyku halinde olmaya benzetirler. İnsan bu dünyada gaflet nedeniyle aslını unutmuş, orijinini hatırlamamaktadır. Attar bunu şöyle ifade etmektedir: “Bu dünya neye benzer?” diye sorarsan, söyleyeyim sana, uykuda görülen düşe benzer.”³¹⁰ Nitekim, Kur’an’da Allah dünya hayatı için “Bu dünya hayatı, eğlence ve oyundan ibarettir. Ahiret yurdu, işte asıl hayat odur, keşke

³⁰⁶ Annemarie Schimmel, **İslamın Mistik Boyutları**, Çev. Ergun Kocabıyık, 3. bs., İstanbul, Kabbacı Yayınevi, 2012, s.158.

³⁰⁷ Schimmel, **a.g.e.**, s. 158.

³⁰⁸ Feridüddin Attar, **Mantıku't Tayr**, Çev. Sedat Baran, İstanbul, Lacivert Yayıncılık, 2007, s. 296.

³⁰⁹ Kur’an, 2:156.

³¹⁰ Şeyh Feridüddün Attar, **Pendname**, Çev. M. Ali Özkan, İstanbul, Semerkand, 2012, s. 53.

bilselerdi.”³¹¹ demektir. Osman Nuri Küçük, insanın bu durumu için şöyle demektir: “İnsan aslından ayrılp, bu noksanlıklar dünyasına gelirken, koptuğu ‘Bütün’le bir anlaşma bir ahidleşme yapmış, bir misâk imzalamıştır. Bu misâkla, Yaratıcı’nın bu âlemde şahidi olmayı kabullenmiştir. Ruh, bu misâkı, beden perdesi ardından olmasına rağmen, yine de unutmuyor, ama bulanık olarak hatırlıyor.”³¹² Küçük’ün sözlerinden anlaşılacağı gibi, insan bu dünyaya gelip gaflete dalmasına rağmen ruh aslını, menşesini tamamen unutmamaktadır. Kalp, Allah’ı özlemekte ve gerçek Sevgili’sini bulmaya çalışmakta ve sürekli bir arayış içerisine girmektedir fakat insan çoğu zaman bu asli arayış ve özlemini hırs ve açgözlülükle dünyevi şeylere yöneltmektedir. Böylelikle insan hakiki doğasını ve yaratılmış her şeyin kutsallığını unutup, Allah’la olan bağı koparmaktadır. Öyle bir gaflete dalmaktadır ki kendini kaybetmiş olduğunun bile farkına varmamaktadır.

Martin Lings’e göre, günahların en büyüğü ulvî âleme, sufî âlem uğruna sırtını dönmektir. Lings, bu tür günahkarın dünya nimetlerini hoyratça kullandığını, ipini koparmış başıboş gezen bir zorba gibi yaşadığını ve kendisine bahşedilen hayatı istismar ettiğini ileri sürer. Bu haliyle onun Allah’ın halifesi değil, ancak parodisi olduğunu ve bunun ahde vefasızlık olduğunu dile getirir.³¹³ Dolayısıyla ona göre Allah’ı bilmeyen, bu dünyayı kendisi için ve emelleri doğrultusunda yaşar, kendisini küçük bir ilah olarak görür ve dünyayı ebedi bir mesken olarak benimser, bu tam bir illüzyon halidir. Sufiler bu varlık biçimini bir uyku hali ve kendi özüne yabancılaşma olarak görürler. Hülya Küçük, Allah’ı aramayan kimse için hiçbir şeyin anlamı olmadığını ve onun için her şeyin yok olup biteceğini belirtir. Ona göre bu da insan için en büyük mutsuzluk sebebidir. Modern dünyanın problemi de profanlaşma sonucu, insanın kendisinden, dolayısıyla Allah’tan uzaklaşması; tasavvufun amacının da bu yabancılaşmayı sona erdirmenin yollarını göstermek olduğunu söylemektedir.³¹⁴

³¹¹ Kur’an, 29:64.

³¹² Osman Nuri Küçük, **Hız. Mevlânâ’nın Sohbetleri: Ne Varsa Sen’de Var**, İstanbul, Sufi Kitap, 2015, s. 115.

³¹³ Martin Lings, **Öze Dönüş: Sorular ve Cevaplar**, Çev. Zeynep Kot, İstanbul, İnsan Yayınları, 2012, s. 85.

³¹⁴ Hülya Küçük, **a.g.e.**, s. 24.

1.6. Hak'ta Fani Olmak

Sufiler asli vatandan ve Hakk'tan kopuşla meydana gelen üzüntüyü ve ayrılık ıstırabını dindirmek ve Sevgili ile aradaki ikiliği ortadan kaldırmak için Allah'ta fani olmaya çalışırlar. Diğer bir deyimle, ego/benlik farkındalığının olmadığı, süje-obje veya ben-öteki ayrımının öncesine, hiçbir şeyin olmadığı, yalnız Allah'ın olduğu ana dönmeye çalışırlar.³¹⁵ Çünkü ego insana sonradan verilmiş bir alettir, ruh bedende yabancı olduğu gibi, birlik ve bütünlüğü bozup insanın bilincinde ikiliği yaratan ego da insanın özüne ve asli vatanına yabancı bir aygıttır. Bu nedenle Vaughan-Lee şöyle demektedir: “Hiç olmak, ‘ölmeden önce ölmek’, ayrılık acısına tek cevap budur...Ego'nun aradan çekilmesi lazım ki talip, aşk ile bir olmanın hakikatini yaşayabilsin.”³¹⁶ Osman Nuri Küçük, salikin fenaya erişme hedefini gerekli kılan bir diğer temel gerekçenin Hakk'a vuslat gayesiyle ilgili olduğunu ileri sürer. Küçük, Mevlânâ'ya göre salikin Cenab-ı Hakk'ı ancak zaman ve mekandan münezze, ilahi eylem boyuntunda yani yokluk (adem) boyutunda müşahade edebildiğini söyler. Salik Hakk'a vuslatı, ancak kendi nesnel varlık hapsinden kurtularak bu ulvi boyuta yücelmesi ile tahakkuk ettirebilir diye ifade etmektedir.³¹⁷

Özköse, “fena” terimini kişisel iradenin, benliğin ve Hakk'ın dışında kalan herşeyin (masiva) izlerinin kaybolduğu bir hal olarak tanımlamaktadır. Sufinin bu hal neticesinde, varlık âleminde, sadece Allah Teala'yı temaşa ettiğini ve sadece O'nun varlığını, fiilini ve iradesini hissettiğini belirtir. Ona göre fena anlayışı, insanda beşeri hazların ve nefsanî arzuların değil, ilahi iradenin tesirli, galip ve hakim olmasıdır.³¹⁸ Abdulkadir Geylani Hazretleri, fenanın “tasavvuf” kelimesindeki son harf olan fa' harfinin fenafillah'a işaret ettiğini söyler. Ona göre bu durum Allah'tan başka her şeyden geçip, O'nda yok olmaktır. Beşeri sıfatların yok olduğunda geriye ehadiyyet sıfatlarının kaldığını, o sıfatların yok olmadığını, başkasına geçmediğini ve zail olmadığını belirtir. Geylani Hazretleri, böylelikle fani olan kulun baki olan Allah ve O'nun hoşnutluğu ile, faninin kalbi de bakinin sırrı ve nazarı ile birlikte kalmış

³¹⁵ Schimmel, **a.g.e.**, 1975, s. 143.

³¹⁶ Vaughan-Lee, **a.g.e.**, s. 153.

³¹⁷ Osman Nuri Küçük, **Mevlânâ'ya Göre Manevî Gelişim : Benliğin Dönüşümü ve Miracı**, İstanbul, İnsan Yayınları, 2009, s. 173.

³¹⁸ Özköse, **a.g.m.**, s. 243.

olduğunu³¹⁹ ve sonra da buna örnek olarak “O’nun (ebedi) zatından başka her şey, herkes yok olmaya mahkumdur.”³²⁰ ayetini verir.

Sufi anlayışa göre, insan aslında dünyaya gelmeden önce Hak’ta fani olmuş, birlik ve bütünlüğü tatmıştır, bu ruhun bilgisinde olan bir şeydir, ancak bu bilinçli bir biliş değildir. Kalbin hatırlayışı aklın hatırlayışından farklıdır.³²¹ Vaughan-Lee’ye göre, günlük yaşantı bilincinde daima ikilik mevcut olduğu halde, kalbin derinliklerinde Seven ile Sevilen ebediyen bir’dir. Sevenleri birbirlerine hasret ateşi ile yakan, aşkın en acı paradoksu, Seven ile Sevilen’in hem ayrı hem de Bir oluşudur, demektedir.³²² Aslında insan zamanın başlangıcından beri Allah ile beraberdir, Allah Kur’anda belirttiği gibi “Biz ona şahdamarından daha yakınız”³²³ ifadesi O’nun insana ne kadar yakın olduğunu gösterir fakat insanın bunun farkında olmayışı, gafleti sebebiyle Rabbine karşı bir yabancılaşmaya ve zihninde ikilik oluşturmaya neden olur.

Temelde bu ayrılık yanılsamasını ve yabancılaşmayı yaratan şey “ben/ego”dur. Dolayısıyla sufiler insan algısında bir yanılsama ve illüzyona neden olan kurgusal egoyu hakiki bir benliğe dönüştürmeye ve Ebedi olanın varlığında egolarını eritmeye çalışırlar.³²⁴ Martin Lings’in dediği gibi “...sufilerin peşinde oldukları şey yaratılmışın yaratılmamış olanda, zamana tabi olanın Ebedi olanda, sonlunun sonsuz olanda sönüp yok olmasıdır, diğer bir Sufi terimiyle ‘fena’dır.”³²⁵ Zaten sufi anlayışa göre “ego/ene” Allah tarafından insana emanet olarak verilmiş bir alettir, insanın sahip olduğu bir şey değildir, dolayısıyla şekerin suda erimesi gibi egonun da mecazi anlamda okyanus olan Hakk’ta kendisini eritmesi ve daha büyük bir varoluş boyutuna kendisini ilhak etmesi gerekir çünkü gerçek özgürlük insanın nefis hapsinden kurtulup Öz’üne dönmesidir. Nitekim Chittick, manevi çabanın ve mücahedenin asıl hedefinin insanın hakiki benliğini kavrayıp onu gerçekleştirmekten alıkoyan egodan kurtulmak

³¹⁹ Geylânî, **a.g.e.**, 2006, s. 46.

³²⁰ Kur’an, 28:88.

³²¹ Vaughan-Lee **a.g.e.**, s. 41.

³²² Vaughan-Lee **a.g.e.**, s. 41-42.

³²³ Kur’an, 50:16.

³²⁴ Ahmet Gürbüz, **Zen ve Tasavvuf Işığında Kendini Bilmenin Yolu**, İstanbul, İnsan Yayınları, 2008, s. 48.

³²⁵ Martin Lings, **Tasavvuf Nedir?**, Çev. Veysel Sezigen, İstanbul, Vural Yayıncılık, 2007, s. 31.

ya da dönüştürmek olduğunu söyler, insanın gerçek Ben'ini bulabilmesi için aldatıcı benliğini aşması ve gerçek anlamda var olabilmesi için yokluğunu istemesi gerektiğini ifade eder.³²⁶ Sufi anlayışa göre, ruh bu bedene gelmeden önce, mukaddes âlem hakkında bilgisi vardır. Fakat bedene girince bu bilgisi kalmamaktadır. Bu yolun büyükleri, ruha eski bilgisini hatırlatacak bir yol buldular. Fakat ruh, bedene bağlı kaldıkça, kalp o mukaddes makama dönmemektedir. Kalbin dönmesi, nefsin ve ruhun da dönmeleri anlamına gelmektedir. Ruhun maksada dönmesi, kalbin dönmesinde yerleştirilmiştir. Ruh fena bulduktan ve hakkanî vücûdle Bekâ bulduktan sonra, ruh maksada dönebilmektedir ve ruhun Allah'a dönmesine Bekâ-billah denilmektedir.³²⁷

1.7. Vuslat ve Ölüm

“Sufinin nazarında her doğum aslında bir ölümdür; her ölüm ise bir doğum”

Sufi geleneğine göre ölüm bir yok oluş değil tam tersine yeniden bir doğuştur. Nitekim Mevlânâ ölümü iki sevgilinin kavuşma anı olan “şeb-i arus/gerdek gecesi” olarak görür. Dolayısıyla tasavvufi anlayışa göre ölüm Allah'a vuslat aracı olarak görülür. Küçük, Mevlânâ'nın ölümü menşei ilahi bir cevher olan can'ın aslına, yani Allah'a dönüşü olarak telakki ettiğini belirtir. Bu görüşün İslam tasavvufunda ve Mevlânâ'da işlenen misak doktrininin zorunlu bir sonucu olarak ortaya çıktığını ve dünyaya bir sefer için gelen ruhun bu gurbet diyarında görevini tamamladıktan sonra, yine aslına yani Yaraticısına döneceğini ifade eder.³²⁸ Fakat Mevlânâ'ya göre iradi ve doğal olmak üzere iki ölüm çeşidi vardır; iradi ölüm “ölmeden önce ölünüz” anlayışına dayanan iradi ve şuurlu olan ölümdür.³²⁹ İradi ölüm, Allah ve insan arasında ikilik oluşturan “ene”yi/”ben”i öldürmek veya ehliileştirmek suretiyle birliğe ulaşmak, Hakk'ta fani olmaktır. Sufi anlayışa göre aslında insanın bu dünyadaki varlığı, kendisi ve Yaraticısı arasında bir engel teşkil etmektedir, bu ayrılık hali çeşitli pratiklerle ve nihayetinde ölümle son bulacaktır. Bu anlamda ölüm, O'na bir dönüş ve asli kaynağına kavuşma halidir. Küçük'e göre, insanın Rabbine duyduğu aşk, varlığın orijinine duyduğu aşktır, Varlık ise O'ndan ayrılmak ve bu fani/geçici dünyaya düşmektir. Bu sebeple Kur'an'ın ölümü ‘O'na dönmek’ (Bakara 2:28) olarak tanımladığını ve ‘ölümü

³²⁶ Chittick, a.g.e., 2016, s. 227-230.

³²⁷ Fatma Temir, **Ruhun Özü Tasavvuf Kudsî Sırlar**, İstanbul, Yasin Yayınevi, 1994, s. 155.

³²⁸ Osman Nuri Küçük, a.g.e., 2015, s. 194.

³²⁹ Osman Nuri Küçük, a.g.e., 2015, s. 192.

tatmak' (Al-i İmran 3:185) diye bir zevkten bahsettiğini söyler. Küçük, bunun insanın orijinine dönmesinin zevkinden başka bir şey olmadığını ileri sürer.³³⁰

Sufi anlayışa göre, bu âlemde arzu edilen her şey; kadın, mal, güzel elbiseler kendisi için değil başka bir şey uğruna arzu edilmektedir. Bu şeyler hakikatte arzunun sahte objeleridir ve nihayetinde tüm arzular insanı Allah'a yöneltir. Chittick, başka bir şey için değil de sadece kendisi için arzu edileninin Allah'ın olduğunu, diğer bir deyişle, arzunun arzusu ve nihai hedefinin Allah olup insanın ancak O'na kavuşunca arzusunun yerine geleceğini belirtir.³³¹ Ona göre, arzunun nihai nesnesi Allah'tır, insanın derinlerinde aradığı, bulmaya çalıştığı ve kaybettiğini hissettiği şey, O'nunla birlik ve bütünlüktür. Chittick, insanın Allah'a olan arzusunu şöyle ifade etmektedir: "İnsanda öyle bir aşk, sevgi, kaşını vardır ki, binlerce âleme sahip olsa, yine de dinlenip rahata ermez."³³² İnsan bu dünyada arzuladığı her şeye sahip olsa da ruhu rahata ermeyecektir, çünkü kalp ancak O'nunla huzura ve esenliğe kavuşur. Nitekim bu ayet bu görüşü destekler niteliktedir: "Evet, bilin ki, ancak Allah'ı anmakla kalbler yatıştır ve huzur bulur."³³³ Bu nedenle sufiler tüm sahte arzuları ve aşkları bir yana bırakıp, ilahi aşka talip olurlar ve sahte arzulardan arınmak için de ölmeden önce ölmeye çalışırlar.

Chittick, Sufilerin Allah'a olan aşklarını ölümle ilişkilendirir, mutlağın arayışındaki sufiler, nefsin tüm arzularını körleştirip yalnız Bir'i arzularlar ve ne cenneti ne de cehennemi önemserler. Chittick bunu şöyle ifade etmektedir:

"Aşk hayatını benimseyenler, Hakk'a kayıtsızlığın olağan durumu olarak gündelik yaşamın yanılsamasını reddederler. Nesneler için duydukları arzuyu bir kenara bırakır, hiçbir şeyliği olmayanı [mutlak olanı] ararlar. Yalnızca aile, arkadaşlar, çevre ve toplum gibi insanları kendinden geçiren meşguliyet ve oyalamaları değil aynı zamanda cennete ilişkin tüm umutları ve cehenneme ilişkin tüm korkuları da terk ederler. Bu dünyaya dalmış onların bakış açısından aşkı benimsemek ölümü benimsemektir."³³⁴

Asli vatanlarından ve Hakk'tan ayrılmanın acısını yaşayan sufiler insanın bu dünyaya gelişini bir çeşit ölüm olarak görürler, yani aslında her doğuş asıl vatandan,

³³⁰ Hülya Küçük, **a.g.e.**, s. 24.

³³¹ Chittick, **a.g.e.**, 2016, s. 264-265.

³³² Chittick, **a.g.e.**, 2016, s. 270.

³³³ Kur'an, 13:28.

³³⁴ Chittick, **a.g.e.**, 2018, s. 436.

birlik ve bütünden bir kopuştur. Ölüm tekrar başlanan yere dönmektir, Bilal Kemikli bunu şöyle açıklamaktadır: “...sufinin nazarında her doğum aslında bir ölümdür; her ölüm ise bir doğum. Doğumu ölüm, ölümü doğum olarak algılayan muhayyile, ölümü de hayat uykusundan uyanmak (Kehf 18/18) olarak tanımlar.”³³⁵ Sufiler için ölüm, ölümü tefekkür etme ritüeli olan rabıta-i mevt sıla özlemiyle ilişkilendirilebilir. Ölmek, nehrin okyanusa kavuşması gibi insanın kaynağına ve asli vatanına dönmesi demektir. Kemikli, sufilerin ölümü de asla dönüş (Bakara, 2/156) olarak nitelendirdiğini ve bu bakımdan irfânî ölümle deruni anlamda fitratına ulaşmış olan insanın, ölümle de gerçek anlamda aslına kavuşmuş olacağını açıklar.³³⁶ Süleyman Uludağ, *İnsan ve Tasavvuf* adlı eserinde, tasavvufun ölüme olan bakış açısını açıklar. Ölümün Allah’a dönüşü sağlayan özel bir olay olduğunu ve ölümün bir son değil bilakis yeni bir yolculuk ve yeni bir hayat olduğunu öne sürer. Ona göre, sufiler ölümden ziyade huzuruna çıkacakları yüce Allah’ı ve O’na kavuşmayı düşünürler.³³⁷

Abdullah b. Mes’ud Balyanî, “Kim ki kendisini bilir, o, Rabbini bilir” sözünü farklı bir şekilde yorumlamıştır, Balyânî mutlak anlamda Allah’la bir birleşme ve ayrılığın söz konusu olmadığını, mutlak varlığın sadece O olduğunu ileri sürmektedir. “O halde; bilen ile bilinen birdir; birleşen ile birleşilen birdir; gören ile görülen birdir ...Bu örneği anlayan kişi, gerçekten de bilir ki, ortada ne bir birleşme, ne de bir ayrılma vardır.”³³⁸ demektedir. İbn Arabî de Balyanî’ye benzer ifadeler kullanmıştır:

“Sen bir kimseyi yüce Allah’ın gayri sanırsın. O yüce Allah’ın gayri olamaz. Lâkâin sen anı bilmezsin, halbuki sen, anı görürsün de bilmezsin. Ne zaman bu sır sana açılırsa, gerçekten sen kendinin Allah’tan başka olmadığını bilirsın. Ve yine bilirsın ki, onun istediği sensin ve sen yok olmaya muhtaç olmazsın. Ve zaman akışı olmaksızın kaybolmayıp dâim olduğunu bilirsın.”³³⁹

Arabî ve Balyanî’nin görüşlerine göre birliğe ermek, Allah’la bileşmek değil varolan birliğin farkına varmaktır. Allah zaten her zaman insanla beraberdir. Frager,

³³⁵ Bilal Kemikli, *Sûfî Aşk ve Ölüm*, 1. bs., İstanbul, Kitabevi Yayınları, 2017, s. 58.

³³⁶ Kemikli, *a.g.e.*, s. 65

³³⁷ Süleyman Uludağ, *İnsan ve Tasavvuf*, Ed. Turan Koçtürk, İstanbul, Mavi Yayıncılık, 2001, s. 263.

³³⁸ Abdullah b. Mes’ud Balyani, *Mutlak Birlik*, Haz., Ali Vasfi Kurt, İstanbul, İnsan Yayınları, 2003, s. 110-111.

³³⁹Ebu Abdullah Muhyiddin Muhammed b. Ali İbnü'l-Arabi, *Ahadiyyet Risalesi ve Fütuhâtı Mekkiyye’sinden Seçilmiş Tasavvufa Dair Bölümler : İnsanı Kamil, Tasavvuf, Marifet ve Ahlak Makamları ve Sırları*, Haz. Mahmut Sadettin Bilginer, İstanbul, Sena Matbaası, 1983, s. 16.

“Biz ona şah damarından daha yakınız.”³⁴⁰ ayetini referans göstererek Allah’ın aslında insanın kendisinin kendine olan yakınlığından daha yakın olduğunu söyler ve bu durumu şöyle izah eder: “Allah size, sizin kendinize olduğunuzdan daha yakındır. Bir hadis-i kudsîde Allah (c.c) : ‘Sizinle benim aramda yetmiş bin perde vardır, Benimle sizin aranızda ise hiçbir perde yoktur’ geçmektedir. Unutmayın; Allah size, sizin kendinize olduğunuzdan daha yakındır.”³⁴¹ Dolayısıyla, “Ölmeden önce ölünüz” hadis-i şerifi de insanın kendisi ve Allah arasındaki düaliteyi ortadan kaldırmak ve halihazırda mevcut olan birliğin şuuruna ermek ile ilişkilendirilebilir.



³⁴⁰ Kur’an, 50:16.

³⁴¹ Frager, **a.g.e.**, 2012, s. 38.

ÜÇÜNCÜ BÖLÜM

MODERN VE SUFİ PSİKOLOJİDE DOĞUM TRAVMASINA OLAN YAKLAŞIMLARIN KARŞILAŞTIRILMASI

Bu kısımda, başta sufi ve modern psikoloji arasında genel bir karşılaştırma yapılacak, daha sonra da birlik ve ayrılık temaları üzerinden doğum travmasına yönelik görüş ve fikirler karşılaştırılarak irdelenecektir. Sufi psikolojisinin insana ve evrene bakış açısı ve onları ele alışı diğer psikoloji ekollerinden oldukça farklıdır. Robert Frager, batının geleneksel akademik psikoloji çalışmalarının, hem batı hem de doğu öğrencileri arasında inanç kaybına yol açtığını söylemektedir. Bunun nedenini pozitivizm, materyalizm ile dini ve manevi tecrübelerle ilgili güçlü olumsuz önyargı içeren ve konuşulmayan batı psikolojisinin ilkelerinin bilinçsizce kabul edilmesi olduğunu ileri sürer.³⁴² Buna çare olarak Frager, alternatif bir insan doğası modelini, yani manevi psikolojinin gelişimini öne sürer. Batı psikolojisine alternatif olabilecek manevi psikolojinin radikal anlamda farklı olması gerektiğini ve böyle olması için maddeler halinde bazı varsayımları şart koşar:

1- İnsan deneyimi, hem kutsal hem de dünyevi olanı içerir. Herhangi bir manevi ya da (bütün psikoloji) bu ikisini de ele almalıdır. Bu, aynı zamanda herhangi bir ruhsal psikolojinin, bireyin İlahi olanla ilişkisiyle, dünyanın mistik geleneklerinde çok sık tarif edilen Gerçekliğin deneyimiyle ilgilenmesi gerektiği anlamına gelir.

2- Ruh veya derin benlik, her birimizin içindeki iç gizemdir ve aynı zamanda insan olmanın özünün bir parçasıdır. Dolayısıyla mistik arayış, gerçek insani gelişimin temel bir yönü olarak anlaşılabilir. Herhangi bir ruhsal psikolojinin temel görevlerinden biri ruhu ve ruhun geri kalanıyla ilişkisini incelemektir.

3- İnsan bilincinin çeşitli olası halleri vardır. Uyanık bilinç yalnızca bir türdür ve mistik haller gibi diğer bilinç hallerinin kendi özel geçerlilikleri vardır. Bu nedenle, psikolojiyi sadece uyanık olma halindeki sınırlı bir “ortalama” insan deneyimine dayandırmak, psikoloji alanını ciddi şekilde sınırlamaktır.

³⁴² Shaykh Fadhlalla Haeri, **The Journey Of The Self: A Sufi Guide to Personality**, Foreword by Robert Frager, Shaftesburg, Element Books, 1989, s. IX.

4- Mistik literatür sıklıkla bir tür radikal öz-dönüşümü tanımlamaktadır. Yetişkinlik dönemindeki ana ve niteliksel değişim kavramı, psikoz gibi olumsuz durumlar dışında Batı psikolojisinde incelenmemiştir. Manevi psikoloji bakış açısına göre, bu öz-dönüşüm, ruhun kişilikle bütünleşmesinde temel olan sağlıklı yetişkin gelişiminin ayrılmaz bir parçasıdır.³⁴³

Haeri, sufi psikolojisinin insana bakış açısını şöyle açıklar: Sufi psikolojisine göre insanlık, özünde ve kaynağında birdir. Tüm insanlarda aynı olan ilkel veya temel bir benlik vardır. Biyolojik olarak farklılık gösterebiliriz ancak yaşamdaki motivasyonlarımızın kökü aynıdır. Bu ademi benlik (adamic self) modeli tüm İslami öğretilerin dayanağıdır ve Kur'an-ı Kerim gelenekleri ile alim ve ariflerin öğretileri arasında bulunur. Hepimiz tek bir kaynaktan geldik ve bu temel gerçeklik varoluşa tezahür eden tüm ikiliklere nüfuz etmiştir. Öyleyse bu yaşam, aslında bizi sınırsız bir birlik kaynağını aramaya iten evrensel doğa yasalarının ne kadar mükemmel olduğuna tanıklık etmemiz için bir eğitim alanıdır. Bizi hep birleştirici kökenlere doğru motive eden içsel bir eğilim ile doğarız. Bu yaşamdaki amacımız, orijinal birleşik doğamızı yeniden keşfetmek, benliğin temel doğasını ve onun altında yatan manevi temelleri keşfetmek ve bilmektir. Sadece, ruhsal bir varlık olarak potansiyelimizi gerçekleştirdiğimizde tatmin olacağız. Bu dünyada ne yaparsak yapalım asla hiçbir şey tam olarak tatmin edici olmayacaktır. Diğer bir deyişle, her ne kadar fiziksel, duygusal ya da entelektüel anlamda memnuniyeti, ahenk ve huzuru elde etmeye çalışsak da asla tatmin olmayacağız.³⁴⁴

Ayten ve Düzgüner'e göre tasavvuf psikolojisi; tasavvufun insan tasavvuru, insanın davranışlarına yön veren kalp, nefis ve ruh gibi unsurları, insanın kendisi, başkaları ve Yaratıcıyla olan ilişkilerine dair bakış açılarını psikolojik yönden incelenmesini kapsamaktadır. Sufiler için öngörülen nefsin arınması ve ahlaki olgunlaşmanın gerçekleştirilmesi süreçlerinin sufiler üzerindeki tesirlerinin psikolojinin verileriyle anlaşılma çabasını da tasavvuf psikolojisi olarak tanımlamaktadırlar.³⁴⁵ Ayrıca, tasavvufun din psikolojisi gibi dininin insan üzerindeki

³⁴³ Haeri, **a.g.e.**, s. x.

³⁴⁴ Haeri, **a.g.e.**, s. 1-3.

³⁴⁵ Ayten, Düzgüner, **a.g.e.**, s. 44.

etkilerini de ele alması nedeniyle din psikolojisinin bir alt dalı olarak görülebileceğini belirtirler. Yalnız tasavvuf psikolojisinin İslam'ın deruni formu olan tasavvufi yaşantıyı psikolojik açıdan incelemesi nedeniyle daha spesifik bir alan olduğunu ifade ederler.³⁴⁶ Ortak noktalarının olmasının yanında, tasavvuf ve psikolojinin insana yaklaşımlarının farklı olmasıyla birbirinden ayrıldıklarını, psikolojinin deskriptif, yani daha çok insanı tasvir etmeye odaklı bir alan olduğunu, tasavvufun ise insana bir yaşam biçimi sunması nedeniyle de normatif bir özellik taşıdığını belirtirler.³⁴⁷

Psikoloji de tasavvuf da, insan ve onun ruhuna dair cevaplar sunmuştur fakat psikoloji zaman içinde büyük farklılıklar geçirmiştir. Amerikalı psikolog ve psikoterapist Lynn Wilcox psikolojinin anlamının değişim sürecini şöyle açıklar :

“...‘psikoloji’ kelimesinin orijinal anlamı bugün kullanılan sıradan anlamından ciddi derecede farklıdır. ‘Psikoloji’ sözcüğü Yunanca ‘psyche’ ve ‘logos’ sözcüklerinden gelmektedir. Psyche nefes demektir, ‘...dolayısıyla yaşam (nefesle özdeşir veya onunla ortaya çıkar); insan ve diğer canlılara hayat veren unsur, tüm yaşamsal faaliyetlerin kaynağı, ruh ya da can ya da ‘tüm everene hayat veren esas, dünyanın ruhu veya anima mundi’. Logos bir ilkeyi ifade eden biçim ya da kelime anlamına gelir. Teolojide ise logosun anlamı ‘Tanrı’nın Sözü’dür. Şu halde psikoloji aslen ‘yaşamın esasını/ ruhunu veya canını’ ifade eden kelime ya da biçim anlamına gelmektedir.”³⁴⁸

Wilcox, psikolojinin ruh kavramından nasıl da uzaklaşıp ego kavramına doğru kaydığını ve nihayetinde 1900’lü yıllarda ruh kavramının inkar edildiğini açıklar:

“Psikoloji sözcüğü İngilizceye ilk kez 1600’lü yıllarda ruh anlamında girmiştir. İlk dönemde psikoloji ruh kavramıyla ilgilenen, metafiziğin bir dalıdır. Psikoloji kelimesinin anlamında derece derece bir değişim nispeten son dönemlerde görülmeye başlanmış, 1830’larda psikoloji, ruh ya da can ile zihin durumları veya benlik ya da ego yerine kullanılmaya başlandı.”³⁴⁹

Wilcox, psikoterapinin egoyu yükseltmeye ve egonun gücünü inşa etmeye çalışırken, aksine Sufizm’in egoyu yok etmeye çalıştığını belirtir. Psikolojinin benliğin üzerine odaklandığını ve onu düzenlemek, değiştirmek ve geliştirmek hedefinde olduğunu ama sufizmin farklı amaçlarının olduğunu ileri sürer:

“Sufizm, toplumsal olarak kurulmuş benliğin adım adım yok oluncaya kadar ortadan kaldırmak üzerinde yoğunlaşır. Her salığın nihai hedefi Sevgiliyle vuslaktır – benliğin

³⁴⁶ Ayten, Düzgüner, **a.g.e.**, s. 44-45.

³⁴⁷ Ayten, Düzgüner, **a.g.e.**, s. 47.

³⁴⁸ Lynn Wilcox, **Sufizm ve Psikoloji**, Çev. Orhan Düz, İstanbul, İnsan Yayınları, 2001, s. 15.

³⁴⁹ Wilcox, **a.g.e.**, s. 15.

Allah'ta tamamen yok olması. Sevgiliyle buluşmak, O'nunla bir olmak, egonun yokluğunu, ayrık, bencil bir nefsin terk edilmesini gerektirir.”³⁵⁰

Frager de bu duruma değinmiştir, ona göre batılı psikologların öz-saygı ve güçlü bir egonun, kimlik duygusunu oluşturmada önemli gördüklerini lakin tasavvufa göre ise “...ayrı kimlik hissi, bizimle Allah (c.c) arasında, hakikati saptıran ve bizim gerçek ilahî doğamızı öğrenmekten alıkoyan perdelerden birisidir.” demektedir. Frager, sufi psikolojisinde amacın egonun dönüştürülmesi ve bu ayrı kimlik hissini yok edilmesi olduğunu ve insanın ne zaman *hiçbir* şey olduğunu fark ederse o zaman ebedi ile olan birliği mükemmelleştirebileceğini ileri sürer.³⁵¹

Frager de batılı psikoloji ve sufi psikolojisi arasında bazı karşılaştırmalar yapmıştır. Bunlardan birkaçını örnek vermek gerekirse: Öncelikle, geleneksel psikolojinin evrenin tamamen maddi olduğunu ve hiçbir anlam veya maksadının olmadığını söylediğini söyler, bilakis sufi psikolojisinde ise evrenin ilahi iradeyle yaratılmış olduğunu ve huzuru ilahinin tüm evrene nüfuz ettiğini belirtir. Sufi psikolojisine göre evrene, Allah'ı arama yeri olma mahiyeti verilmiştir ve O'nun aynasıdır. İkinci olarak, Frager, geleneksel psikolojinin insanı fiziki beden ve fiziki sinir sistemiden gelişen bir akla indirgediğini, ancak sufi psikolojisinde ise “...batını sezginin, idrakin, irfanın mekânı olan manevî kalp, önemli bir yer tutmaktadır. Bizler akıl ve bedenden daha fazlasıyız. Kutsal ruhun beden giymiş hâliyiz.” demektedir.³⁵²

Üçüncü farklılık, batı ve sufi psikolojisinin insanın doğasına olan farklı yaklaşımları hakkındadır. Batı psikolojisinin insanın doğasına ilişkin tanımlamalarının insanın temelde sınırları ve nevrotik eğilimleri ki bu klinik yaklaşımdır ya da kalıtsal iyiliği ve özce pozitif doğası üzerine odaklandığını belirtir bu da insan psikolojisi yaklaşımıdır. Sufi psikolojisine göre insanların melek ve hayvanlar arasında bir yerde olduğunu, diğer bir deyişle ikisinin doğasını paylaştığını ve bu iki doğa arasında hayvanlardan daha aşağı veya meleklerden daha üstün olma potansiyeli barındırdığını söyler. İnsan kendisi için batını mücadele olan olumsuz huy ve eğilimleriyle

³⁵⁰ Wilcox, **a.g.e.**, s. 33.

³⁵¹ Frager, **a.g.e.**, 2014, s. 35.

³⁵² Frager, **a.g.e.**, 2014, s. 32-33.

yüzleşmeli, olumlu ve manevî eğilimlerini de akıl ve irade gücünü geliştirerek eyleme dökmesi gerektiğini söyler.³⁵³

Dördüncü farklılık, geleneksel ve sufi psikolojisinin insanın bilinç düzeyine olan yaklaşımlarıdır. Frager, geleneksel psikoloji için rasyonel uyanık akıl, bilincin en yüksek düzeyi iken sufi psikolojisine göre bu ancak bir “uykudan uyanma” halidir, insan doğası gereği gafıl olduğunun kendi ya da etrafındaki dünyanın pek idrakinde olmadığını söyler. İnsanın zikir, tevazu, havf ve reca ve nihayet fenâ-fillâh dahil diğer hâllere ulaşması mümkündür, sufi psikolojisinde makam ve hâl olmak üzere çeşitli manevi aşamaların olduğu bir sınıflandırma vardır. Bu gelişim aşamalarını Frager sıralamış ve onları kısaca açıklamıştır, başlıklar şu şekildedir: “İlk Uyanış”, “Sabır ve Şükür”, “Havf ve Recâ”, “Benliğin İnkârı ve Fakirlik”, “Allah (c.c)’a İtimad Etmek”, “Sevgi, Arzulama, Samimiyet ve Tatmin”, “Niyet İhlas ve Doğruluk”, “Tefekkür ve Nefs Muhasebesi” ve son olarak “Râbita-i Mevt”.³⁵⁴ Görüldüğü gibi sufi psikolojisinde insanın bilinç düzey ve aşamaları batı psikolojisine göre çok daha katmanlı ve derindir. Son olarak değinilmesi gereken farklılık, batı psikolojisinin gerçek bulmadığı, sufi psikolojisi için ise temel bir gerçeklik olan, bireyi evrenle ve kutsal olanla doğru bir ilişki içine koyan “iman”dır. Frager imanın önemini şöyle açıklamaktadır: “İman olmaksızın, kendimize ya da evrene dair her türlü kavrayış sapkın olacaktır, çünkü kendimizi bizi gerçek idrake ulaştıracak tek perspektiften koparmış oluruz.”³⁵⁵ Dolayısıyla iman inançtan öte bir farkındalık/bilinç durumudur, imansız olan insan kendisine ve evrene bozuk lenslerden bakmaktadır.

The Psychology of Sufism (Türkçe’ye *Sûfî Öğretisinde İnsan ve İnsan Psikolojisi* olarak çevrilmiştir) eserinde İranlı psikiyatrist ve mutasavvıf Javad Nurbakhsh, insanın doğasını ve gelişim aşamalarını sırasıyla maddi tabiat, nefis, kalp, ruh, iç şuur ve en iç şuur kavramlarıyla ele almıştır. İnsan gelişiminin en yüksek noktası olarak “en iç şuur”u gösterir. En iç şuur, onun sözleriyle:

“...insanın nefsinin yükselişinin kemâlâta ulaştığı oluşturun, ariflerin Allah vasıtasıyla Allah’ı gördükleri ve yalnızca bunun alimi olduğu bir duraktır. O tevhid denizidir. Bu durakta bütün damlalar bir araya gelir ve tek bir damla

³⁵³ Frager, a.g.e., 2014, s. 33.

³⁵⁴ Frager, a.g.e., 2014, s. 35.

³⁵⁵ Frager, a.g.e., 2014, s. 38.

bulunamayabilir. Hallac'ın, 'Ben Hakk'ım' dediği, Bâyezîd Bistâmî'nin 'sübhani.. (kendimi tenzih ederim)! En yüksek durak Benimkisi!' dediği yer bu okyanustur. Burada; her şey O, O'ndan ve O'nun içindir."³⁵⁶

dediği bir üst bilinç durumudur. Ancak geleneksel psikolojide böyle bir bilinç aşaması bulunmamaktadır.

Merter de modern batı psikolojisinin insanı sadece biliş ve bilinçdışı olmak üzere iki boyutlu olarak tanımladığını, tasavvuftan hareket edilerek oluşturulan nefis psikolojisinin ise insanın üçüncü bir boyutu olan "üst bilinçdışı" veya "âlem-i misal"e götürdüğünden bahseder.³⁵⁷ Merter'e göre batı psikolojisi insanı bir bütün olarak ele almayıp insanı ve dünyayı parçalara bölen düalistik bir yapıya sahiptir.³⁵⁸ Fakat, sufi psikolojisi insanı bir bütün olarak ele alır ve insanın kutsal ile ilişki içinde olan bir boyutundan bahseder, bu boyut "üst biliçdışıdır" ve üst biliçdışını çeşitli pratiklerle aktif hale getirmek mümkündür. İnsanın bu boyutunu Robert Assagioli'nin geliştirdiği diyagramı benliğin yedi derecesine adepte eden Frager'in *Kalp, Nefs ve Ruh* adlı eserindeki diyagramlarda vermiştir. Şekil-1'de Frager tarafından nefsi emmarede bulunan psişe modeli gösterilmiştir. Üst bilinçdışı için Frager "Yüksek altbilinç, en dramatik bir şekilde mistik ya da derin manevî tecrübelerde görülebilecek insanî tecrübe âlemidir."³⁵⁹ demektedir. Tasavvuf geleneğine göre ruh; madenî, nebatî, hayvani, insanî, ruhî, sırrî ve sırların sırrı olmak üzere yedi boyuta sahiptir ve her bir boyut farklı bir bilinç düzeyini temsil eder. Bu ruhların denge ve uyum içinde çalışması insanın tekamül etmesini sağlayan ve insan-ı kâmil mertebesine ulaşmasının bir koşuludur.³⁶⁰

³⁵⁶ Dr. Cevad Nurbahş, **Sufi Öğretisinde İnsan ve İnsan Psikolojisi**, Kurtuba Kitap, Kasım 2009, İstanbul s.173 ; Javad Nurbakhsh, **The Psychology of Sufism**, Tr. Terry Graham, London, Khaniqahi-Nimetullahi Publications (İntişarat-ı Hankah-ı Nimetullahi), 1992, s. 131.

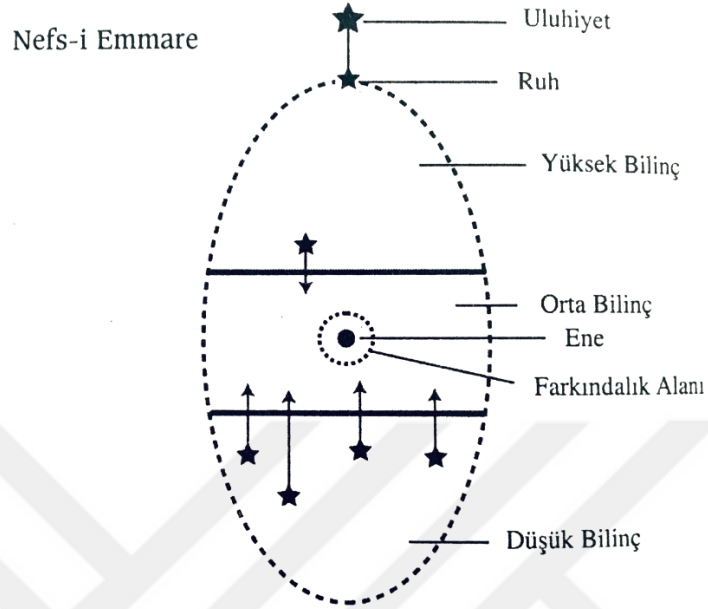
³⁵⁷ Merter, **a.g.e.**, 2014, s. 14.

³⁵⁸ Merter, **a.g.e.**, 2014, s. 26.

³⁵⁹ Frager, **a.g.e.**, 2014, s. 87.

³⁶⁰ Frager, **a.g.e.**, 2014, s. 32.

Şekil-1: Nefs-i Emmare Diyagramı



Frager, a.g.e, 2014. s. 86.

Aynı şekilde daha sonraları batı psikolojisi de bilince dair farklı açıklamalar getirmeye çalışmıştır. Tasavvuf, bilinç halleri ve insanın içsel gelişim aşamalarından binlerce yıl önce bahsetmişken batıda farklı bilinç hallerine 20. yüzyılın sonlarına doğru değinilmeye başlanmıştır. *Toward A Science Of Consciousness III : The Third Tuscon Discussions And Debates* adlı eserde, Ken Wilber (1995), Stanislav Grof (1998), Charles Tart (1983) gibi transpersonel psikolog ve düşünürlerin sıradan uyanıklık durumunu aşan bilinç aşamalarını haritalamaya çalıştıklarını fakat bu alanda yapılması gereken daha çok işin olduğu belirtilir.³⁶¹ Grof'un çalışmaları sonucu keşfettiği psişenin yeni kartografisi olan perinatal alan bilhassa doğum travması ile yakından ilişkili olması sebebiyle üzerinde durulacaktır. Rank'ın Freud başta olmak üzere pek çok kişi tarafından bilimsel bulunmayıp alay edilen doğum travması teorisi, Grof'un çalışmalarıyla doğumun insan hayatında maddi ve manevi açıdan en önemli deneyimlerden biri olduğunu teyit etmiştir. Aynı şekilde doğum (Birth Psychology),

³⁶¹ *Toward A Science Of Consciousness III : The Third Tuscon Discussions And Debates*, Ed. Stuart R. Hameroff, Alfred W. Kaszniak, David J. Chalmers, London, The MIT Press, 1999, s. 431.

peri ve prenatal psikoloji alanlarında Uzman Doktor Ludwig Janus, *The Enduring Effects Of Prenatal Experiences: Echoes From Womb* adlı eserinde doğumun insan hayatı üzerindeki kalıcı ve uzun etkilerini detaylı bir şekilde açıklamıştır. Ludwig'e göre insanın doğuşu, insanı en üst sınırlara iten bir olaydır ve aynı zamanda insanın kendisine ve hayata karşı olan duyguların temelini oluşturur demektedir. İnsanın doğuşunun evrimsel, biyolojik sebeplerden dolayı bir travma olduğunu ve bununla birlikte, hem anne hem de çocuk için vecdsel ve dönüştürücü bir deneyimi içinde barındırma ihtimalinin olduğunu ileri sürer.³⁶²

Modern batı psikolojisi ve sufi psikolojisi genel karşılaştırmalarından sonra, şimdi de doğum travması ile ilksel birlik ve ayrılık temaları çerçevesinde karşılaştırmalar yapılacaktır. Doğum, dünya üzerinde tüm insanlığın tecrübe ettiği ilk olay ve ilk ayrılıktır. Psikolojide ayrılık teması farklı şekillerde ele alınmıştır. Rank, ilk ayrılık ve travmayı doğum tecrübesine bağlamıştır. İnsan ilk ayrılığı annesinden yani onun rahminden ayrılarak yaşamıştır ve bu neredeyse onarılmaz bir durumdur, bu durumun nihai anlamda sona ermesi ancak ölümle mümkündür. Sufi psikolojisinde ise ayrılık bu dünyada başlayan bir olgu olmaktan öte daha farklı şekilde ele alınmıştır, insan bu dünyaya gelmeden önce zaten ayrılığı tatmıştır. Tasavvuf literatüründe, Mevlânâ kaynağından koparılan insanın trajedisini ney metaforuyla anlatmaya çalışırken, diğer yandan Arabî ve Balyanî gibi sufiler ayrılık ve birleşmeyi reddederek insanın haddi zatında kaynağıyla/özülüyle zaten bir birlik ve bütünlük içinde olduklarını dile getirmişlerdir.³⁶³

Sufi anlayışa göre insanın arayıp bulmaya çalıştığı, eksikliğini hissettiği birlik ve bütünlük zaten ruhunun derinliklerinde saklıdır. İnsan aslında her daim evindedir. Asıl problem, insanın bu birlik ve bütünlüğün idrakinde olmamasıdır, kendi varlığını Allah'tan ayrı bir varlık zannedip bir tür gaflet ve şirk halinde olmasıdır.³⁶⁴ Nitekim Frager, "Tasavvufî yolların temel noktalarından bir tanesi de Allah'ı hatırlamaktır."³⁶⁵ der. Sufiler ilk ayrılığın Allah'la tecrübe edildiğinin farkındadırlar, dolayısıyla onlara göre birlik ve ayrılık ilk olarak O'nunla yaşanmıştır, metaforik anlamda ruhların ait

³⁶² Janus, **a.g.e.**, s. 49.

³⁶³ Arabî, **a.g.e.**, s. 16 ; Baylanî, **a.g.e.**, s. 110-111.

³⁶⁴ Arabî, **a.g.e.**, s. 20.

³⁶⁵ Frager, **a.g.e.**, 2012, s. 37.

olduğu ilk “rahim” Allah’ın kendisidir, bu sebeple sufiler sadece Allah’ı arzular ve O’na hasret duyarlar. Hökelekli bu durumu şöyle açıklamaktadır:

“Dinî mistiklerin en karakteristik özelliği ‘Allah’a ulaşma arzusu’dur. Allah’tan ayrı düşmüş olma, bir mistiğin temel üzüntüsü ve onu harekete geçiren arzusunun asıl itici gücüdür. Sûfiler sık sık ‘ayrılık acısını’ dile getirirler. Çünkü mistiğin gözünde insan, özü itibariyle Allah’tan kopan bir parçadır; bütüne, asıl ve hakiki varlığa ulaşmak, onunla bütünleşmek varoluşun en son gayesini oluşturur.”³⁶⁶

Bütün ıstırap ve acıların son bulması ve mutlak huzura kavuşmak ancak ruhun tekrar yaratıcısına dönmesiyle mümkündür.

Sayar, *Sufi Psikolojisi* adı ile derlediği eserde, modern psikolojideki ayrılık anksiyetesini ele aldıktan sonra sufi psikolojisinin buna olan yaklaşımına şöyle değinir:

“Sûfiler bin yıl önce ayrılık anksiyetesinin ve bunun benlik üzerindeki patolojik etkilerinin farkına varmışlardır. Sûfiliğe göre insan, yaşamına tabiatla bilinçdışı bir birlik içinde başlamış dinî psikolojik bir varlıktır. Cennetten düştüğü veya tabiattan kopduğu günden beri yeni bir birliğin özlemi içindedir. Tabiattan ve Tanrı’dan kopuş, bencillik, kendini kandırma ve parçalanmaya yol açmaktadır. Bu yüzden tasavvuf narsistik eğilimlerle sürekli savaşımlı öngörür.”³⁶⁷

Sayar, Fromm’un temel anksiyeteyi insanın tabiattan kopuşuna bağladığını belirtir. Bu kopuş benliğin kendini doğadan ayrı sanarak yalnızlaşmasına ve çevresiyle yabancılaşmasına yol açar, böylelikle kendini bir zindana hapseder.³⁶⁸ Otto Rank da bilinçli benliğin gelişiminden önce doğayla bir olduğu gibi, insanın da kendisiyle bir olduğunu belirtmiştir.³⁶⁹ Sayar, sûfîlerin kişilik bütünleşmesine doğru ilk adımın tabiattan ve Hakikatten ayrı düşmenin kaygılarıyla yüzleşmek olarak gördüklerini belirtir³⁷⁰ ve Sayar ekler: “Sûfiler de ayrılığı bir hastalık olarak görürler ve ayrılık kaygılarının kişiliğin parçalanması, zihin ve ruhun bozulmaya uğraması konusunda etken olduğunda birleşirler. İnsanoğlu tabiattan, Hakikat’ten, Doğruluk’tan ve Tanrı’dan ayrı düşmüştür ve duysal ıstırap veya ‘hastalık’ bu ayrılıktan kaynaklanmaktadır.”³⁷¹ Sayar, ayrılık için örnek olarak Mesnevi’nin neyle ilgili ilk dizlerini verir ve ayrıca Mevlânâ’nın kafesteki papağan öyküsünün arayış içinde olan

³⁶⁶ Hayati Hökelekli, *Din Psikolojisi*, 2. bs., Ankara, TDV Yayınları, 1996, s. 318.

³⁶⁷ *Sufi Psikolojisi*, Haz., Kemal Sayar, 9. bs., İstanbul, Timaş Yayınları, 2013, s. 39.

³⁶⁸ Sayar, *a.g.e.*, s. 39.

³⁶⁹ Rank, *a.g.e.*, 2018, s. 43.

³⁷⁰ Sayar, *a.g.e.*, s. 29.

³⁷¹ Sayar, *a.g.e.*, s. 39.

bir kişiyi: kafesin de nefs-i hayvanîyi temsil ettiğini belirtir. Sayar, bu öyküden şöyle bir örnek verir: “Tüccarın papağanı ayrılık hastalığından muzdariptir. Fenâ süreciyedir ki (benliği geçici benlikten kurtarmak, ölmeden önce ölmek), papağan özgürlüğünü kazanır.”³⁷²

Sayar, ayrıca *Terapi: Kültürel Bir Eleştiri* adlı eserinde de insanın birlik ve bütünlük arayışından bahseder: “Birlikte olmak, her halükarda kişinin bildiği ilk gerçeği ve hatta ilk kaybidir; öyle ki bir hayat boyu onu yakalamak için koşuşturmadan vazgeçmez.”³⁷³ ve “Birlik, iç ve dış dünyaların her katmanından istenilen, arzulanan ve ulaşılmak için çabalanan haldir. Birlik, ruhun en derin arzusudur.”³⁷⁴ demektedir. Fakat, Sayar bunun tek başına gerçekleştirilebilen bir şey olmadığını ileri sürer, kişi ancak bunu ötekiyle birlikte gerçekleştirebilir çünkü “öteki” benliğin asıl kaynağıdır bu nedenle insan “ötekinin varlığına ve onunla olan birliğine de muhtaçtır”³⁷⁵ diye açıklar. Peki psikoloji literatüründe ilk öteki nedir veya hangi varlıktır? Sayar, insanın karşılaştığı ve birliği kendisiyle deneyimlediği ilk varlık/ötekinin anne olduğunu, yalnız anneyle olan bu birlik ve bütünlüğün çocuk büyüdükçe kademe kademe azaldığını, nihayetinde çocuğun benliğinin annesinden ayrılığıyla sonuçlandığını ve bunun çocukta derin bir hüznün ve şaşkınlık yarattığını söyler. Sayar bu durumu şöyle açıklamaktadır:

“Ana rahminden, o güvenli ve rahat sığınaktan kopuşla başlayan bu ayrılık, çocuğun anneyle birleşmesinin verdiği güveni zamanla diğer nesnelerle birleşerek aramasıyla devam edecektir. Bir olmak arzusu, her ne kadar çocuğa zamanla ulaşılmaz gelse de, Freud’un gücünü işaret ettiği bilinçdışında bir yerlerde yatan bu istek, sürekli kendini gösterecektir. Çocuk, yetişkinlik yıllarında dahi bir olmak arzusuyla nesne arayışları içinde olacak, kendini en çok güvende hissettiği zamanlarda o ilk birleşme anının uzantısı olan nesnelerle beraberliğin hazzını alacaktır. Pek çok çocuk, anneden ayrışma dönemlerinde bir battaniye, bir yastık veya bir oyuncakla yoğun bir bağılılık ilişkisi geliştirir. Bu geçiş nesneleri, bir anlamda annenin yerini ikame eder.”³⁷⁶

Tasavvuf literatürüne göre ise insan için ilk öteki/varlık Tanrı’dır, O benliğin nihai kaynağı ve kişinin derinliklerinde aradığı gizli hazinedir. İnsan özünde ilâhi ve kutsal bir varlıktır, bu sebeple en derin arzusu tekrar ilahi kaynağına dönmek ve onunla

³⁷² Sayar, **a.g.e.**, s. 40.

³⁷³ Kemal Sayar, **Terapi : Kültürel Bir Eleştiri**, 5. bs., İstanbul, Timaş Yayınları, 2014, s. 269.

³⁷⁴ Sayar, **a.g.e.**, 2014, s. 268.

³⁷⁵ Sayar, **a.g.e.**, 2013, s. 269.

³⁷⁶ Sayar, **a.g.e.**, 2014, s. 268-269.

bir olmaktır. Haeri, bu durumu İslam'daki fitrat kavramıyla ilişkilendirir ve şöyle açıklar: İçimizdeki bir şey zaman öncesi ve zaman ötesindeki kesin olan bir şeyi arzu eder. Yaratılan her şeyde var olan orijinal plandaki anlamı kavramak için dış ahengi arzu eder. Bu ilk plan (blueprint) Arapça'da fitrat olarak adlandırılır. Fitrat daima ilksel kaynak olan Tanrı'yı arzular ve O'na dönüp O'nunla birleşmek ister.³⁷⁷ Washburn de transpersonel psikolojide fitrata benzer bir terim olan "dinamik alan"dan bahsetmektedir. İnsan gelişimini betimlediği "spiral model"de ilksel kaynağa dönme arzusunun ancak insanın kopup geldiği asli ruhsal doğasını keşfetmesiyle yani egonun meydana geldiği ilksel kaynak olan "dinamik alan"la tekrar bütünleşmesiyle tatmin olacağını ileri sürer. Mutasavvıf Vaughan-Lee de insanın Allah'tan ayrılıp ona dönüş sürecinin çizgisel değil spiral biçimde olduğunu belirtir ve ekler: "Fakat bu ayrılıktan (bu'd) yakınlığa (kurb) olan yolculuk, bir düz çizgi gibi yürümez, bilâkis spirial biçimi alır."³⁷⁸

Amerikalı felsefe profesörü ve Heidegger'in önde gelen yorumcularından biri olan Capobianco, bir makalesinde Jung ve Heidegger'in bazı görüşlerini karşılaştırır. İkisinin de "bütünlüğün" ve tamamlanmanın insan için temel bir amaç (telos) olduğunu ileri sürer. Ego farkında olsa da olmasa da, insanın psişesinin birlik ve tamamlanmaya doğru hareket ettiğini ve bunun için çaba sarfettiğini söyler. Buna örnek olarak Capobianco, Jung'un bireyleşme* (individuation) kavramı ile Heidegger'in eve dönüş fikirleri üzerinden gider. Heidegger'e göre biz farkında olmadan, bize rağmen meydana gelen bir şeyler vardır, bu Varlık'ın bizi "eve" "çağırısı"dır. Capobianco, hem Jung ve Heidegger'in - günümüzde neredeyse kaybolmuş olan mesajın - Homeros'un Odesa'sını görüşlerinin merkezine koyduklarını belirtir, yani her ne kadar meşakkatli olsa da bizim "eve" doğru bir yolculuk yaptığımız bir gerçektir.³⁷⁹ Bu meşakkatli yolculuk, sufi psikolojisi açısından değerlendirildiğinde hakiki Varlık ve Kaynak olan Allah'a yapılan bir yolculuk olarak

³⁷⁷ Shaykh Fadhlalla Haeri, **Cosmology of The Self**, Zahra Publications, 1987, s. 20.

³⁷⁸ Llewellyn Vaughan-Lee, **a.g.e.**, s. 48

*Bireyleşme Kavramı: Bireyin psişesinde bilinç alanıyla kolektif bilinçdışının birleşmesi ve böylelikle psikolojik bütünlüğü yakalamasıdır.

³⁷⁹ Richard Capobianco, **A Note On Heidegger and C. G. Jung on Wholeness As Telos of Human Being**, Stonhill Collage, s. 2, (Çevrimiçi) https://www.academia.edu/38251968/Heidegger_and_Jung_on_Wholeness_as_the_Telos_of_the_Human_Being 11.11.2019.

nitelendirilebilir. Nitekim Kur'an'da Allah: "Ey insan, gerçekten sen, hiç durmaksızın Rabbine doğru yol almaktasın; sonunda O'na varacaksın."³⁸⁰ ayetiyle insanın meşakkatli ve zorlu yolculuğunu açık bir şekilde ifade etmiştir. Sufi psikolojisine göre insan bu dünya üzerinde hakiki evinde değildir, burada bir misafirdir ve öldükten sonra tekrar kaynağına dönecek ve O'nunla bütünleşecektir. İnsanın içinin derinliklerinde duyumsadığı evsizlik hissi ve bir ev arayışı bu yüzdendir, farkında olsa da olmasa da o her daim bir arayış içerisinde. İnsanın asıl yaratılış gayesi ve maksadı da gizli hazine olan Allah'ı aramak ve bulmaktır. Bu adeta evrenin kozmik bir saklambaç oyunudur.³⁸¹

İnsanın birliğe ve bütünlüğe olan özlemini ve doğum travmasıyla meydana gelen kopuşu Rank'ın arkadaşı Ferenczi, bionalitik olarak adlandırdığı bilimsel bir metotla açıklamaya çalışmıştır. Ferenczi, doğum travmasını insan için bireysel sonuçlarının yanında, onu soyuşsal yönden de ele alarak daha gerilere götürmüştür. Ona göre, doğum travması sadece insanların yaşamış olduğu bir durum değildir, evrimsel anlamda her canlının yaşamış olduğu bir olay, doğal bir felakettir. Ferenczi, tüm canlıların ortak anası olan denizden bahseder, deniz tüm varlıkların içinde türemiş olduğu ilk yuvadır. İnsanın genital organlarının, kadınlarda bulunan rahim ve erkeklerdeki spermi de denizle ilişkilendirmiş ve onları denizden kalma bir tür kalıntı olarak yorumlamıştır. Dolayısıyla rahme dönme arzusu sadece anneyi değil tüm anaların anası olan denizi de içerir ve Ferenczi bunu "denizsel regresyon" (thalassal regression) olarak adlandırmıştır. Ona göre cinsel birleşmenin amacı da bir zamanlar yaşanmış olan ahenk ve huzur dolu günlere dönmektir; spermler gerçekten de rahme ulaşmaktadır ve sınırlı/yarı sınırlı olarak da olsa tüm vücut bir süre için rahme bir dönüş gerçekleştirmektedir. Bu anlamda, cinsel içgüdüğü bilinçaltında salt dinginlik ve hiçlikle çağrıştırılan ölümün bir versiyonu ve cinsel birleşmeyi de yaşanılmış travmanın üstesinden gelmek için bir çeşit yeniden doğuş olarak görür.

Ferenczi'ye göre, doğum travması, anne rahminde bir balık gibi huzur içinde yaşayan bebek için nasıl bir travmaysa, türlerin kuraklık nedeniyle denizden ayrılması da bir tür soyuluşsal felakettir. İnsanın bilinçaltında bu iki felaket de mevcuttur ve

³⁸⁰ Kur'an, 84:6.

³⁸¹ Frager, **a.g.e.**, 2014, s. 33.

insanın arzusu bu felaketlerin öncesine, besleyici ve koruyucu olan rahme, varlığın mutlak bir dinginlik ve ahenk içinde yaşadığı duruma geri dönmektir. Bu insanın en temel iç güdüsüdür. Sufi psikolojisinde, insan hem metaforik hem de gerçek anlamda suyla ilişkilendirilir: “...Allah (c.c) bir okyanus, derviş bir damla sudur.”³⁸² İnsanın bir damla su olan spermden (Yasin Suresi:77) meydana gelmesi, hücrelerin sitoplazmasındaki su oranı ve vücuttaki su oranı insanın su ile olan hayati ilişkisini göstermektedir. Bu aynı zamanda makro âlem olan dünya için de geçerlidir. Kuran’da belirtildiği gibi: “Kâfir olanlar görmezler mi ki gerçekten de göklerle yer birdi de biz onları ayırdık ve her şeyi, sudan yarattık, hâlâ mı inanmazlar?”³⁸³ Kur’an’daki bilgiye göre, tüm varlıkların menşei sudan gelmektedir. Allah, daha önce bir ve bütün olan yer ve gökten, daha sonra bunların ayrılışından bahsetmektedir. Birlik ve ayrılık sadece insanın yaşamış olduğu bir durum olmayıp evrendeki her şey için geçerlidir.

İnsanın denizle olan ilişkisini mikro ve makro anlamda yüzyıllar önce mutasavvıf Aziz Nesefî ele almıştır. Bu durumu şöyle açıklamıştır:

“Büyük âlemin ilk cevheri vardır ve her neki zuhur etmiştir, bu “izâfî Ruh”tur. Küçük âlemin ilk cevheri nutfedir, yani menidir. Büyük âlemin dört deryâsı vardır, küçük âlemin de dört deryâsı vardır. Menî, baba olarak insanda bulunduğu sürece birinci deryâdır, adı genci pinhan, yani “Gizli hazine”dir. Menî, ana olarak insanda ikinci deryâdır. Adı küçük âlemin ilk cevheridir, yani “Ruhu Muhammedî”dir.”³⁸⁴

Sufi psikolojisinde insan ve evren, makro ve mikro düzeylerde ele alınır. Fakat insan mikro âlem olmasına rağmen taşıdığı değer ve potansiyeller açısından aslında o büyük âlemdir, âlemde ne varsa onda da vardır ve onu her şeyden üstün kılan bir bilinci vardır. Nitekim, Arabî bu konuda şöyle demektedir: “Ne zaman insan Allâh’ı tam anlamıyla bilirse, bu takdirde evren ‘İNSÂNİ SAĞİR’, ‘Küçük İnsan’ olur, ve Âdem, ‘İNSÂNİ KEBİR’, ‘Büyük İnsan’ olur. Zira evren denilen kâinat büyük insanın mertebesiyle ancak küçük insandır. İnsânı Kâmil bütün âleme evrene rûhu küllî menzilesindedir.”³⁸⁵ Bu yüzden Nesefî, büyük ve küçük âlemden ve onların

³⁸² Frager, **a.g.e.**, 2014, s. 193.

³⁸³ Kur’an, 21:30.

³⁸⁴ Aziz Nesefî, **İnsanın Ashı ve Ruhların Yıldızlarla İlişkisi : (Maksad-ı Aksa ve Vahdet-i Vücut, Çev. Mahmut Sadettin Bilginer, İstanbul, Otağ Matbaası, 1976, s. 18 ; Tasavvufta İnsan Meselesi İnsan-ı Kâmil, Çev. Mehmet Kanar, 2. bs., İstanbul, Dergâh Yayınları, 2013, s. 27.**

³⁸⁵ Arabî, **a.g.e.**, s. 56.

deryalarından bahsetmektedir. Makro ve mikro âlemlerin oluşumlarını ve aralarındaki benzerliği sırasıyla açıklamıştır. Küçük âlem olan insan, ilk deryayı (deniz) meni, yani sperm olarak adlandırmış ve “gizli hazine” olarak betimlemiştir. Ferenczi de spermi denizle ilişkilendirmiş ve onu deniz yaşamından bir kalıntı olarak bahsetmiştir. Neseî, Ferenczi’den farklı olarak insanın biyolojik ve metafizik boyutlarını birbiriyle ilişkilendirip bütünsel bir bakış açısıyla aslını ve özünü açıklamaya çalışmıştır.

Yalnız Neseî daha sonra mutlak anlamda ilk deryanın Allah’ın zatı olduğunu belirtir:

“İlk gizli hazine Allah’ın zâtıdır, birinci deryâdır. Bu deryâ tecelli edince, ikinci deryâ olan ruh, Ruhu Muhammedî olan “izafî Ruh” zâhir oldu, yani göründü. Bu izafî ruh büyük âlemin ilk cevheridir ki, buna : “Evvele mâ halak-allâhil akil”, “Allah ilk önce benim aklımı yarattı” şerefli hâdisi işâret eder. Allah’ın sıfatları burada belirir, isimler burada görünürler, böylece ikinci deryâ tecellî etti ve bunu takiben de üçüncü ve dördüncü deryâlar da peyda olurlar. Bunlar da yukarıda bildirildiği üzere mülk ve melekûttur, yani büyük âlemin ilk cevheri olan izâfî ruhun da nutfede (menide) olduğu gibi zâhirî ve bâtını (dış ve iç görünüşleri) vardır. Zâhirinden (dış görünümünden) cisimler, felekler, yıldızlar, unsurlar ve ateş, su, hava, toprak olduki, böylece mülk âlemi meydana geldi. Bâtınından (iç yüzü sırrından) ise akıllar, nefslar, tabiatlar olduki, böylece melekût âlemi meydana geldi, insan âlemi gibi dört deryâ tamam oldu.”³⁸⁶

Yukarıdaki açıklamalarda görüldüğü gibi Neseî, küçük ve büyük âlemlerin yaratılış aşamalarını sıralamış, insan ve evrenin hem batını ve hem de zahiri yönlerini açıklamıştır. Küçük ve büyük âlemin yaradılışı birbirine benzediği gibi birbirleriyle yakından ilişkilidir. Neseî, bütün varlıkların kaynağı ve ilk deniz olarak Allah’ın zatını belirtir. Her şey O’ndan gelmiştir, küçük de büyük de âlemlerin kaynağı O’dur. Nitekim, besmeledeki “bismillahirrahmanirrahim” rahman ve rahim kelimlerinin kökü r-h-m’dir, bu kök aynı zamanda kadın organı olan “rahim” (yakınlık, akrabalık, sevgi, şefkat, merhamet, besleyici) manasına da gelmektedir.³⁸⁷ NASA’nın 2018 yılının Temmuz ayında yayımladığı “yenidoğan dev gezegenin bebek resimleri”nin anne karnında oluşan cenine oldukça benzediği görülür.³⁸⁸ Evrenin rahminde doğan bir

³⁸⁶ Neseî, a.g.e., s. 20.

³⁸⁷ Richard Shelquist (Wahiduddin), **Bismillah al rahman al rahim**, 03-Jan-2008, (Çevrimiçi) <https://wahiduddin.net/words/bismillah.htm> 26.11.2019.

³⁸⁸ NASA, **Discovery alert! Baby pictures of newborn giant planet**, July 3, 2018, (Çevrimiçi) https://exoplanets.nasa.gov/news/1514/discovery-alert-baby-pictures-of-newborn-giant-planet/?utm_source=FBPAGE&utm_medium=NASA+-National+Aeronautics+and+Space+Administration&utm_campaign=NASASocial&linkId=5405423

gezegen/yıldız adeta anne rahminde doğan bebeğin büyük bir versiyonudur. Zaten tasavvufta insanın küçük bir evren olup evrenin büyük bir insan olduğu açıklanmış olsa da fiziksel anlamdaki bu benzerlik şaşırtıcıdır. Sufi anlayışa göre Allah Rahman ve Rahim olup bütün varlıkların kendisinden meydana geldiği en büyük deniz/deryadır. Sonuç olarak, Ferenczi'nin betimlemiş olduğu denizsel regresyon/özlem tasavvuf psikolojisinde sadece bu dünyaya ait olan bir yere/duruma ait olmayıp, aynı zamanda insanın ve her şeyin orijini, evi ve kaynağı Rahman ve Rahim olan Allah'a duyulan bir özlemdir.

Psikolojide ilk arzu/aşk nesnesi anne ya da rahimdir, Freud'un tekinsizlikle bağdaştırdığı rahim, insan yavrusunun ilk yuvası olması nedeniyle bilinçaltında hem tanıdık hem de korku verici bir etki uyandırır. Tezin ilk kısmında açıklandığı üzere tekinsizliğin Almancası "heimlich" tanıdık, yerli, eve ait anlamına gelen sözcüğün zıttı olan "unheimlich" (korku ve kaygıya neden olan korkutucu ve tekinsiz)tir. Rahim bir zamanlar insanın zamansızlığı tattığı, birlik ve bütünlük içerisinde yaşadığı yer olmasının yanında, oradan zorla atılması nedeniyle insanın bilinçaltında korku/kaygı verici bir yeri, adeta cehennemi de andıran bir yer de olmuştur. Balint'in deyiimiyle insanın çevresiyle olan ilk ilişkisi "ilk aşk" (primary love)tır, bunun nedeni bireyin içinde herhangi bir yapı ya da obje bulundurmayıp çevresiyle uyumlu bir karışım (harmonious mix-up) içinde olmasıdır. Doğum öncesi bebek ve çevre birbirine nüfuz etmiş ve birbirine uyumlu bir şekilde karışmıştır. Buna örnek olarak Balint arkaik bir simge olan balığı örnek verir, nitekim cenin de aynı şekilde anne karnında bir balık gibidir. Fakat doğum - ölüm tehdidi altında - bu birlik ve ahengi bozan ve bebeği yeni bir uyum biçimine zorlayan bir travmadır. Doğum aynı şekilde, bu ahenkli ve sınırsız genişlikteki çevrede, birey ve çevre arasındaki ayrımı başlatır ve ego dahil olmak üzere ruhsal objelerin meydana gelmesine neden olur. İşte bu ahenk ve bütünlüğün kırıldığı noktada gün yüzüne çıkan ego, tekinsizdir. Çünkü adeta yabancı bir madde gibi ilksel yuvanın/aşkın dengesini bozmuş ve ikiliklerin meydana gelmesine neden olmuştur.

Sufiler de bu egoya küçük/izafi ben olarak adlandırırlar, bu oluşan ego gerçek değildir, hakiki/evrensel Ben ancak küçük benin dönüştürülmesi/öldürülmesiyle elde

edilecektir. *Sufi Psikolojisi*'nde bu şöyle açıklanmaktadır: “Böylece, hedefi gerçek Ben’e, mükemmel ve evrensel kişiliğe ulaşmak için arayışa gireriz. Bu her şeyle bütün olmak, ulviyet kazanmak ve sadece Hak’la bir olmak demektir.”³⁸⁹ Sufiler, doğum ile bozulmuş olan ahenk ve birliğin tekrar kazanılacağı görüşündeler. Allah ile aşk içinde bir ve bütün oldukları duruma geri dönülebileceğini savunurlar fakat bunu başaramak kolay değildir, nice engeller vardır. İnsan, Tanrı’dan taşıdığı ruh vasıtasıyla aslında batını olarak her zaman O’nunladır, ancak insanın bunun bilincine varması için ortadan kaldıracağı pek çok perdesi vardır:

“Başlangıçta bu durumu algılayamayız, çünkü hayatımız boyunca farkındalığın eşiğine gelinceye kadar, bir takım zihinsel bloklar bu algılamayı engeller. Bu yüzden sufiler görevimizin bu engelleri ortadan kaldırıp evrenin bir aynası olmak olduğuna işaret ederler. Sâlikler (arayıcılar) zorlu bir zihinsel yola girerler; yol zordur, çünkü arayış ve tefekkürün her aşamasında bir illüzyona düşme ve sahil akıl duruşunu empatik olarak kaybetme ihtimali ile yüz yüze gelirler.”³⁹⁰

Sufi psikolojisine göre, insanın zahiri anlamda ilk aşk/arzu nesnesi annesi/rahimdir fakat batını ve hakiki anlamda ise Allah’tır çünkü anne bu dünyada ruhların doğuşuna aracılık eden bir varlıktır, o ruhun kaynağı değildir. Zira o da doğurmuş ve doğrulmuştur dolayısıyla hakiki arzu nesnesi “doğurmamış ve doğrulmamış”³⁹¹ olan Allah’tır. Başka bir ayette Allah “Ve Allah sizi analarınızın karınlarından öyle bir halde çıkardı ki hiçbir şey bilmiyordunuz, öyle iken size, işitme, gözler, gönüller verdi ki şükredesiniz.”³⁹² demektedir. İnsanı, anne rahminde yaratıp çıkaran ve onu çeşitli cihazlarla donatan Allah sufiler için hakiki aşk nesnesi konumundadır ve “Tasavvuf özünde insanın arzu nesnesiyle, yani Mâşuk/Maksud ile yahut ‘ideal-ego’ ile özdeşleşmeye giden bir enfüsî deneyimdir.”³⁹³ Merter, anne ve Tanrı arasında şöyle bir bağ kurmaktadır: “Üst biliçdışının temel arketipi “Can” ve onun ötesinde de “Tanrı” iken alt bilinçdışının temel ve en tesirli arketipi “anne” gibi görünüyor.” diye ifade etmektedir. Merter, “Cennet anaların ayakları altındadır” hadisini de referans olarak gösterir.³⁹⁴ Diğer bir deyişle, anne de Tanrı da ilksel

³⁸⁹ Sayar, **a.g.e.**, 2013, s. 65.

³⁹⁰ Sayar, **a.g.e.**, 2013, s. 65-66.

³⁹¹ Kur’an, 112:3.

³⁹² Kur’an, 16:78.

³⁹³ Sayar, **a.g.e.**, 2013, s. 59.

³⁹⁴ Merter, **a.g.e.**, 2014, s. 54-55.

cennetler olarak insanın üst-alt bilinçdışında varlıklarını sürdürmekte oldukları söylenebilir.

İnsan, Tanrı'yı "ilk öteki" veya "ilk sevgi nesnesi" olarak benimsemiş olduğu Bezm-i Elest olayı ayna evresiyle bu anlamda ilişkilendirilebilir. Allah'ın Vedûd isminin tecelli ettiği Bezm-i Elest'te ruhlar Allah'a aşık olmuş ve orayı "ezeli vatan", "aşk ili" veyahut "hakikat âlemi" olarak benimsemişlerdir.³⁹⁵ Tanrı'nın yaratmış olduğu insan ve kainat Tanrı için nasıl bir ayna işlevi görüyorsa aynı şekilde Bezm-i Elest hadisesinde de yaratılan ruhların bulunduğu konum ayna evresine karşılık gelebilir çünkü bu mecliste bir birliğin çözülmesi söz konusudur, yani burada "ben ve öteki" denen bir ikilik meydana gelmiştir. Bu sebeple, Tanrı'nın kendi ruhundan üflediği insanı yaratması, hem Tanrı hem de insan tarafından görünürde bir çeşit ayrıştırmayı ve ikiliği beraberinde getirmiştir fakat bu mutlak anlamda bir ayrılık söz konusu değildir çünkü tasavvufa göre Tanrı'ya ayna olan insan ne Tanrı'dır ne de Tanrı'dan gayridir. Lacan da insanın anneden ve çevresinden ayrımlaşma sürecini ayna evresiyle açıklar. Ayna metaforik bir anlam taşıdığı gibi gerçek anlamda da kendisinin özne olma sürecinde yansıtıcı işlev gören bir varlık/objedir. Bu, ya anne/bakıcı olur ya da varlığını olumlayan ve yansıtan herhangi bir obje olabilir. Bebek, ayna evresinden önce henüz çevresinden ayrımlaşmamış ve özne konumuna gelmiş değildir. Bebek kendisini annesinden ve çevresinden ayrı bir varlık olarak algılamaz dolayısıyla zaman ve mekan algısı olmadığı gibi ilk sevgi nesnesi olan annesiyle birlik ve bütünlük içinde yaşar. Fakat bu homojen ve ahenkli durum bebeğin kendisini "öteki"den farklı olduğunu kavrayınca bozulur çünkü bu evrede ego ortaya çıkar, Lacan zaten egoyu bütün nörotik problemlerin kaynağı ve tüm insanlığın paylaştığı bir semptom olarak görür.³⁹⁶

İnsanın bir bütünden ayrılması ve ilksel anksiyeteyi tekrar etmesi açısından ayna evresi doğum travmasının başka bir versiyonu olarak değerlendirilebilir çünkü bu evrede de bir ayrışma/ayrılığın ve dengenin bozulması söz konusudur. Prematüre doğan insan yavrusunun yeniden kendi eksiksizliğini ve bütünlüğünün kaybını tecrübe ettiği bir süreçtir. Bu durum insanın hayatı boyunca bu tamamlanmışlığın ve

³⁹⁵ Ali Rıza Bayzan, *Sûfi ile Treapist*, İstanbul, Etkileşim Yayınları, 2013, s. 44.

³⁹⁶ *Between Winnicott And Lacan*, Ed. Lewis A. Krishner, New York, Routledge: 2011, s. 6.

bütünlüğün arayışı içersine girmesine neden olur. İnsan, anne rahminde mutlak dinginliğin sürdüğü neredeyse ölü/inorganik bir şekilde hayata adım atması sebebiyle tekrar egonun olmadığı, birlik ve bütünlüğün hakim olduğu zamanlara dönmek ister. Bu bir çeşit ölüme en yakın olan ve ceninsel düzeye yaklaşan nirvanaya ulaşma arzusunu andırır.

Lacan'ın manque (eksiklik), objet petit a, jouissance gibi kavramları bir zamanlar kaybedilmiş olan bu birlik ve bütünlük arayışını yorumlama şekli olarak görülebilir. Fransız psikiyatrist ve psikanalist Franck Chaumon, insanın hissettiği kayıp/eksiklik durumuyla ilgili şöyle bir açıklamada bulunur: Freudyen ve Lacancı teoride, obje petit a insanın derin bir nostaljiyle peşinden delicesine koştuğu, eşi ve benzeri olmayan ilksel anne aşkından kalma bir “kayıp objedir”. Bazı analistlerin de bu konsepti öznenin acı verici bir şekilde ayrılmış olduğu başlangıçtaki tatminin (anne-çocuk çifti, ilksel ideal füzyon) eksikliğiyle ilişkilendirdiler. Fakat insanın bu arayışı bir başarısızlığa mahkumdur çünkü başlangıçta ilk kez deneyimlediğimiz tatminin aynısını tekrarlamak mümkün değildir. İşte bu yüzden başka bir nesne arayışına girmeliyiz, sonra bir başkası, böylelikle şimdi “kayıp” olan nesne için amansız ve bitmek tükenmek bilmeyen bir arayış içine gireriz.³⁹⁷ demektedir.

Sufiler ise bu arayışı insanın Tanrı'dan ve ilk yuvasından ayrılmasıyla meydana gelen özlem ve ayrılık acısıyla ilişkilendirirler. İnsanın aslında ilk karşılaştığı ve ünsiyet ettiği varlık Tanrı'dır dolayısıyla ilk kaybettiği şey, Tanrı ile yaşanmış olan birlik ve bütünlüktür. Bu durum insanın ruhunun derinliklerinde saklıdır fakat insan bu kaybedilmiş şeye olan arzusunun farkında olmayarak dünyadaki çeşitli şeylerle tatmin olmaya çalışır. Sufi psikolojisine göre insan, sadece biyolojik veya psikolojik bir varlık değildir, o aynı zamanda ruhsal yani manevi ihtiyaçları olan bir varlıktır ve insanın manevi ihtiyaçlarının yanlış yorumlanması insanın kendi özüne\kaynağına yabancılaşmasına sebep olur ve tekamül etmesine ket vurur. Bu konuda Merter:

“İnsan olarak bizler özümüzden ve aslımızdan bihabersek veya uzak düşmüşsek, kendi kendimize de yabancılaşmışız demektir. İçimizdeki ontolojik yükselme potansiyelini, içgüdüsel olarak daima hissettiğimiz için, “aynı katta” kalmak, bir süre sonra bizi sıkır, içimizi daraltır. Bu durumda, doğal olarak ortaya çıkacak

³⁹⁷ Franck Chaumon, **Lacan la loi, le sujet et la jouissance**, Paris, Éditions Michalon, 2004, s. 62.

duygu ve kaygının, dıştaki tezahürü çoğu zaman öfke olabilir. Kaynağa, öze, birliğe ve tevhide doğru yüksellememenin öfkesi...”³⁹⁸ demektedir.

Buradan da anlaşılacağı gibi insanın temel problemi anneyi\rahmi aşan varoluşsal bir düzlemde tezahür etmektedir, insanın tecrübe ettiği ilksel kayıp, maddeyi ve bu dünyanın sınırlarını aşan bir boyuttadır. İnsanın içinde sınırlaması olmayan bir İlahi kıvılcım olan ruh vardır. Dolayısıyla insanın arzusu sonsuz olan ruhuyla ilişkili olup sonsuz\zamansızdır, bu sebeple, bu kaybı dünya üzerinde, dünyevi nesnelerle tatmin etmesi imkansızdır.

Lacan’ın “objet petit a”sı yani arzunun nedeni, insanın tamamlanmamışlığı ve başlangıçtaki acizliğinin, fiziksel ihtiyaçlarının karşılanmasının ötesinde tamamlanma arayışını ortaya çıkaran insanın özündeki eksikliğin bir ifadesidir. Diğer bir deyişle objet petit a, fiziksel ihtiyaçlarının ötesinde olan bir arzuyu dile getirir. İnsanın ayrı bir obje olmadaki durumu yadsıma, ilksel ayrılık nedeniyle kaybedilmiş olan birlik ve bütünlüğü tekrar elde etmeye çalışmaktır. Bu haz prensibinin ötesinde mutlak haz arayışı olan “jouissance” ile de ilişkilendirilebilir, mesela obje öncesi rahme dönme fantezisi. Objet petit a gerçek bir şey olarak somutlaştırılmaz. Özne haline gelme adımı (sembolik düzene girme yoluyla) insanın hakikati ve gerçek hakikat arasında bir boşluk bırakır, geçiş alanı gibi sonraki tüm deneyimleri etkiler.³⁹⁹

Lacan’ın insanın temel arzusuna ilişkin yorumları, Ernest Becker’in *Ölümü İnkâr* adlı eserindeki bazı düşüncelerle ilişkilendirilebilir. Aydınlanma çağıyla beraber Tanrı yerine insan kozmosun merkezine konulmuş ve akıl, tapılan bir alet haline gelmiştir. Dolayısıyla Becker, modern insanın da artık kendini Tanrı’da tatmin etmek yerine aşk nesnesinde tatmin etmeye yöneldiğini ve problemlerini bu nesne vasıtasıyla gidermeye çalıştığını fakat bunda başarısızlık ve hayalkırıklığı yaşadığını söyler.⁴⁰⁰ Dinden yabancılaşıp soğuyan insan, aşk nesnesini, sanki tüm arzularını tatmin edecekmişçesine onu bir Tanrı gibi yüceltir ve problemlerini bu ölümlü ve geçici varlıkla gidermeye çalışır. Dini/manevi ihtiyaç ve duygularını tamamen bu aşk nesnesine kanalize eder. Becker, Rank’ın aşk ilişkilerini bir dini problem olarak

³⁹⁸ Mustafa Merter, **Dokuz Yüz Katlı İnsan**, 12. bs, İstanbul, Kaknüs Yayınları, 2013, 42.

³⁹⁹ Lewis A. Kirshner, **Rethinking Desire: The Objet Petit A In Lacanian Theory**, February 2005, Journal of the American Psychoanalytic Association 53(1):83-102, s. 88-101.

⁴⁰⁰ Ernest Becker, **Ölümü İnkâr**, Çev. Arzu Tüfekçi, İstanbul, İz Yayıncılık, 2013, s. 223.

gördüğünü söyler.⁴⁰¹ Becker, modern insanın terapistine veya aşk partnerine olan bağımlılığını, dini ideolijilerin kaybının bir sonucu olarak görür ve buna Becker “romantik çözüm” der. Rank’tan ilham alarak Becker:

“İnsan, kozmik kahramanlık dürtüsünü bir sevgi nesnesi formunda başka bir kişiye sabitliyordu. Bu derinlerdeki doğasında ihtiyaç duyduğu kendini yüceltmeyi, şimdi aşk partnerinde arıyordu. Aşk partneri insanın hayatını ortaya koyacağı kutsal ideal haline gelir. Bütün ruhsal ve ahlâkî ihtiyaçlar, artık bir bireye odaklanır. Eskiden, başka bir varlıklar boyutuna atıfta bulunan dinsel, şimdi yeryüzüne indirilir ve ona başka bir birey insan formu verilir. Kurtuluşun kendisi artık Tanrı gibi bir soyutlamaya atıfta bulunmaz, ‘ötekini aziz ilân etme’de aranabilir.”⁴⁰² demektedir.

Anlaşılabileceği üzere daha önceleri aşk nesnesi Tanrı iken, modern dünyada aşk nesnesi aşk partnerine dönüşmüştür. Aşk partneri vasıtasıyla mükemmellik ve yücelme arzusunu tatmin etmeye ve böylece birlik ve bütünlüğünü sağlamaya çalışmıştır. Diğer bir deyişle, bir zamanlar objet petit a Tanrı iken yerini aşk partneri almıştır, böylelikle ulaşılamayan/elde edilemeyen arzusun nesnesi gökten yerlere indirilmiştir. Ayrıca, *Âşık Olmak* adlı eserinde psikolog Ayala Malach Pines, Becker ve Rank’ı referans göstererek bu çağda romantik aşkın bir varoluşsal anlam arayışına dönüştüğünü belirtir ve bunu Batılı, laik toplumla ilişkilendirir.⁴⁰³

Sayar da bir yazısında bu durumu şöyle açıklamaktadır:

“Günümüz Batı uygarlığında ölüme dair farkındalık bastırılmıştır. Ancak cinsellik tv ekranlarından toplumsal yaşantıya dek her yerde kol gezmektedir. Ölüm bize nihai çaresizliğimizi ve faniliğimizi hatırlatır. Bu kaçınılmaz sonu farkına varışla zuhur eden endişe, bugün türlü sonsuzluk arayışlarıyla itminan bulmaya çalışır. Cinsel edim, içimizdeki ölüm ürpertisini susturmak ve hatta ona galip gelmek için en kolay başvurduğumuz şeydir Rollo May'e göre. Müellif, günümüz batı toplumunda cinselliğin, deyim yerindeyse pazara çıkmasının sebebi olarak, ölümün Batılı bilinçte taşıdığı müstehcenliğe işaret eder. Cinsellik takıntısı; ölümle baş edemeyen, onunla hesaplaşamayan, onu bastıran bir uygarlığın sonsuzluğu yakalama cehdi içinde beyhude bir hamledir.”⁴⁰⁴

⁴⁰¹ Becker, **a.g.e.**, s. 224.

⁴⁰² Becker, **a.g.e.**, s. 223-224.

⁴⁰³ Ayala Malach Pines, *Âşık Olmak: Sevgililerimizi Neye Göre Seçeriz?*, Çev. Mercan Yurdakuler Uluengin, İstanbul, İletişim Yayınları, 2010, s. 30-31

⁴⁰⁴ Kemal Sayar, *Aşkın Diyalektikine Derkenar*, <https://kemalsayar.com/KatagoriDetay-Askin-diyalektigine-derkenar-150.html?fbclid=IwAR1QT4QJpKX8DUkJDhvJFgfd5HS8XwFD99uSg2IRtjGFGcnplU7Zm3j6538> 12.11.2015.

Nitekim Becker da *Ölümü İnkâr* adlı eserinde bu konuya detaylıca değinmiştir, ona göre bastırılan şey, aslında cinsellik değil ölümün kendisidir. Tanrı'yla beraber sonsuzluk içgüdüsünü bastıran insan; seks vasıtasıyla ölümü ve kendi benliğini inkara düşüttüğü belirtir.⁴⁰⁵ May, *Aşk ve İrade* adlı eserinde ölüm ve aşk arasındaki ilişkinin bir yönünün cinsellik olduğunu ve çağdaş insanın cinsellikte bu kadar saplantılı hale gelmesinin nedenini ölüm korkusunu örtme gayreti olduğunu öne sürer. May, bunu şöyle açıklar: “Ölüm son iktidarsızlığın ve sonluluğun simgesidir ve bu kaçınılmaz deneyimden doğan kaygı, kendimizi seks yoluyla sonsuz yapma mücadelesine yol açar. Cinsel etkinlik, içsel ölüm korkusunu susturmanın ve üreme simgesi sayesinde, onu yenmenin en kolay yoludur.” ve ekler: “Ölümü ve simgelerini bastırmanın yarattığı kaygı nereye gider? Zihnimizin zorlanımlı bir şekilde seks meşguliyetine. Ölümün bastırılması eşittir seks saplantısı.”⁴⁰⁶ Ayrıca May, Aziz Augustine'nin, erosunni insanları Tanrı'ya sürükleyen bir güç olduğu gerçeği öne sürdüğünü belirtir.⁴⁰⁷ Aslında hakikatte bastırılan şey, cinsellik veya ölüm de değildir, Tanrı'nın ta kendisidir; Tanrı ve O'nunla yaşanmış olan birlik ve bütünlüktür denilebilir.

Becker, Tanrı'yı ve kutsalı devre dışı bırakıp aşk nesnesinin çözümü olarak gördüğü romantik çözümün yanında “yaratıcı çözüm”den bahseder. Yaratıcı çözümü açıklarken Rank'tan faydanlanmış ve onun teorilerini psikoloji literatüründe eşsiz bulmuştur.⁴⁰⁸ Becker'in eserinde açıkladığı yaratıcı çözüm, Rank'ın yaratıcı tipinden ilham almıştır. Becker, Rank'ın insanın biyolojik bir varlık değil, “teolojik bir varlık” olduğu sonucuna ulaştığını, Freud ve diğerlerinden farklı olarak insanın din ihtiyacının insanda içkin olduğunu ve Kierkegaard gibi insanın dini kapsayan en üstün öteye uzanması gerektiği görüşünde olduğunu belirtir⁴⁰⁹ ve Rank'ın görüşünü şöyle açıklar: “İnsan ne kadar zor olursa olsun, kendini en üstün güçlere feda etme pasifliğini geliştirmelidir. En iyi düşünürlere göre, vazgeçme zayıflık ve taviz gibi görünse de, aslında tam gelişmeden başka bir şey değildir.”⁴¹⁰ Becker'a göre, Rank Nietzsche'nin her ne kadar Yahudi-Hristiyan ahlakından yüz çevirmiş olsa da insanın üstün bir

⁴⁰⁵ Becker, **a.g.e.**, s. 225.

⁴⁰⁶ Rollo May, *Aşk ve İrade*, Çev. Yudit Namer, 9. bs., İstanbul, Okyanus Yayınları, 2017, s. 114-115.

⁴⁰⁷ May, **a.g.e.**, 2017. s. 78.

⁴⁰⁸ Becker, **a.g.e.**, s. 237.

⁴⁰⁹ Becker, **a.g.e.**, s. 240.

⁴¹⁰ Becker, **a.g.e.**, s. 240.

varlığa olan derin ihtiyacını göz ardı etmediğini düşünür, nitekim “üst insan” kavramı da bunun bir sonucudur. Becker, Rank’ın Tanrı’ya teslimiyet hakkındaki görüşünü şöyle ifade eder: “Freud ve diğerleri Tanrı’ya teslimiyetin mazoşist ve küçük düşürücü bir şey olduğunu mu düşünürler? Rank, tam tersine bunun benliğin en uzak sınırını, insanoğlunun gerçekleştirebileceği en üst idealleştirmeyi temsil ettiğini söyler.”⁴¹¹

Becker’a göre insanı tatmin edebilecek ve onun ölümün üstesinden gelmesini sağlayan şey, agape aşkı ve dini çözümdür çünkü insanın bir “öte”ye ihtiyacı vardır.⁴¹² Becker, “Başka bir deyişle, insanın hayatının gerçek kahramanlık geçerliliği seksin, ötekinin, özel dinin -bütün bunlar insanı belirsizlikle parçalanmış bırakarak zayıf düşüren ya da kuşatan geçici şeylerdir- ötesine uzanır.”⁴¹³ diye açıklar. Becker, insanın hakiki içsel değerlerini oluşturan ve onun başka şeyler tarafından sendelemesini önleyen bir tür içsel jiroskoptan, merkezden bahseder: “Ve bu merkeze sahip olmak için, insan ‘sen’in, başkalarının ve bu dünyaya ait varlıkların tesellilerin ötesine bakmalıdır.”⁴¹⁴ demektedir.

Sufizme göre, insanın merkezine alabileceği nihai gerçeklik, bir başkası veya kendi egosu değil, her şeyin ötesinde, varlığın ve benliğin sonsuz kaynağı ve evi olan Allah’ın kendisidir ve gerçekte insan kopup geldiği menşei olan Allah’ı arzulamaktadır. Daha önce de geçtiği üzere Mehmet Aydın bunu şöyle açıklamaktadır:

“Bu, menşeden ayrılmanın en ispatlayıcı işareti, insanın daima bilmediği bir şeyi aramasıdır. Bu özlem, kendini aşk olarak gösterir. Gerçekte bu içgüdüsel bir kamuflajla kılık değiştiren metafizik susuzluğun bir ifadesidir ki kendisini o zaman seksüel bir aşk şekli altında takdim etmektedir. Oysa insan aşkı, sadece bir başlangıç teşkil eder. Önemli olan bunu, Tanrısal aşka çevirebilmektir. Nihai hedef, bu dünyanın geçici varlıkları değil, bizim başlangıçtaki gerçek menşemizdir.”⁴¹⁵

Fragar, kadın ve erkek arasındaki aşkın da ilâhi aşkın bir parçası olduğunu belirtir.⁴¹⁶ Ayrıca, sufi psikolojisine göre insanın ölümü bastırmasına ve ölüm hakkında kaygılanmasına gerek yoktur bilakis insan ölümü hatrına getirmelidir.

⁴¹¹ Becker, **a.g.e.**, s. 241.

⁴¹² Becker, **a.g.e.**, s. 235.

⁴¹³ Becker, **a.g.e.**, s. 241.

⁴¹⁴ Becker, **a.g.e.**, s. 241.

⁴¹⁵ Aydın, **a.g.e.**, s. 70.

⁴¹⁶ Frager, **a.g.e.**, 2012, s. 31.

İnsanın ölümden korkmamalıdır çünkü insanın kaynağı sonsuzdur, içinde Tanrı'nın üflediği bir ruh vardır. Ölüm bir son değil aksine bir vuslattır, kaynağına ve aslına kavuşma zamanıdır.

Lacan'ın ayna evresi tasavvufa göre şöyle de ele alınabilir: İlk olarak, insanın düşüşüyle ilişkilendirilebilir. Şöyle ki, ayna evresi insan yavrusunun hem kendinin farkına varması ve bireyleşmesi hem de kendine yabancılaşmasının meydana geldiği bir tür karışıklık aşamasını gösterir. Çocuğun kendini bir egoyla özdeşleştirmeye başlaması anlamında bir öz-bilinç durumudur, diğer yandan annesiyle ve çevresiyle bir olduğu ve ahenk içinde yaşadığı durumu yitirip ayrılık korkusunu yaşamasıyla da bir öz-yabancılaşma durumudur. Bu evre dolayısıyla Adem ve Havva'nın Tanrı ve cennette birlik ve bütünlük içinde yaşadıkları ve daha sonra işledikleri günah sebebiyle dünyaya düşmeleriyle bozulan sahneyi andırır. Bu durum insanın zahirde Tanrı'dan ayrılarak doğuşuna ve onun öz farkındalığının oluşmasını sağladığı gibi insanın ilksel mutluluğunun farkına varması ve tekrar onu arzulaması için gerekli bir plan olmuştur. İkinci olarak, ayna evresi “Ben gizli bir hazineydim bilinmek istedim bu yüzden kainatı yarattım” hadisiyle ilişkilendirilebilir çünkü tasavvufa göre insan Allah'a bir ayna, Allah da insana bir aynadır, dolayısıyla kendini bilmek Allah'ı, Allah'ı bilmek kendini bilme açısından bir paralellik gösterir. “Anne/öteki”nin bakışıyla bir varlık kazanan bebek iken, Tanrı'nın bakışıyla meydana gelen ise insan ve tüm evrendir. Bilinmeyi isteyen Allah, yaratmış olduğu insan ve kainata kendisini bildirdiği bir ayna hükmüne geçti, diğer bir deyişle Tanrı kendisini kendisine bildirmiş oldu.

Tasavvufa göre, insanın zahirde ayrı bir varlık kazanması ve Allah'a ayna olması konusunda insanın düşüşü hikmetli bir olaydır. Nitekim transpersonel psikolog Washburn'un insan gelişiminin spiral modeli bu görüşü desteklemektedir. Beyazid Bestami, “Allah” ve “ben” ayrımının düalizmi ve politeizmi yansıttığını ve O'nun birliğini\tevhidi inkar olduğunu ileri sürer dolayısıyla Allah'a ayna olan insan ve insana ayna olan Allah durumunun nihayetinde Allah'ın hakiki varlık olması sebebiyle aslında O'nun kendisinin kendisine ayna olduğunu ileri sürer.⁴¹⁷ Nitekim Attar'ın *Mantıku't Tayr* eserinde, Simurg'un aynasındaki yansıma sayesinde salıklar kendi

⁴¹⁷ **Jung And The Monothesisms: Judaism Christianity and Islam**, Ed. Joel Ryce-Menuhin, New York, Routledge, 1994, s. 211.

gerçek kimliklerinin farkına varırlar.⁴¹⁸ Vaughan-Lee ise bu durumu şöyle ifade eder: “O, âşıklarının kalbinde kendini çağırır, kendisi ile karşılaşır, kendisi ile birleşir.”⁴¹⁹ İbni-i Arabî de “Hak vacib, halk mümkündür. Mümkün vücûdu ise zıllîdir.”⁴²⁰ demektedir, yani varlığı asıl zarurî ve gerekli olan ve varlığı kimseye bağlı olmayan Allah’tır, insanın/kainatın varlığı ise Allah’a bağlı olup O’nun gölgesi hükmündedir. Attar, insan ve Allah arasındaki bu münasebeti *Mantık Al-Tayr* eserinde çeşitli metafor ve imgelerle detaylıca ele almıştır:

“Gönlünü ele al da onun yüzünü gör.. canını ayna yap da onun güzelliğini seyret!

Senin padişahın, ululuk köşkündedir.. köşk, o güzellik güneşinden parlayıp aydınlanmaktadır.

Padişahın gönlünü gör.. Arşı bir zerrede seyret! ...

Ne görürsen gör, sîmurgun gölgesidir.

Çünkü gölge sîmurgdan ayrılmaz.. Ayrı desen bile olmaz.

İkisi de birbiriyle beraberdır.. ara, aktar. Gölgeden de geç de asıl sırrı ara!”⁴²¹

Heidegger, *Varlık ve Zaman* adlı eserinde Dasein’in düşkünlük ve fırlatılmışlığından şöyle bahseder:

“Düşkünlük dünya-içinde-varolmayı sadece existansiyel olarak belirlemekle kalmaz. Çünkü hercümerç, aynı zamanda fırlatılmışlığın fırlatma ve teessür karakterini de meydana çıkarmaktadır ki bu, Dasein’in bulunuşu içinde kendi kendini zorla kabul ettirebilmektedir. Fırlatılmışlık sadece ‘olup bitmiş bir olgu’ olmayıp, henüz tamamlanmamış bir vakadır.”⁴²²

Dasein varoldukça sürekli bir fırlatılmışlık halinde olup kendisi fiilen var olmaktadır. Capobianco, Heidegger’e göre insanın bu dünya üzerinde “das Unheimlichste” yani, en huzursuz olan varlıktır ve angst/anksiyete; ölüme doğru yol alan insanın fırlatılmışlığını, faktisitesini*, düşmüşlüğü ve ölümlülüğünü açığa

⁴¹⁸ Joel Ryce-Menuhin, *a.g.e.*, s. 211.

⁴¹⁹ Lewellyn Vaughan-Lee, *a.g.e.*, s. 50.

⁴²⁰ Temir, *a.g.e.*, s. 348.

⁴²¹ Ferideddin-i Attar, *Mantık Al-Tayr I*, Çev. Abdülbaki Gölpınarlı, 2. bs., İstanbul, Milli Eğitim Basımevi, 1962, s. 88-89.

⁴²² Heidegger, *a.g.e.*, s.189.

*Faktisite kavramı, ‘dünya içinde’ bir varolanın, kendi dünyası içinde karşılaştığı varolanların varlıklarıyla kendini kendi ‘kaderi’ içinde bağlanmış bir dünya-içinde-varolma olarak anlayabilmeyi kapsar.

vurur. Kısacası anksiyete, Dasein'ın radikal biçimde sonlu ve olumsuz varlığını ortaya koymaktadır. Endişe içindeyken, Dasein kendini varlıklardan ve dünyadan sürgün edilmiş olarak deneyimler ve kendisini yabancılaşmış, huzursuz, kararsız ve tekinsiz (uncanny) olarak hisseder. Capobianco, Heidegger'ın ayrıca endişeyi, günümüz teknolojik dünyasının köksüzlüğüne spesifik bir tepki olarak da yorumlandığını söyler. Dasein'da endişeye yol açan bir durum yaratan ve bir tür gaflet hali olarak tanımladığı “varlığın unutulması”nı (oblivion of being) modern çağın bir özelliği olarak görür. Bu durum, Dasein'ın evsiz ve köksüz hissetmesine yol açmaktadır. Fakat Capobianco, Heidegger'ın daha sonraları, Dasein'ın Varlık'a, Ev'e, Kaynak'a ve her varlığın Menşei'ne yakın, sevinç ve huzur içinde yaşamış olduğu duruma tekrar dönebilmesi için, modern zamanın huzursuz ve tekinsiz ruhuna karşı çaba sarfetmesini önerdiğini belirtir. Yani, Dasein'ın fırlatılmışlığı, evsizliği, tekinsizliği ve varlığına dair tüm olumsuz nitelikler Dasein'ın evini arama sürecinde Kaynak/Varlık ile olan ilksel ilişkisini tekrar inşa etmesiyle ortadan kalkacaktır. Nitekim ona göre, Heidegger'ın sonraki görüşleri “angst”an insanın Varlık'la olan ilişkisindeki şükür, hayret ve şaşkınlığa doğru kaymıştır.⁴²³

Brendan O'Donoghue, insanın dünya üzerinde evsiz olduğu fikrinin çok eskiye dayandığını, bu fikrin -tasavvuf gibi kadim bir gelenekte olduğu gibi- Orfik, Pisagorcı, Platonik, Gnostik ve diğer dinlerin mistik geleneklerinde de bulunduğunu söyler. Bu mistik gelenekler için mantıklı dünya ve maddi varoluşun hapis, tutsaklık, aldanama ve muazzam bir ıstırapın tecrübe edilmesi anlamına geldiğini belirtir. Hapsedilmiş ve sınırlanmış varoluşlarından kurtulmak için çeşitli şekillerde hayal edilmiş metafiziksel âleme/eve dönüşün hep dile getirilmiş olduğunu, fakat evsizlik temasının modern dünyada daha farklı şekillerde tezahür etmeye başlamış olduğunu öne sürer. O'Donoghue'ye göre, Nietzsche'nin nihilizmi, yani en üstün değerlerin bozulması ve bireylerin artık herhangi bir metafizik dünyaya veya gerçekliğe inanmamaları durumu yeni bir tür evsizliği de ortaya çıkarmıştır. Nietzsche'nin nihilizm konusundaki söylemlerinin yanı sıra, bir dizi modern düşünür ve yazarın da en ciddi anlamda evsizliği tecrübe ettiğini ileri sürer.⁴²⁴

⁴²³ Richard Capobianco, **Engaging Heidegger**, Canada, University of Toronto Press, 2010, s. 53-85.

O'Donoghue, modern zamandaki evsizlik temasının ruhun karanlık bir mağara olan çile dolu dünyaya inişinden daha çok değerlerin kaybı, daha doğrusu amaç ve anlamın kaybı problemiyle ilişkili olduğunu belirtir. Ona göre, Nietzsche'nin "Tanrı öldü" açıklaması ya da daha doğrusu "Tanrı'nın öldürülmesi"nden bahsetmesi, nihilizm hâkimiyetinin bugün geldiğimiz noktada en yüksek değerlerin aşınmasına sebep olduğu için bu modern evsizlik duygusu ile birçok açıdan ilişkili olduğunu söyler. O'Donoghue, bu nedenle, dini, etik ve estetik değerlerin tehdit edildiğini ve tespit edilmelerinin gittikçe zorlaştığını ve hatta bazı bağlamlarda yok sayıldığını iddia etmektedir. Sonuç olarak kendisi modern bağlamda evsizliğin bir anlamın peşinde koşma ve bir amacın güvence altına alınması olarak düşünülebilir, demektedir.⁴²⁵

Viktor Frankl, Rollo May, Irvin Yalom gibi hümanist ve varoluşçu psikoterapistler insanın bu dünya üzerindeki anlam ve kendini arayışından bahseder. Frankl'ın anlam üzerine kurulu logoterapisi ve oldukça popüler olan *İnsanın Anlam Arayışı*, *Duyulmayan Anlam Çılgılığı*, May'ın *Kendini Arayan İnsan* ve Yalom'un *Annem ve Hayatın Anlamı* ve *Güneşe Bakmak Ölümle Yüzleşmek* gibi eserleri modern insanın durumunu ve anlama olan açlığını açıkça ortaya koymaktadır. Frankl, modern dünyada doğadan ve kaynağından kopmuş insanın durumunu "varoluşsal boşluk/vakum", "varoluşsal engellenme" ve "noöjenik nevrozlar" gibi terimlerle açıklar.⁴²⁶ Modern insan, değerlerin, geleneklerin ve iç güdülerinin yönlendirilmesinden yoksun kalıp varoluşsal bir boşluğa düşmüştür, bu nedenle insan sürekli bir anlam arayışı içindedir.⁴²⁷ Frankl, anlam arayışının, insanın uğruna yaşayacağı "bir şey"e ihtiyacının yaşamdaki temel bir güdü olduğunu ileri sürer.⁴²⁸ Diğer yandan May, klinik çalışmalarının yanı sıra psikoloji ve psikiyatri alanındaki meslektaşlarının deneyimlerine dayanarak yirminci yüzyılın ortasında insanların en büyük sorununun "boşluk duygusu" olduğunu belirtir.⁴²⁹

⁴²⁴ Brendan O'Donoghue, **A Poetics of Homecoming: Heidegger, Homelessness and the Homecoming Venture**, Cambridge Scholars Publishing, 2011, s.365.

⁴²⁵ O'Donoghue, **a.g.e.**, s. 22.

⁴²⁶ Frankl, **a.g.e.**, 2016, s. 113-117.

⁴²⁷ Frankl, **a.g.e.**, 1999, s. 80.

⁴²⁸ Frankl, **a.g.e.**, 2016, s. 113.

⁴²⁹ May, **a.g.e.**, 2013, s. 18.

Yalom da endişe ve anlamsızlık içinde kıvranan modern insanın “örtülü ölüm anksiyetesi”nden bahseder ve “Freud psikopatolojinin insanın cinselliğini bastırmasının bir sonucu olduğuna inanıyordu. Ben bu görüşün çok dar olduğuna inanıyorum. Klinik çalışmalarında insan yalnızca cinselliğini değil, bütün yaratılmış benliğini ve özellikle sonlu doğasını da bastırabileceğini öğrendim.”⁴³⁰ demektedir. Daha sonra Yalom, Rank’ın “yaşam anksiyetesi” ve “ölüm anksiyetesi”ne de değinir, ona göre birey bu iki güdü arasında sürekli bir gerilim halindedir.⁴³¹ Gençtan, bunu “yaşam korkusu” ve “ölüm korkusu” olarak yorumlar ve bu karşıt eğilimlerin doğum travmasıyla ilişkili olduğunu düşünür. Anne rahminde bebek annesiyle bir birlik halinde olup kaygısız ortak yaşamın bir parçasıdır, dolayısıyla bağımsız bir varlık değildir. Gençtan’a göre, doğumla rahimden kopan bebek bağımsızlaşır, yalnız bu durum bir tür “doğmak için ölmek”tir çünkü bebeğin bir birey olması için her ne kadar ürkütücü ve kaygı verici olsa da eski habitatından ayrılması gerekmektedir.⁴³² Fakat Gençtan, nihayetinde insanın ilişki objesi arayan, bir ilişki içinde var olma isteğine sahip bir varlık olarak görür çünkü başlangıçta objenin değil “ilişki”nin olduğunu belirtir.

Gençtan, Buber’a işaret ederek, ilişki içinde var olma isteğinin kalıtsal olarak insanın doğasında mevcut olduğunu ve her insan anasının rahminde iken evrenle ilişki içinde olduğunu ama doğduktan bir süre sonra bunu unutmak zorunda kaldığını söyler. Gençtan, başlangıçta bebeğin çevresiyle “ilişki” kurma dürtüsünü açıkça yaşadığını, “Ben”i bilmediğini çünkü ilişkiden başka bir varoluşu tanımadığını ileri sürer. Gençtan Buber’ın bunu; “Başlangıçta ilişki vardır” (in the beginning is the relation) cümlesiyle dile getirdiğini ve Buber’a göre insanın ayrı bir bütün olarak varolmadığını söyler.⁴³³

İnsan için ilişkinin ve bağlanmanın önemine, nesne ilişkileri teorisyenleri ve Bowlby de değinmiştir. Lacan da insanın bu dünyaya erken geldiğini ve eğer bebekle ilgilenecek birilerinin olmaması halinde öleceğini belirtmiştir ancak insanın neden bir ilişki ve bağlanma ihtiyacı olduğu sorusunun cevabını materyalist bir düzlem ötesine

⁴³⁰ Irvin Yalom, **Güneşe Bakmak - Ölümle Yüzleşmek**, Çev. Zeliha İyidoğan Babayiğit, İstanbul, Kabalcı Yayınevi, 2008, s. 14.

⁴³¹ Yalom, **a.g.e.**, 2008, s. 101-102.

⁴³² Gençtan, **a.g.e.**, 2016, s. 43-44.

⁴³³ Gençtan, **a.g.e.**, 2016, s. 159.

geçirememişlerdir. İnsanın Tanrı ile ilişki ve bağlanma ihtiyacına seküler bir biçimde yaklaştıkları için, insanın ilişki ve bağlanma arayışını bu dünyayla ve insanlarla sınırlamışlardır. Ancak sufiler, insanın ilişki içinde var olma isteğini ilk olarak aşkın ve kutsal olan Tanrı ile ilişkilendirmişlerdir. İnsanın unutmuş olduğu şey, Tanrı ile yaşantılamış olduğu bu ilişkidir ve insan çeşitli pratikler vasıtasıyla Tanrı'ya/Öz'üne yakınlığı süreci bu ilişkiyi tekrar hatırlayıp deneyimleyebilir ve ancak bu şekilde benliğini tutsak eden bu unutkanlıktan kurtulabilir. İnsanın “ego”/”ene”si, benlik algısı kendisinin sahip olduğu bir şey değildir, Allah tarafından emanet olarak verilmiş geçici bir kimliktir, hakikatte o gerçek değildir, gerçek olan insanın ilahi doğasıdır. Dolayısıyla ego, insanın kendisi ve Allah arasında bir engel teşkil etmektedir. Muhammed Shafii bunu şöyle dile getirmektedir:

“Mutasavvıflara göre, Mutlak Hakikat'e (Hak, Allah, Mâşuk, Hû) Hakikat ile bir bütün olduktan sonra ulaşılabilir. 'Ene' ve 'Hû' birbirinden ayrı olduğu sürece, 'Hû'ya ulaşılmaz. Mutlak Hakikate ulaşmanın tek yolu, Hak ile bütünleşmek için 'Ben'i, 'Bana'yı, 'Benim'i, diğer bir tabirle 'nefs-i emmare'yi terk etmektir. Tasavvufta bu yol, 'fena', 'nefsinden kurtuluş' diye adlandırılır.”⁴³⁴

Frager'e göre, egonun temel sorunu; kendini ayrı bir varlık olduğunu düşünmesidir. Ego, sürekli kendisinin ayrı olduğu zanı içindedir ve bu da Allah'tan başkasına kulluk etmek ve onun zâtî birliğini inkâr etmek demektir, ki bu lâ ilâhe ilallah'ı olumsuzlayan bir şirktir.⁴³⁵

⁴³⁴ Sayar, **a.g.e.**, 2013, s.117.

⁴³⁵ Robert Frager, **Sufi Terapistin Sohbet Günlüğü**, Çev. Ömer Çolakoğlu, 4. bs., İstanbul, Sufi Kitap, 2017, s. 44.

SONUÇ

Bu çalışmada doğum travmasının insan hayatındaki önemi gösterilmeye çalışılmış ve buna ilişkin problemler bütüncül bir şekilde ele alınmaya gayret edilmiştir. Ayrıca sufi ve modern psikolojinin doğum travmasına dair görüşleri karşılaştırılmıştır. Modern psikoloji tarihinde doğumun insan hayatındaki merkezi önemini ilk defa Rank dile getirmiştir. Ancak onun doğum travması teorisi, psikanaliz camiasında bilimsel bulunmamış ve gereken takdiri görmemiştir. Daha sonraları Leboyer'in "şiddetsiz doğum"un önemi üzerine çalışmaları, yeni-Reich'çi ve yoğunlaştırılmış terapiler, Grof'un psikodelik ve holotropik çalışmaları Rank'ın dikkat çekmesini sağlanmıştır. Bütün bu çalışmalarda, doğum travmasının çözülmesi ve insanın yeniden doğuşu amaçlanmıştır.⁴³⁶ Doğum önemiyle ilişkin çalışmalar, daha sonra pre ve perinatal psikoloji adı altında devam etmektedir, bu alanın önde gelenlerden olan Dr. Ludwig Janus doğum öncesi stresin uzun vadeli etkilerinin nasıl olabileceği konusunda birçok kitap ve makale yayımlamıştır. Janus ve Macar asıllı psikanalist Jenő Raffai, anneleri doğmamış çocuklarıyla bağlantı kurması konusunda desteklemek için Prenatal Bonding (BA) yöntemini geliştirmişlerdir.⁴³⁷

Tıp alanında da doğum öncesi/sonrası anksiyete ve depresyon üzerine çalışmalar yapılmıştır. Kadınların doğum sonrası anksiyete bozuklukları ile ilgili deneyimlerini ele alan bir çalışmada, doğum sonrası anksiyete bozukluklarının sık görülmesinin nedeniyle anneler ve çocukları için önemli sonuçlar doğurabileceği düşünülmüştür.⁴³⁸ Annelerin doğum öncesi ve doğum sonrası yaşadıkları kaygının çocukların duygusal sorunları üzerinde negatif anlamda etkisi konusunda da çalışmalar yapılmıştır.⁴³⁹ Kadınların kişisel perinatal depresyon ve anksiyete deneyimlerine ilişkin yapılan başka bir çalışmada da araştırmacılar, katılımcıların yarı yapılandırılmış görüşmelerden gelen yanıtlarını analiz etmek için temelli teori yaklaşımını uygulamış

⁴³⁶ Amundson **a.g.m.**, s. 115 : Grof, **a.g.e.**, 2002, s. 38.

⁴³⁷ Ludwig Janus M.D., **In Utero**, (Çevrimiçi) https://www.inuterofilm.com/ludwig_janus 25.12.2019.

⁴³⁸ Elena Ali, **Women's experiences with postpartum anxiety disorders: a narrative literature review**, Int J Womens Health, 2018 May 29;10:237-249, s. 237.

⁴³⁹ Sarah Rees, Susan Channon, and Cerith S., **The impact of maternal prenatal and postnatal anxiety on children's emotional problems: a systematic review**, Europe Child Adolescent Psychiatry., 2019 Feb;28(2):257-280, s. 257.

ve doğum sonrası kaygı deneyimin anneler tarafından “kayıp” ve “hayal kırıklığı” olarak tanımlandığı görülmüştür.⁴⁴⁰ Doğumla beraber annenin yaşadığı kayıp ve hayalkırıklığının annenin kendi doğum travmasını tetiklediği söylenebilir. Rank’a göre doğum öncesi anne, rahimdeki bebeğiyle özdeşleşir, bu annenin bebeğiyle bir birlik ve bütünlüğü deneyimlediği anlamına gelmektedir.⁴⁴¹ Dolayısıyla doğum, bu denge ve uyumu alt üst eder, rahimdeki cennetimsi ortamdan ayrılan sadece bebek değildir, anne de bu durumdan etkilenmektedir. Anne için bilinçaltında, karnında özdeşleştiği meyvesi/bebeğini doğurmak bir kayıp ve yas haline dönüşebilmektedir. Bu hem annenin bir zamanlar kendi annesinin rahminden ayrılığı hem de doğurduğu bebeğin ayrılığıyla birleşen bir tecrübedir denilebilir.

Doğumla ilgili başka bir gelişme de “doula” denen doğum koçlarının ortaya çıkmasıdır. Aslında bu tür destekçiler eski zamanlarda da var olmuşlardır. Onların yanında; teyzeler, halalar, anne ve büyük anneler de hamile anneyle daha çok vakit geçirme imkanları vardı. Ancak modern zamanın şartları nedeniyle hamile annenin yanında ona rehberlik edecek ve rahatlatacak kişilerin pek bulunamaması ve modern hastanede doğum bakımı uygulamalarında uzman olan bir hemşirenin doğum sırasında anne ile birlikte kalma imkanını sağlamaması nedeniyle doulaya ihtiyaç duyulmuştur.⁴⁴² Doulaların doğum boyunca annenin yanında “sürekli mevcudiyeti”, hem duygusal hem de özel doğum destek teknikleri ve stratejileri gibi fiziksel desteği sağlamaları, hamile kadınları ve ailelerini cesaretlendirmeleri ve anneler ile tıbbi bakıcılar arasındaki iletişimi kolaylaştırmaları nedeniyle doğum üzerinde pozitif etkileri olduğu ileri sürülmüştür.⁴⁴³ Görüldüğü gibi, doğum özellikle bu modern ve teknolojik çağda bir problem haline gelmekte ve kadınlar doğum sürecinde zorluklar çekebilmektedir. Bunun nedeni sadece fiziksel ve psikolojik süreçler değildir, bu durumun ruhsal neden ve sonuçları da vardır. Doğadan ve Tanrı’dan uzaklaşıp kendine

⁴⁴⁰ Nicole Hight, Amanda L. Stevenson, Carol Purtella, Soledad Co, “Qualitative insights into women’s personal experiences of perinatal depression and anxiety”, **Journal of Australian Collage of Midwife**, September 2014, Volume 27, Issue 3, Pages 179–184, s. 180.

⁴⁴¹ Rank, **a.g.e.**, 2014, s. 51

⁴⁴² Kenneth J Gruber, Susan H Cupito, Christina Dobson, **Impact of Doulas On Healthy Birth Outcomes**, January 2013, Journal of Perinatal Education 22(1):49-58, s. 49.

⁴⁴³ Gruber, Cupito, Dobson, **a.g.m.**, s. 56.

yabancılaşan modern insan, tüm teknolojik ve bilimsel gelişmelere rağmen ruhsal anlamda kötüleşmektedir.

Doğum önemli bir meseledir ve interdisiplinler olarak ele alınması gerekmektedir, insan bir bütündür ve disiplinlerin birbirleriyle olan bilgi alışverişi gereklidir. Doğum, sadece biyolojik ve fiziksel bir süreç olmayıp arkasında büyük bir felsefe ve ruhsal bir etkinlik yatar. Bunun hem psikoloji hem de din psikolojisi tarafından incelenmesi gerekir. Kısacası, problemlere holistik bir yaklaşım ve tedavi biçimi, elzemdir. *Ruhsal Şifa* adlı kitapta insanın bütüncül olarak tedavi edilmesi konusu şöyle ifade edilmektedir:

“İnsanın ruhsal doğası, şifa sürecinin önemli bir parçasıdır. Bilsek de bilmesek de, Tanrı bizim şifacımızdır...Holistik tıp kavramında sağlık ve bütünlük, varlığın fiziksel, zihinsel ve ruhsal boyutlarının birleşmesini beraberinde getirir. Bu bakış açısından insan, aile otomobili gibi tamir edilebilecek bir makineden ötedir. O, iyi olması fiziksel sağlığı kadar, ruhsal yanına da bağlı olan, ruhsal ve sosyal yönlü bir kişidir. İnsanın, tamamıyla bütünleşmiş bir varlık olarak çalışılması gerekir ve onu etkili bir şekilde tedavi edecek olan herhangi bir analiz veya teşhis için tıbbi sistemin de bütün olması şarttır.”⁴⁴⁴

İnsanın ve onun problemlerinin bütüncül olarak ele alınmaması, önemli bir sorun teşkil etmektedir. Bunun nedeni, Merter’in belirttiği gibi batının rasyonel/akli görüşünün kalbî tevhidin müşehadesinin aksine insanı ve dünyayı parçalara bölerek idrak etmeye çalışması ve bütün kavramlarını zıt kavramlar üzerine, yani düalizm üzerine yapılandırmalarıdır.⁴⁴⁵ Kısacası, batı psikolojisi ve varoluşçuluğu; ayrılık, kaygı ve angst gibi sorunlara temelde herhangi bir çözüm bulamamıştır. Hatta Freud sonrası Rank (daha sonra Tanrı düşüncesine yakınlaşsa da) gibi psikanalist ve düşünürler de bunu sağlayamadılar. İnsanın yaşamıyla kaçınılmaz olarak ilişkili olan tüm korku ve kaygılarını kahramanca-trajik bir şekilde kabul etmeyi önerdiler, bu yüzden hepsi bir anlamda Nietzsche’ci bir görüşe sahiptir. Batı psikolojisi, doğum travması gibi insan yaşamı ve varoluş sorunlarına işaret etse de onlara uygun cevap ve çözümleri sağlayamamaktadır. Bunun için psikoloji ve analizin ötesine geçilmelidir. Psikoloji ve varoluşçuluğu din ile birleştiren Kierkegaard ve Becker gibi düşünürler daha etkili önerilerde bulunabilmişlerdir. Ancak insana ve sorunlarına bütüncül bir

⁴⁴⁴ **Ruhsal Şifa**, Derleyen Dora Kunz, Çev. Nilgün Zabcı, İzmir, Ege Mete Yayınları, 2004, s. 113.

⁴⁴⁵ Merter, **a.g.e.**, 2014, s. 26.

şekilde yaklaşan tasavvuf insanın olma durumu sorununa mükemmel ve örnek bir cevaptır. Akla transpersonel psikoloji de gelebilir fakat insanların sorunlarını çözmede ve daha iyi bir ruh sağlığı edinmesi konusunda transpersonel psikologlar da başarılı olamamışlardır. Wilcox bu konudaki görüşünü şöyle ifade etmektedir:

“Batı psikolojisi, Batı toplumlarında başkalarından daha iyi işlev gördüğü görülen kişilerin özelliklerini tanımlamıştır, diğer konularda olduğu gibi. Öte yandan insanlara bu yüksek işlev seviyelerine ulaşmada nasıl yardımcı olunacağını gösterememiştir. Transpersonel psikologlar hangi tekniklerin faydalı olabileceğini tartışmışlar ancak hiç bir kesin olumlu sonuç ortaya koyamamışlardır. Literatürdeki belgeler “kendini gerçekleştirme” yetisini elde etmede başarı göstermiş hiçbir psikolojik metottan söz etmemektedir. Psikoloji ne bu hedefin nasıl elde edileceğini bilmekte ne de Sufizm edebiyatında tanımlanan yüce mertebelere ulaşmakta insanlara nasıl yardımcı olunacağını bilmektedir çünkü böylesi bir gelişme ruhsal ve metafizikseldir.”⁴⁴⁶

Wilcox ayrıca, Maslow’un kendini gerçekleştirme teorisini yanlış ve eksik bulduğunu belirtir çünkü Maslow teorisini metafizik bir temele değil de fiziksel bir temele dayandırmıştır. Wilcox, son dönemdeki terapilerin Tanrı ya da ruhu merkeze almalarıyla hakikate yaklaştıklarını, Maslow’un olası en yüksek seviyede olan peygamberleri teorisine dahil etmemesinin dikkat çekici bir atlama olduğunu ve eğer Sufi edebiyatın engin külliyatını araştırmalarına eklemiş olsalardı kendini gerçekleştirme deneyimi yaşayanların bile çok ötesinde bir insan gelişimi mertebesini görececeklerini ileri sürer. Wilcox, Sufi öğretilerin gündelik yaşamda da faydalı olduğunu ve bu öğretilerle öğrencilerin yaşamlarının niteliğini her bakımdan geliştirebileceklerini, “Her aşamada sufizm yaşamın her alanında her açıdan bize faydalı olur. İlerleyen salık şimdiki psikolojik jargonuyla “üstün sağlıklı” diye tanımlanabilir.”⁴⁴⁷ demektedir.

Nitekim Merter de modern Batı psikolojisinin insanı iki boyuta sınırlandırdığını, bu yüzden insanın hakiki anlamda anlaşılmadığını ve bu durumun çevre kirliliği ve ekolojik felaketten daha tehlikeli olduğunu belirtir. Merter, batıdaki psikiyatri ve psikoloji alanlarındaki gelişmelere rağmen insanın sağlığının dehşet verici bir kötüleşmeyi gösterdiğini ileri sürer. Buna, yaptığı çalışmalar sonucunda Amerikalı psikolog ve *Ben Nesli*’nin yazarı Jean M. Twenge de katılmaktadır.⁴⁴⁸ Bu

⁴⁴⁶ Lynn Wilcox, *a.g.e.*, s. 179.

⁴⁴⁷ Wilcox, *a.g.e.*, s. 179-180.

⁴⁴⁸ Jean M. Twenge, “**Ben**” *Nesli*, Çev. Esra Öztürk, 1. bs., İstanbul, Kaknüs Yayınları, 2009, s. 149.

durumu bir tür karanlığa benzeten Merter, çözüm olarak tasavvufun ışığında oluşturulmuş bir psikolojiyi önerir ve bunu şöyle açıklar: “Ama artık bu tek yönlü akışın tersine de dönmesinin zamanının geldiğine inanıyoruz, binlerce senelik birikimimize dayanarak bizlerin de artık Batı dünyasına insanı, özellikle de sağlıklı insanı tanıtmamız gerekiyor.”⁴⁴⁹

İnsanı iki boyutlu olarak anlatan modern Batı psikolojisine karşı Merter, tasavvuftan yola çıkarak insanın üçüncü bir boyutundan bahsetmiştir, Frager de üstbilinç dışı denemeler bu boyutun aşamalarını çeşitli diyagramlarla göstermiştir. Frager’e göre tasavvuf, her sosyo-kültürden gelen insana hitap eden ve içsel (batınî) dönüşümü gerçekleştirebilecek en etkili yoldur. Frager, bunu şöyle açıklamaktadır:

“Tasavvuf günümüz açısından çok değerlidir; çünkü bütün insanlar ve kültürler için manevî bir disiplin olma vasfına haizdir. Tasavvuf hiçbir zaman seçkin bir maneviyat olmamıştır. Büyük şeyhlerin birçoğu fakir ve tahsilsizdi. Önemli olan dış giysi ve kitap değil, kalbin kalitesiydi. Tasavvuf bin yıldır bozulmamış bir mistik gelenektir ve Sufi psikolojisi asırların tecrübe ve rehberlik bilgeliğini içerir. Birçok farklı ırk ve kültürler içinde, zikir, murakâbe, amel ve diğer manevî disiplinlerin çeşitli modelleri gelişmiştir.”⁴⁵⁰

Frager’in sözlerinden anlaşılacağı gibi tasavvuf, asırların tecrübe ve bilgeliğini içeren, eğitilmiş/eğitimsiz, zengin/fakir, genç/yaşlı vb. farketmeksizin bütün insan ve kültürleri ihata eden çok değerli bir manevî disiplindir.

Tasavvufta insan ve Tanrı tasavvuru diğer görüşlerden farklı olup insanın kim olduğu, nereden geldiği ve nereye gittiği gibi konularda insana tatmin edici cevaplar sunmakta ve her insanın meşrebine göre bir yaşam biçimi önerebilmektedir. İnsan ve kaynağı konusunda da diğer disiplinlere göre daha bütüncül ve kapsamlı bir şema çizmektedir. İnsanın aşkın ve içkin dinamiklerini birbiriyle buluşturan, varlıklar arasındaki ilişkiyi ve dengeyi makro ve mikro boyutlar çerçevesinde açıklayan bir ilim olmakla beraber, aynı zamanda insanın tekamül etmesi için pratik anlamda çeşitli yol ve yöntem sağlayan bir tedavi biçimidir. Tasavvufî görüşe göre, temelde hiçbir şey çirkin veya kötü değildir, her şeyde bir hikmet ve güzellik vardır. Dolayısıyla doğum da mutlak anlamda bir travma değildir. Çünkü ilksel ayrılık, ezeli ve ebedi olan Tanrı ile yaşanmıştır ve ilksel anksiyete de bu ayrılıktan doğmuştur. Bu geçici bir süreçtir

⁴⁴⁹ Merter, **a.g.e.**, 2014, s. 14.

⁴⁵⁰ Frager, **a.g.e.**, 2014, s. 40.

çünkü insan da özünde ebedi bir varlıktır ve tekrar Allah’a ve kopup geldiği kaynağına dönecektir.⁴⁵¹ Nitekim Öztürk eserinde “ölümsüz ben dediğimiz ‘ilahî nefha’nın, ölümlü beden bineği içinde bir tekâmül seyrini yaşamak için bu âlemdeki görünümü”nün insan olduğunu Mevlânâ’dan aktarmaktadır.⁴⁵²

Sufi anlayışa göre, insanın bu dünyaya düşüşü görünürde kötü ve ıstıraplı bir olay olarak gözükse de hakikatte hikmetlerle doludur. İnsan, Allah’tan kopup bu dünyaya göçmüş olsa da hakikatte hiçbir zaman O’ndan ayrılmamıştır. Kur’an’da Allah, kendisini insana şah damarından daha yakın olduğunu bildirmiştir.⁴⁵³ İbn-i Arabî ve Baylanî gibi İslam düşünürleri de ne ayrılığın ne de birleşmenin olduğunu ileri sürmüşlerdir çünkü insanın, kendini hakiki ve zorunlu varlık olan Allah’tan ayrı zannetmesini şirk olarak görmüşlerdir, insan zaten başlangıçtan beri Allah’la beraberdir. Mevlânâ da bir rubaisinde bu durumu şöyle dile getirmiştir: “Hakikatte, senin ruhunla, benim ruhum birdi. Ben ve sen beraber görünürdük, ben ve sen beraber gizli kalırdık. Kendim, bu gerçeği anlatmak için ‘benim ruhum, senin ruhun’ dedim. Yoksa, benimle senin aranda ‘ben ve sen’ yoktur.”⁴⁵⁴

Sufilere göre, insan için temel problem, insanın Allah’tan ayrı oluşu ve O’nu unutmasıdır, sufiler bunu bir hastalık olarak görürler. Frager bunu, “Hastalığımızın kökeni hakikatten Allah (c.c)’tan kopmamızdır.”⁴⁵⁵ şeklinde ifade etmektedir. Aynı şekilde Chittick de insanların çoğu için en temel problemin bu dünyada karşılaştıkları bütün sıkıntı ve dertlerin Allah’tan ayrı oluşun bir sonucu ve bu ayrılığın gölgesi olduğunu fark etmemesine bağlamaktadır.⁴⁵⁶ Temel içgüdüğü ölümsüzlük olan insan ancak aslî parçası olan Allah’a ulaşınca tamamlanacak, hasret ve gurbeti sona erecektir.⁴⁵⁷ Sufi psikolojisine göre insanın bu temel problemini çözebilecek yol,

⁴⁵¹ “Şüphesiz biz Allah'a aidiz ve O'na döneceğiz" Bakara-156.

⁴⁵² Yaşar Nuri Öztürk, **Mevlâna ve İnsan**, İstanbul, Yeni Boyut, 1992, s. 67.

⁴⁵³ Kur’an, 50:16.

⁴⁵⁴ Şefik Can, **Hız. Mevlânâ’nın Rubailerii II**, Ankara, Kültür Bakanlığı Yayınları / 1352, Tercüme Eserler Dizisi/ 80, 1991, 1717. rubai.

⁴⁵⁵ Frager, **a.g.e.**, 2014, s. 192.

⁴⁵⁶ Chittick, **a.g.e.**, 2016 s. 310.

⁴⁵⁷ Öztürk, **a.g.e.**, 1978, 76.

insanın Allah’a yakınlaşmasının bir vasıtası ve yöntemi, aynı zamanda bu yöntemin ilmi olan tasavvuftur.⁴⁵⁸

Tasavvufa göre, insan gaflettedir ve hatta Allah ona çok yakınken kendisinin O’ndan gafil oluşunun bile farkında değildir. Temel problem idrak meselesidir, Allah ile olan ilişkisinde aradaki perdeleri bile fark etmemesidir. Zira bu perdeler kalkmadan hakiki manada doğabilmek ve özünü kavramak mümkün değildir, “ölmeden önce ölmek” gerekir. Nitekim Frager, tasavvufun amacının Allah ile kul arasına giren her türlü perdeyi kaldırmayı hedeflediğini söylemektedir.⁴⁵⁹ Vaughan-Lee, ayrılık acısının çözümü konusunda şöyle söylemektedir: “Hiç olmak ‘ölmeden önce ölmek’, ayrılık acısına tek cevap budur... Ego’nun aradan çekilmesi lazım ki talip, aşk ile bir olmanın hakikatini yaşayabilsin.”⁴⁶⁰ Sufi psikolojisine göre, acı ve çilelerle dolu olan bu geçici dünyada, insanın alabileceği tek referans noktası Allah’tır ve insan bütün problemleri ancak ilahi ve kutsal olanı göz önünde bulundurarak çözebilir. Son olarak, insanın Allah’la birlik ve bütünlük içinde yaşamış olduğu geçmiş durumuna olan derin nostaljisi ve arzusu, kaygı ve evsizlik hissi ancak Allah’ın “Başlangıçta sizi yarattığı gibi (O’na) döneceksiniz.”⁴⁶¹ ve “Ey insan, gerçekten sen, hiç durmaksızın Rabbine doğru bir çaba harcayıp durmaktasın; sonunda O’na varacaksın.”⁴⁶² çağrısı ve vaadine kulak vermek ve O’na yakınlaşmakla dinebilecektir.

⁴⁵⁸ Kadir Özköse, **Tasavvuf ve Gönül Eğitimi**, Ankara, Nasihat Yayınları, 2007, s. 7.

⁴⁵⁹ Frager, **a.g.e.**, 2012, s. 25.

⁴⁶⁰ Vaughan-Lee, **a.g.e.**, s. 153.

⁴⁶¹ Kur’an, 7:29.

⁴⁶² Kur’an, 84: 6.

KAYNAKÇA

Adams, George:	“A Theistic Perspective on Ken Wilber’s Transpersonal Psychology”, Journal of Contemporary Religion , 2012, 17:2, pp. 165-179.
Akhtar, Salman and O’Neil, Marry Kay:	On Freud’s “Beyond the Pleasure Principle” , New York, Routledge, 2018.
Aksöz, Tuncay:	“İnsan Benliğinin Arınması”, Sakarya Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi , Cilt: XVII, Sayı:31 (Haziran 2015), s.81-101.
Alexander, Franz, Eisenstein, Samuel, and Grotjhan, Martin:	Psychoanalytic Pioneers , New Jersey, Transaction Publishers, 1995.
Ali, Elena:	“Women’s Experiences With Postpartum Anxiety Disorders: A Narrative Literature Review”, Int J Womens Health , 2018 May 29;10:237-249.
Amundson, Jon:	“Will In The Psychology of Otto Rank: A Transpersonal Perspective”, The Journal of Transpersonal Psychology , 1981, Vol. 13, No.2, pp. 113-124.
Arabi, İbn:	Alemin Yaratılışı , Çev. Ekrem Demirli, İstanbul, Litera Yayıncılık, 2015.
Arabi, Muhyiddin İbn:	Endülüs Sufileri , 2. bs., Çev. Dr. J Austin, Dr. Refik Algan, İstanbul, Dharma Yayınları, 2006.
Aron, Lewis, and Harris, Adrienne:	The Legacy Of Sandor Ferenczi , Hillsdale NJ, The Analytic Press, 1993.
Aşar, Haluk:	“Heidegger ve Sartre Felsefesinde ‘Kaygı’ ve ‘Bulanıtı’ Kavramlarının Analizi”, FLSF (Felsefe ve Sosyal Bilimler Dergisi) , 2014 Bahar, sayı:17, s. 85-99.

Attar, Ferideddin-i:	Mantık Al-Tayr I , Çev. Abdülbaki Gölpınarlı, 2. bs, İstanbul, Milli Eğitim Basımevi, 1962.
Attar, Feridüddin:	Mantıku't Tayr , Çev. Sedat Baran, İstanbul, Lacivert Yayıncılık, 2007.
Aydın, Mehmet:	Mevlana ve Sufizm , Konya, Nüve Kültür Merkezi, 2007.
Ayten, Ali ve Düzgüner, Sevrde:	Tasavvuf Psikolojisine Giriş: Bireysel Arınma ve Güzel Ahlak , İstanbul, Sufi Kitap, 2017.
Bache, Christopher M.:	On The Emergence of Perinatal Symptoms in Buddhist Meditation , Journal of Scientific Study of Religion, Yıl. 20, No. 4 (Dec. 1981), pp. 339-350.
Baklava, Dursun:	Lacancı Psikanalitik Yöntem ve Yazınsal Yapıt Çözümlemesi , Atatürk Ü. SBE, Erzurum, 2005, Doktora Tezi.
Balint, Michael:	Basic Fault: Therapeutic Aspects of Regression , New York, Tavistock Publications, 1979.
Balint, Michael:	Primary Love And Psycho-Analytic Technique , First edition 1952, New York : Routledge, 2018.
Balyanî, Abdullah b. Mes'ud:	Mutlak Birlik , Haz., Ali Vasfi Kurt, İstanbul, İnsan Yayınları, 2003.
Barbre, Claude:	"Confusion Of Wills: Otto Rank's Contrubiton To An Understanding Of Childism", The American Journal of Psychoanalysis , 2012, 72, (409-417).
Barbre, Claude:	"The Creative Dilemma: The Influence of Schiller's Aesthetics on the Life and Work of Otto Rank", Journal of Religion and Health , Vol. 40, No. 1 Memorial Issue for Barry Ulanov (Spring, 2001), pp. 41-59.

Bayraktar, Levent:	Mevlana’da Ruh–Beden İlişkisi Problemi , Uluslararası Mevlana Mesnevi Mevlevihaneler Sempozyumu, Yay. Haz. Mehmed Veysi Dörtbudak, Manisa 2006.
Bayzan, Ali Rıza:	Sûfî ile Treapist , İstanbul, Etkileşim Yayınları, 2013.
Becker, Ernest:	Ölümü İnkâr , Çev. Arzu Tüfekçi, İstanbul, İz Yayıncılık, 2013.
Becker, Ernest:	The Denial Of Death , New York, Free Press, 1997.
Bidwell, Duane R.:	“Ken Wilber’s Transpersonal Psychology: An Introduction and Preliminary Critique”, Pastoral Psychology , Vol. 48, No.2, 1999.
Bolt, Barbara:	Heidegger Reframed , New York, I.B. Tauris, 2011.
Bolt, Barbara:	Yeni Bir Bakışla Heidegger , Çev. Murat Özbank, İstanbul, Kolektif Kitap, 2013.
Boscaljon, Daniel:	Resisting the Place of Belonging: Uncanny Homecomings in Religion, Narrative and the Arts , New York, Routledge, 23 Mar 2016.
Bowlby, John:	Ayrılma , Çev. Müge Günay, İstanbul, Pinhan Yayıncılık, 2014.
Bowlby, John:	Bağlanma , Çev. Tuğrul Veli Soylu, İstanbul, Pinhan Yayıncılık, 2012.
Bowlby, John:	Kaybetme , Çev. Nur Nirven-Nüket Diner, İstanbul, Pinhan Yayıncılık, 2015.
Brodbeck, Rabia Christine:	Hazreti İnsan , Çev. Ömer Mansur Çolakoğlu, 4. bs., İstanbul, Sufi Kitap, 2009.
Brothers, Doris:	“Separation, Will, and Creativity: The Wisdom of Otto Rank by Esther Menaker”, Journal of Religion and Health , Vol. 35, No. 4 (Winter, 1996), pp. 355-356.

Bruggen, van Vincent:	Review of Existential Anxiety Instruments , Journal of Humanistic Psychology, February, 2014.
Camus, Albert:	Sisifos Söyleni , Çev., Tahsin Yücel, 33. Basım, İstanbul, Can Yayınları, 2016.
Can, Şefik:	Hız. Mevlânâ'nın Rubaileri II , Ankara, Kültür Bakanlığı Yayınları/1352, Tercüme Eserler Dizisi/ 80, 1991.
Capobianco, Richard:	A Note On Heidegger and C. G. Jung on Wholeness As Telos of Human Being , Stonhill Collage, s. 2.
Capobianco, Richard:	Engaging Heidegger , Toronto, University of Toronto Press, 2010.
Copabianco, Richard:	Heidegger's Way of Being , Toronto, University of Toronto Press, 2014.
Cebecioğlu, Ethem:	Muhyiddin İbnü'l-Arabî'nin (560/1165-638/1240) Hayatı ve Eserleri , İlmî ve Akademik Araştırma Dergisi (İbnü'l-Arabî Özel Sayısı-1), yıl: 9[2008], Sayı:21, ss. 9-25.
Charrier, Jean Paul:	Bilinçdışı ve İnsan , Çev. Hüsen Portakal, İstanbul, Cem Yayınevi, 2000.
Chaumon, Franck:	Lacan la loi, le sujet et la jouissance , Paris, Éditions Michalon, 2004.
Chittick, William C.:	Kozmos'taki Tek Hakikat , Çev. Ömer Çolakoğlu, İstanbul, Sufi Kitap, 2010.
Chittick, William:	İlahi Aşk : Erken Dönem Farsça Tasavvuf Metinlerinde Allah ve İnsan , Çev. Ömer Saruhanlıoğlu, Kadir Filiz, İstanbul, Nefes Yayınları, 2018.
Chittick, William:	Sufi'nin aşk yolculuğu : Mevlânâ'nın Mânevi Öğretisi , Çev. Ömer Saruhanlıoğlu, İstanbul, Litera Yayıncılık, 2016.
Chittick, William:	Tasavvufa Kısa Bir Giriş , Çev. Turan Koç, 5. bs., İstanbul, İz Yayıncılık, 2011.

Chouchan, Marienne:	Le stade du miroir chez l'enfant , 2018, (Çevrimiçi) https://www.doctissimo.fr/bebe/eveil-de-bebe/intelligence-de-bebe/stade-du-miroir 30.09.2019.
Corbin, Henry:	Bir'le Bir Olmak: İbn Arabî Tasavvufunda Yaratıcı Muhayyile , Çev. Zeynep Oktay, İstanbul, Pinhan Yayıncılık, 2. bs., 2013.
Crownfield, David R.:	"Religion in the Cartography of the Unconscious : A Discussion of Stanislav Grof's "Realms of the Human Unconscious", Journal of the American Academy of Religion , Vol. 44, No. 2(Jun., 1976), pp. 309-315.
Cunningham, Paul F.:	"Transpersonal Psychology: An Original Approach to Religious Issues", Rivier University (Nashua, NH) , Working Paper, 2010.
Çelik, İsa:	Muhammed İkbal'in Tasavvufî Düşüncesi , İstanbul, Kaknüs Yayınları, 2004.
Çevik, Mustafa:	Mevlânâ'da Aşk ve Varoluş , İstanbul, İnsan Yayınları, 2014.
Çiftçi, Erdem:	"Bir Yazgı Olarak Kaygı", ETHOS: Felsefe ve Toplumsal Bilimlerde Diyaloglar , Temmuz 2013, 6(2), ss. 12-18.
Daniels, Michael:	"Shadow, Self, Spirit: Essays in Transpersonal Psychology", Exeter, Imprint Academic , 2005.
Değirmenci, Ali:	Oluş Sırrı ve Hakk'a Yolculuk , Trabzon, Belge Neşriyat, 1985.
Demirli, Ekrem:	Yoksulluk, Yetimlik ve Yolunu Şaşırma , 17.01.2020, (Çevrimiçi) https://www.fikriyat.com/cumayazilari/2020/01/17/yoksullukyetimlik-ve-yolunu-sasirmak?fbclid=iwar1nbujxluk8bbxpoqtbemibfpcz-xerpzrvdezkelixidtprufcibu0ph8 17.01.2020.
Dereboy, İ. Ferhan:	Kimlik: Nesne İlişkilerinin Üçüncü ve En Üst Düzeyi , Çocuk ve Gençlik Ruh Sağlığı Dergisi, 1996; 3(2), s. 114-120.

Derin, Süleyman:	“The Self and The Other In Ibn Arabi And Rumi”, (İbnü’l-Arabî Özel Sayısı-2) , [2009], Sayı: 23, ss. 109-130.
Diamond, A. Stephen:	“Rediscovering Rank”, The San Francisco Jung Institute Library Journal , Vol. 7, No. 3 (Summer 1987), pp. 1-10.
	Düşünbil Portal, Yaşamak Gerçekten de Hiç Doğmamış Olmaktan İyi midir? , 23.01.2018, (Çevrimiçi) https://dusunbil.com/yaşamak-gerçekten-de-hic-dogmamis-olmaktan-iyi-midir/ 30.09.2019.
Erdönmez, Işıl Çobanlı:	Sinemada Mistik Bir Şair: Andrey Tarkovsky , İstanbul, Doğu Kitabevi, 2014.
Erginli, Zafer:	“İslâm Medeniyetinin İnsan Tasavvuru ve Tasavvuf Üzerine”, Journal of Islamic Research , 2010;21(1), s. 40-51.
Fahredden-i Iraki:	Lemaat Aşk Metafiziği : Her Aşıka Maşukunu Gösterecek Bir Ayna , 688/1289, Çev. Ercan Alkan, İstanbul, Hayykitap, 2012.
Ferenczi, Sandor:	Psikanaliz Açısından Cinsel Yaşamın Kökenleri , Çev. Hüsen Portakal, 2. bs, İstanbul, Cem Yayınevi, 2010.
Fink, Bruce:	Lacancı Psikanalize Giriş : Klinik ve Kuram , Çev., Özgür Ögütçen, İstanbul, 2016.
Frager, Robert and Fadiman, James:	Personality and Personal Growth , 7. Edition, New Jersey, Pearson, 2013.
Frager, Robert:	Aşktır Asıl Şarap , Çev. Ömer Çolakoğlu, 3. bs., İstanbul, Gelenek Yayıncılık, 2012.
Frager, Robert:	Kalp, Nefs ve Ruh , Çev. İbrahim Kapaklıkaya, İstanbul, Gelenek Yayıncılık, 2014.
Frager, Robert:	Sufi Terapistin Sohbet Günlüğü , Çev. Ömer Çolakoğlu, 4. bs., İstanbul, Sufi Kitap, 2017.

Frankl, Viktor E.:	Duyulmayan Anlam Çığığı, Çev. Selçuk Budak, İstanbul, Öteki Yayınları, 1999.
Frankl, Viktor E.:	İnsanın Anlam Arayışı, Çev. Selçuk Budak, İstanbul, Okuyanıs Yayınları, 2016.
Freud, Sigmund:	Endişe, Çev. Leyla Özcengiz, 2. Basım, İstanbul, Dergah Yayınları, 1992.
Freud, Sigmund:	The Uncanny [1919], First Published in <i>Imago</i> , Bd. V., 1919; reprinted in <i>Sammlung</i> , Fünfte Folge. [Translated by Alix Strachey.]
Freud, Sigmund:	Cinsiyet ve Psikanaliz, Çev. Selahattin Hilav, 3. bs., İstanbul, Varlık Yayınları, 1972.
Freud, Sigmund:	Haz İlkesinin Ötesinde Ben ve İd, Çev. Ali Babaoğlu, 2. Basım, İstanbul, Metis Yayınları, 2019.
Fromm, Erich:	Sevginin ve Şiddetin Kaynağı, Çev. Yurdanur Salman/Nâlân İçten, İstanbul, İstanbul Payel Yayıncılık, 8. bs., 2014.
Fromm, Erich:	Hayatı Sevmek, Çev. Ali Köse, İstanbul, Arıtan Yayınevi, 2004.
Gary, T. Alexander:	“William James, the Sick Soul, and the Negative Dimesions of Consciousness: A Partial Critic of Transpersonal Psychology”, Journal of The American Academy of Religion , Vol. 48. No.2 (Jun., 1980), pp. 191-205.
Gençtan, Engin:	İnsan Olmak, İstanbul, Metis Yayıncılık, 2016.
Gençtan, Engin:	Psikanaliz ve Sonrası, 5. bs., İstanbul, Remzi Kitabevi, 1993.
Gençtan, Engin:	Varoluş ve Psikiyatri, İstanbul, Metis Yayınları, 2012.
Geylânî, Abdulkadir:	Sırru’l Esrâr/Sırların Sırrı, Çev. Mehmet Eren, İstanbul, Gelenek Yayıncılık, 2006.

Giffard, Mr D:	“Le Stade Du Miroir”, 2011, (Çevrimiçi) http://psychiatriinfirmiere.free.fr/infirmiere/formation/psychologie/psychologie/stade-miroir.htm 21.05.2017.
Goldwert, Martin:	“Otto Rank and Man’s Urge To Immortality”, Journal of the History of the Behavioral Sciences , Volume 21, Issue 2, April, 1985, pp. 169-177.
	Good Therapy, Object Relations , 2016, (Çevrimiçi) https://www.goodtherapy.org/learn-about-therapy/types/object-relations 20.07.2019.
Göcen, Gülüşan:	Psikoloji Mitoloji ve Din , İstanbul, Kaknüs Yayınları, 2018.
Göka, Erol, Yüksel, Fatih Volkan, Güral, Sevinç:	“İnsan İlişkilerinde Yansıtılmalı Özdeşim”, Türk Psikiyatri Dergisi , 2006; 17(1): 46-54.
Göka, Erol:	Varoluşun Psikiyatrisi , Konya, Vadi Yayınları, 1997.
Grinker, Roy R.:	“‘Otto Rank’ A Biographical Study of Jesse Taft”, Social Service Review , Vol. 32, No. 4 (Dec. 1958), pp. 427-429.
Grof, Stanislav and Grof, Christina:	Beyond Death: The Gates Of Consciousness , London, Thames and Hudson, 1980.
Grof, Stanislav ve Grof, Christina:	Manevi Kriz , Çev. Ahu Ayan, İstanbul, Kaknüs Yayınları, 2011.
Grof, Stanislav:	Geleceğin psikolojisi , Çev. Sezer Soner, İzmir, Ege Meta Yayınları, 2002.
Grof, Stanislav:	Kozmik Oyun: İnsan Şuurunun Yeniden Keşfi , Çev. Levent Kartal, İstanbul, Omega Yayınları, 2014.
Gruber, Kenneth J., Cupito, Susan, Dobson, Christina:	“Impact of Doulas On Healthy Birth Outcomes”, Journal of Perinatal Education , January 2013, 22(1):49-58.
Güler, Feyza:	“Şeyh Üftâde’nin Tasavvuf Anlayışında Aslî Vatan Düşüncesi Ve Kaynakları”, Bülent Ecevit Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi , Cilt 4, Sayı 2, 2017, ss. 191-207.

Gümüşhanevi, Ahmed Ziyaüddin:	Ruhu'l Arifin (Vuslat Ehli ve İlâhi Aşk) , Çev. Rahmi Serin, İstanbul, Pamuk Yayınları, 1978.
Gürbüz, Ahmet:	Zen ve Tasavvuf Işığında Kendini Bilmenin Yolu , İstanbul, İnsan Yayınları, 2008.
Haeri, Shaykh Fadhlalla:	Cosmology of The Self , Zahra Publications, 1987.
Haeri, Shaykh Fadhlalla:	The Journey Of The Self: A Sufi Guide to Personality , Foreword by Robert Frager, Shaftesburg, Element Books, 1989.
Hameroff, Stuart R., Kaszniak, Alfred W, Chalmers, David J.:	Toward A Science Of Consciousness III : The Third Tuscon Discussions And Debates , London, The MIT Press, 1999.
Heidegger, Martin:	Varlık ve Zaman , Çev. Kaan H. Ökten, 2. bs., İstanbul, Agora Kitaplığı, 2011.
Hennessey, Anna M.:	How Childbirth Became Philosophy's Last Taboo : If birth is the foundation of existence, why do the humanities have so little to say about it? , The Institute of Art and Ideas, 10.08.2017, (Çevrimiçi) https://iai.tv/articles/why-do-the-arts-put-death-before-birth-auid-867 20.12.2019.
Hennessey, Anna M.:	Imagery, Ritual And Birth: Ontology Between Sacred and Secular , Maryland, Lexington Books, 2019.
Highet, Nicole, Stevenson, Amanda L, Purtella, Carol, Coe, Soledad:	“Qualitative insights into women’s personal experiences of perinatal depression and anxiety”, Journal of Australian Collage of Midwife , September 2014, Volume 27, Issue 3, Pages 179–184.
	History, 1960s , (Çevrimiçi) https://www.history.com/topics/1960s 02.07.2019.
Homer, Sean:	Jacques Lacan , Çev. Abdurrahman Aydın, Ankara, Phoenix Yayınevi, 2013.
Horozcu, Ümit:	Din Psikolojisi , İstanbul, Rağbet Yayınları, 2015.

Horozcu, Ümit:	Psikodelig İlaçlar Ve Mistik Deneyim: Mistik Deneyimin Kısa Yolu , İstanbul Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi, 2013, 28, 141-174.
Hökelekli, Hayati:	Din Psikolojisi , 2. bs., Ankara, TDV Yayınları, 1996.
İbnü'l-Arabi, Ebu Abdullah Muhyiddin Muhammed b. Ali :	Ahadiyyet Risalesi ve Fütuhâtı Mekkiyye'sinden Seçilmiş Tasavvufa Dair Bölümler : İnsanı Kamil, Tasavvuf, Marifet ve Ahlak Makamları ve Sırları , Haz. Mahmut Sadettin Bilginer, İstanbul, Sena Matbaası, 1983.
İbrahimhakkıoğlu, Belkıs:	Vahdete Yolculuk , Yeni Şafak, 11 Şubat 2016, (Çevrimiçi) https://www.yenisafak.com/hayat/vahdete-yolculuk-2407838 10.08.2019.
İkbal, M.:	Câvitnâme , Çev. A. Schimmel, Ankara, Kültür Bakanlığı, 1989.
İnançer, Ö. Tuğrul:	Dinle Neyden : Mesnevi Sohbetleri , İstanbul, Sufi Kitap, 2009.
İzutsu, Toshihiko:	Yaratma ve Şeylerin Zamansız Nizamı İslam Mistik Düşüncesi Üzerine Makaleler 1914-1993 , Çev. Ramazan Ertür, İstanbul, Anka Yayınları, 2001.
Jakel, Barbara:	“Prenatal Roots of Attachment in Psychotherapy”, Int. J. Prenatal and Perinatal Psychology and Medicine , Vol. 20 (2008) No. 3/4, pp. 148-166.
Janus, M.D. Ludwig:	“In Utero”, (Çevrimiçi) https://www.inuterofilm.com/ludwig_janus 25.12.2019.
Janus, Ludwig:	“Birth Psychology”, 2017, (Çevrimiçi) https://birthpsychology.com/person/ludwig-janus 16.11.19.
Janus, Ludwig:	“Freud und die pränatale und perinatale Dimension des seelischen Erlebens”, Forum der Psychoanalyse , September 2016, Volume 32, Issue 3, pp. 285–298.
Janus, Ludwig:	The Enduring Effects Of Prenatal Experience: Echoes from the Womb , Tr. Terence Dowling, Heidelberg, Mattes Verlag GmbH, 2001.

Jepson, Lisa:	“Filling The Space: The Trauma of Birth in Pirandello’s Existential Novella”, Italica , Vol. 68, No. 4 (Winter, 1991), pp. 419-433.
Judy, Dwight:	“Transpersonal Psychology: Mapping Spiritual Experience”, Religions , 2011, 2(4), 649-658.
Jung, Carl Gustav:	Dört Arketip , Çev. Zehra Aksu Yılmaz, 4. bs., İstanbul, Metis Yayınları, 2013.
Jung, Carl Gustav:	Psikoloji ve Din , 2. bs., Çev. Raziye Karabey, İstanbul, Okyanus Yayınları, 2010.
Karacoşkun, M. Doğan:	“İbnü’l Arabî’de İnsan Psikolojisine Yaklaşımlar ve Kişilik Çözümlemesi”, Dinbilimleri Akademik Araştırma Dergisi , VII (2007), sayı: 2.
Karavournioti, Aggeliki:	Albert Camus: “The Absurd of Human Life and the Human named Sisyphus” , s. 5. https://www.academia.edu/36173575/Albert_Camus_The_Absurd_of_Human_Life_and_the_Human_named_Sisyphus 15.10.2019
Kayıklık, Hasan:	Tasavvuf Psikolojisi , Ankara, Akçağ Yayınları, 2011.
Kemikli, Bilal:	Sûfi Aşk ve Ölüm , İstanbul, Kitabevi Yayınları, 2017.
Kimball, Jean:	“James Joyce and Otto Rank: The Incest Motif in “Ulysses””, James Joyce Quartley , Vo. 13, No. 3, Joyce and Modern Psychology (Spring, 1976), pp. 366-382.
Kocaman, Ayşe Çiğdem:	“Martin Heidegger’de ‘Birlikte Varolma’ ve Dasein’in Kendini ‘Herkes’de Yitirmesi”, Journal of Urban Academy , Volume:10 Issue:4 s. 500-511.
Kohut, Heinz:	Kendiliğin Çözümlemesi , 3. bs., Çev. Cem Atbaşoğlu, Banu Büyükkal, Cüneyt İşcan, İstanbul, Metis Yayıncılık, 2015.
Kouba, Petr:	The Phenomenon of Mental Disorder: Perspectives of Heidegger’s Thought in Psychopathology , Pargue, Springer, 2015.

Kramer, Robert:	“The Bad Mother Freud Has Ever Seen: Otto Rank And The Birth Of Object-Relations Theory”, Journal of The American Academy of Psychoanalysis , 23(2), 1995, 293-321.
Krishner, Lewis A.:	Between Winnicott And Lacan , Ed. Lewis A. Krishner, New York, Routledge, 2011.
Krishner, Lewis A.:	“Rethinking Desire: The Objet Petit A In Lacanian Theory”, Journal of the American Psychoanalytic Association , February 2005, 53(1):83-102.
Küçük, Hülya:	Tasavvufa Giriş , İstanbul, Dem Yayınları, 2011.
Küçük, Osman Nuri:	Hız. Mevlânâ'nın Sohbetleri: Ne Varsa Sen'de Var , İstanbul, Sufi Kitap, 2015.
Küçük, Osman Nuri:	Mevlana'ya Göre Manevi Gelişim : Benliğin Dönüşümü ve Miracı , İstanbul, İnsan Yayınları, 2009.
Kunz, Dora:	Ruhsal Şifa , Çev. Nilgün Zabcı, İzmir, Ege Mete Yayınları, 2004.
L. Kidner, Frank, Bucur, Maria, Mathisen, Ralph, Sally McKee, R. Weeks, Theodore:	Making Europe: People, Politics, and Culture, Volume II: Since 1550 , Boston, Houghton Mifflin, 2009.
Lacan, Jacques:	Baba-nın-adları , Çev. Murat Erşen, İstanbul, Monokl Yayınları, 2014.
Lacan, Jacques:	Les complexes familiaux dans la formation de l'individu. Essai d'analyse d'une fonction en psychologie , Paris, Navarin, 1984 [1938].
Lacan, Jacques:	Psikanalizin Dört Temel Kavramı , Çev. Nilüfer Erdem, 3. bs., İstanbul, Metis Yayınları, 2017.
Lajoie, Denise H., Shapiro, S. I.:	“Definitions of Transpersonal Psychology: The First Twenty --Three Years”, The Journal of Transpersonal Psychology , 1992. Vol. 24, No.1 s.80, pp. 79-98.

Leader, Darian, Groves, Judy	Lacan - Yeni Başlayanlar İçin , Çev. Gül Çağalı Güven, İstanbul, Milliyet Yayınları, 1997.
Leys, Ruth:	“Death Masks: Kardiner and Ferenczi on Psychic Trauma”, Representations , No. 53(Winter, 1996), pp. 44-73.
Lieberman, James E. and Kramer, Robert:	The Letters of Sigmund Freud and Otto Rank: Inside Psychoanalysis , Baltimore, Maryland, The Johns Hopkins University Press, 2012.
Lings, Martin:	Öze Dönüş: Sorular ve Cevaplar , Çev. Zeynep Kot, İstanbul, İnsan Yayınları, 2012.
Lings, Martin:	Tasavvuf Nedir? , Çev. Veysel Sezigen, İstanbul, Vural Yayıncılık, 2007.
Luepnitz, Deborah Anna:	“Thinking in the space between Winnicott and Lacan”, The International Journal of Psychoanalysis , (2009) 90:957–981, s. 961.
Luis Gonzaga Galvis Quiceno:	Le Sujet Et Son Rapport Au Manque Chez Freud, Lacan Et Maître Eckhart . Psychologie. Université Toulouse le Mirail - Toulouse II, 2015. Français. ffNNT : 2015TOU20026ff. fftel01304451f
Lukoff, David, Lu, Francais G.:	“Transpersonal Psychology Research Review Topic: Mystical Experience”, The Journal of Transpersonal Psychology , 1988. Vol. 20. No.2, pp. 162-184.
Mahler, Margaret S., Pine, Fred, Bergman, Anni:	İnsan Yavrusunun Psikolojik Doğumu , Çev. Ali Nahit Babaoğlu, İstanbul, Metis Yayınları, 2018.
Makolkin, Anna:	“Russian, Stalinist and Soviet Re-Readings of Kierkegaard: Lev Shetov and Piama Gaidenko”, Canadian Slavonic Papers/ Revue Canadienne des Slavists , Vol. 44, No. 1/2 (March-June 2002), pp. 79-96.
Malabou, Catherine:	“Separation, Death, The Thing, Freud, Lacan, And The Missed Encounter”, Public , Volume 24, Number 48, December 2013, pp. 123-140(18).

Malin, D. Barnet:	Lacan: Mirror Opposites , January 2011, Psychoanalytic Inquiry 31(1):58-74.
May, Rollo and Yalom, Irvin:	Existential Psychotherapy , Current Psychotherapies.
May, Rollo:	Aşk ve İrade , Çev. Yudit Namer, 9. Baskı, İstanbul, Okyanus Yayınları, 2017.
May, Rollo:	Kenidini Arayan İnsan , Çev. Kerem Işık, İstanbul, Okyanus Yayınları, 2013.
Memedoğlu, Ali Ulvi:	Tanrı'yı Tasavvur Etmek , İstanbul, Çamlıca Yayınları, 2011.
Menaker, Esther:	"Otto Rank's Conception of Will", Journal of Religion and Health , Vol. 37, No.1 (Spring, 1988), pp. 9-13.
Menaker, Esther:	"Otto Rank's Contribution to Psychoanalytic Community", Contemporary Psychoanalysis , (1981) 17:4, 552-564.
	Merriam-Webster Sözlük
Merter, Mustafa:	Dokuz Yüz Katlı İnsan , 12. bs, İstanbul, Kaknüs Yayınları, 2013.
Merter, Mustafa:	Psikolojinin Üçüncü Boyutu: Nefs Psikolojisi ve Rüyaların Dili , İstanbul, Kaknüs Yayınları, 2014.
Mevlana Celaleddin-i Rumi	Mesnevi: Günümüz Türkçesine Sadeleştirilmiş , Çev., Serkan Sefer Kılıç, 2. Baskı, İstanbul, Resse Yayınları, 2015.
Mevlâna:	Mesnevî , Çev. Veled İzbudak, Gözden Geçiren: Abdalbaki Gökpnarlı, İstanbul, Konya Büyükşehir Kültür Yayınları, 2004.
Meyerovitch, Eva de Vitray:	Mesnevi Mutlağın Arayışı , Çev. Mehmet Aydın, Konya, Selçuklu Belediyesi, 1996.
Michon, Jean-Louis, Gaetani, Roger:	Sufism : Love And Wisdom , foreword by Seyyed Hossein Nasr, Bloomington, World Wisdom, Inc., 2006.

Miller, Tanja, Nielsen, Laila:	“Measure of Significance of Holotropic Breathwork in the Development of Self-Awareness”, The Journal of Alternative and Complementary Medicine , 21(12), 2015, pp. 796–803.
Mısırlı, Çağla:	“Tekinsizlik Kavramının Sanattaki Yansımaları”, Işık Ü. SBE, 2016, Yüksek Lisans Tezi.
	Mohamed, “From Cairo, With Love”, 17.06.2006, (Çevrimiçi) http://fromcairo.blogspot.com/2006/06/self.html , 25.11.2012
Muhaiyaddeen, M. R. Bawa:	God’s Psychology: A Sufi Explanation , Philadelphia, PA, Fellowship Press, 2007.
Nandor, Fodor:	“The Search For The Beloved”, Psychiatric Quarterly , 20, 549–602 (1945).
NASA:	Discovery alert! Baby pictures of newborn giant planet , July 3, 2018, (Çevrimiçi) https://exoplanets.nasa.gov/news/1514/discovery-alert-baby-pictures-of-newborn-giant-planet/?utm_source=FBPAGE&utm_medium=NASA+-National+Aeronautics+and+Space+Administration&utm_campaign=NASASocial&linkId=54054235&fbclid=IwAR1FzhJg8kQOZCk_kBbcr-1WzeMtfKLwQ5KZINpdgqsxrkgxiJ-VpIho5Q 26.11.2019.
Nasio, J.D.:	Psikanalizin Yedi Büyüğü , Çev. Kenan Sarıalioğlu, İstanbul, Kırmızı Yayınları, 2008.
Nasr, Seyyed Hossein:	Living Sufism , Lahore, Suhail Academy, 2000.
Nesefi Azizüddin:	Tasavvufta İnsan Meselesi İnsan-ı Kâmil , Çev. Mehmet Kanar, 2. bs., İstanbul, Dergâh Yayınları, 2013.
Nesefî, Aziz	İnsanın Aslı ve Ruhların Yıldızlarla İlişkisi : (Maksad-ı Aksa ve Vahdet-i Vücut , Çev. Mahmut Sadettin Bilginer, İstanbul, Otağ Matbaası, 1976.

Nurbahş, Dr. Cevad:	Sufi Öğretisinde İnsan ve İnsan Psikolojisi , Çev. Nezehat Holsan, İstanbul, Kurtuba Kitap, 2009.
Nurbakhsh, Javad:	The Psychology of Sufism , Tr. Terry Graham, London, Khaniqahi-Nimetullahi Publications (İntişarat-ı Hankah-ı Nimetullahi), 1992.
Obaid, Francesco Pizzaro:	“Sigmund Freud and Otto Rank: debates and confrontations about anxiety and birth”, The International Journal of Psychoanalysis , 2012, pp. 1-23.
	Objet Petit a: Arzumun Eksik Nesnesi , 2011, (Çevrimiçi) http://alanistanbul.com/turkce/gecmis/objet-petit-a-arzumun-eksik-nesnesi-2 20.07. 2019.
O'Donoghue, Brendan:	A Poetics of Homecoming: Heidegger, Homelessness and the Homecoming Venture , Cambridge Scholars Publishing, 2011.
	Online Etymology Dictionary, (Çevrimiçi) https://www.etymonline.com/word/angst 30.09.2019.
Ornstein, Paul H.:	“Michael Balint Then And Now: A Contemporary Appraisal”, The American Journal of Psychoanalysis , Vol. 62, No. 1, March 2002, pp. 25-35.
Ornstein, Robert. E.:	Yeni Bir Psikoloji , Robert E. Ornstein, Çev. Erol Göka, Feray Işık, İstanbul, İnsan Yayınları, 1990.
Özelsel, Michaela Mihriban:	Halvette 40 Gün : Psikolog Dervişenin Halvet Günlüğü ve Bilimsel Çözümlemesi , Çev. Petek Budanur Ateş, İstanbul, Kaknüs Yayınları, 2002.
Özköse, Kadir:	“Mevlânâ Düşüncesinde Firkat ve Vuslat”, Tasavvuf İlmî ve Akademik Araştırma Dergisi , Ankara 2005, Y. 6, S. 14, ss. 233-249].
Özköse, Kadir:	Tasavvuf ve Gönül Eğitimi , Ankara, Nasihat Yayınları, 2007.
Özmen, İsmail:	Tasavvufa Giriş , İstanbul, Parşömen Yayıncılık, 2008.

Öztürk, Yaşar Nuri:	Kur'an ve Sünnete Göre Tasavvuf , 4. bs., İstanbul, Yeni Boyut, 1990.
Öztürk, Yaşar Nuri:	Mevlâna ve İnsan , İstanbul, Yeni Boyut, 1992.
Öztürk, Yaşar Nuri:	Tarih Boyunca Tasavvufi Düşünce I , İstanbul, Sümer Matbaası, 1974.
Öztürk, Yaşar Nuri.	Tasavvufa Giriş (Varlık ve İnsan) , İstanbul, Yelken Matbaası, 1978.
Pines, Ayala Malach:	Âşık Olmak: Sevgililerimizi Neye Göre Seçeriz? , Çev. Mercan Yurdakuler Uluengin, İstanbul, İletişim Yayınları, 2010.
Poyraz, Yakup:	“Fenâfillâh Mertebesinden Bekâbillâh Makamına Mevlânâ'da İlahî Aşk”, International Periodical For The Languages, Literature and History of Turkish or Turkic , Volume 9/9 Summer 2014, p. 871-895.
Rank, Otto:	“Psychology and the Soul”, Trans. Gregory C. Ritcher and E. James Lieberman, Journal of Religion and Health , Vol. 35, No. 3, Fall 1996.
Rank, Otto:	A Psychology of Difference: The American Lectures, Selected , Ed. Robert Kramer, New Jersey, Princeton University Press, 1996.
Rank, Otto:	Art and Artist , Tr. By Mabel E. Moxon, New York, Agathon Press, 1968.
Rank, Otto:	Beyond Psychology , New York, Dover Publications, 2011.
Rank, Otto:	Doğum Travması , Çev. Sabir Yücesoy, 2. bs., İstanbul, Metis Yayınları, 2014.
Rank, Otto:	Hakikat ve Gerçeklik , Çev. Şirin Etik, İstanbul, Pinhan Yayıncılık, 2018.
Rank, Otto:	Kahramanın Doğuşu Miti – Mitolojinin Psikolojik Yorumu , Çev. Gökçe Yavaş, İstanbul, Pinhan Yayıncılık, 2016.

Rees, Sarah, Channon, Susan and S., Cerith:	“The impact of maternal prenatal and postnatal anxiety on children’s emotional problems: a systematic review”, Europe Child Adolescent Psychiatry , 2019 Feb;28(2):257-280.
Ricaud, Michelle Moreau:	Michael Balint: An Introduction, The American Journal of Psychoanalysis , Vol. 62, No. 1, March 2002, 17-24.
Rifaî, Ken’an:	Şerhli Mesnevî-i Şerif , 8. bs, İstanbul, Kubbealtı Yayınları, 2015.
Ruzek, Nicole:	“Transpersonal Psychology In context: Perspectives From Its Founders and Historians of American Psychology”, The Journal of Transpersonal Psychology , Vol. 39, No. 2, 2007.
Ryce-Menuhin, Joel:	Jung And The Monothesisms: Judaism Christianity and Islam , Ed. Joel Ryce-Menuhin, New York, Routledge, 1994.
Sayar, Kemal:	“Aşkın Diyalektiğine Derkenar”, https://kemalsayar.com/KategoriDetay-Askın-diyalektigine-derkenar-150.html?fbclid=IwAR1QT4QJpKX8DUkJDhvJFgfd5HS8XwFD99uSg2IRtjGFGcnplU7Zm3j6538 12.11.2015.
Sayar, Kemal:	Sufi Psikolojisi , 9. bs., İstanbul, Timaş Yayınları, 2013.
Sayar, Kemal:	Terapi : Kültürel Bir Eleştiri , 5. bs., İstanbul, Timaş Yayınları, 2014.
	Saylor Academy, “Counterculture”, 2013, (Çevrimiçi) URL: https://www.saylor.org/POLSC301#9.1.3 , s. 1-2, 25.09.2019.
Schaya, Leo:	Sufi Tevhid Öğretisi , Çev. Mahmut Kanık, İstanbul, İnsan Yayınları, 2017.

Schimmel, Annemarie:	İslamın Mistik Boyutları , Çev. Ergun Kocabıyık, 3. bs., İstanbul, Kabcacı Yayinevi, 2012.
Schimmel, Annemarie:	Mystical Dimensions of Islam , Chapel Hill, The University of North Carolina Press, 1975.
Schnell, Endre M.D.:	“Michale Balint: His Theoretical Work in The Mirror of Medical Thinking”, Balint 2002; 3(2): 44-51.
Schopenhauer:	Ölümün Anlamı , Çev. Ahmet Aydoğan, 3. bs., İstanbul, Say Yayınları, 2016.
Schuon, Frithjof:	Yansımalar , Çev. Nurullah Koltas, Ankara, Hece Yayınları, 2006.
Shapiro, S.I.:	“Religion, Spirituality and Transpersonal Psychology”, International Journal of Transpersonal Studies , 1994, 13(1), 33–41.
	“Shaykh Fadhlalla Haeri”, 2018, (Çevrimiçi) http://sfhfoundation.com/ 16.11.19.
Shelquist, Richard (Wahiduddin):	“Bismillah al rahman al rahim”, 03-Jan-2008, (Çevrimiçi) https://wahiduddin.net/words/bismillah.htm 26.11.2019.
Shumaker, David:	“An Existential-Integrative Treatment of Anxious and Depressed Adolescents”, Journal of Humanistic Psychology , XX(X) 1-26, 2011.
Sinanoğlu, Abdülhamit:	“İslâm Düşüncesinde “İnsan-I Kâmil” Anlayışı ve Allah İle İlişkilendirmesi’nin Teolojik Değeri”, Kelam Araştırmaları , 6:2 (2008), s. 93-114.
Sklar, Dr. Jonathan:	“Michael Balint”, 2015, (Çevrimiçi) https://psychoanalysis.org.uk/authors-and-theorists/michael-balint 16.11.19.
Spiegelman, J. Marvin İnayet Han, Pir Vilayet, Fernandez, Tasnim:	Jung Psikolojisi ve İslâm Tasavvufu , Çev. Kemal Yazıcı-Ramazan Kutlu, İstanbul, İnsan Yayınları, 1994.
Spinelli, Ernesto:	“Existential Psychotherapy: An Introductory Overview”, Analise Psicologica (2006), 3(XXVI): 311-321.

Stewart, Harold:	“Michael Balint: An Overview”, The American Psychoanalysis 62(2002) 37–52.
Svenaeus, Fredrik :	Fredrik Svenaeus, “Freud's Philosophy of The Uncanny”, The Scandinavian Psychoanalytic Review , 22:2, 1999, 239-254.
Şah, İdris:	Yol’un Yolu , Çev. M. Ali Özkan, İstanbul, İnsan Yayınları, 1996.
Şucaî, Muhammed:	Ne İdik, Ne Olduk, Ne Olabiliriz: Mâkâlât: Nefis Terbiyesinin Nazarî Esrarları , Çev. Ali Eren, İstanbul, İnsan Yayınları, 1999.
Tarkovski, Andrey:	Mühürlenmiş Zaman , Çev. Füsun Ant, 3. bs., İstanbul, Agora Kitaplığı, 2008.
Tarkovski, Andrey:	Şiirsel Sinema , Der. John Gianvito, Çev. Ebru Kılıç, İstanbul Agora Kitaplığı, 2009.
Taylor, Steve, M.Sc. PGCE:	“Beyond The Pre/Trans Fallacy: The Validity Of Pre-Egoic Spiritual Experience”, The Journal of Transpersonal Psychology , 2009, Vol. 41, No. 1 pp. 1-22.
Temizkaya, Hatice Refhan:	“Tasavvuf Açısından Ben ve Benötesi”, Süleyman Demirel Ü. SBE, Isparta, 2016, Yüksek Lisans Tezi.
Thornton, Edward E.:	“Transpersonal Critique of Behaviorism”, Journal of Religion and Health , Vol. 21, No. 1 (Spring, 1982), pp. 8-20.
Tura, Saffet Mura:	Şeyh ve Arzu , 4. bs., İstanbul, Metis Yayınları, 2018.
Tura, Saffet Mura:	Freud’dan Lacan’a Psikanaliz , 1. bs., İstanbul, Ayrıntı Yayınları, 1989.
Tüfekçi, Çiğdem:	“Transpersonal Psikolojiye Göre Bilinçlilik Aşamaları ve Dini Tecrübe”, Uludağ Ü. SBE, Bursa, 2004, Yüksek Lisans Tezi.
Twenge, Jean M.:	“ Ben ” Nesli, Çev. Esra Öztürk, 1. bs., İstanbul, Kaknüs Yayınları, 2009.

Uludağ, Süleyman		İnsan ve Tasavvuf , Ed., Turan Koçtürk, İstanbul, Mavi Yayıncılık, 2001.
Uysal, Saliha:		“Transpersonel Psikoloji ve Din”, Marmara Ü. SBE, İstanbul, 2007, Yüksek Lisans Tezi.
Vaughan Lee, Llewellyn:		Kalbin Dönüşümü , Çev. Sema Krebs, İstanbul, İnsan Yayınları, 2014.
Vaughan Lee, Llewellyn:		“Love and Longing: The Feminine Mysteries of Love”, The Golden Sufi Center, Temmuz 1999, (Çevrimiçi) https://goldensufi.org/a_love_and_longing.html 17.09.2019.
Vaughan Lee, Llewellyn:		“Separation and Union”, 04.12.2016, (Çevrimiçi) https://youtu.be/a3r35X9pH1M , 20.04.2018.
Vaughan Lee, Llewellyn:		“The Pain of Separation (The Longing)”, 29.07.2014, (Çevrimiçi) https://youtu.be/Za1me4NuqxA , 20.04.2018.
Vonderer, Jeroen, Te Pas, Arjan B. :		“The first breaths of life: imaging studies of the human infant during neonatal transition”, Paediatric Respiratory Reviews 16(3), March 2015, pp. 1-4.
Wadlington, Will L.:		“The Birth of Tragedy and The Trauma of Birth”, The Humanistic Psychologist , 33:3, (2005), ss. 175-186.
Wahl, Jean:		Varoluşçuluğun Tarihçesi , Çev. Bertan Onaran, İstanbul, Payel Yayınları, 1999.
Walach, Harold:		Criticism of Transpersonal Psychology and Beyond-The Future of Transpersonal Psychology, The Wiley-Blackwell Handbook of Transpersonal Psychology , First Edition, Ed. Harris L. Friedman and Glenn Hartelius ©2013 John Wiley and Sons, Ltd.
Walsh, Roger and Vaughan, Francis:		“On Transpersonal Definitions”, Journal of Transpersonal Psychology - 25: 199-207, 1993, pp. 199-207.
Walsh, Roger ve Vaughan, Frances:		Ego Ötesi , Ed. Roger Walsh And Frances Vaughan, Çev. Halil Ekşi, İstanbul, İnsan Yayınları, 2001.

Washburn, Michael:	Embodied Spirituality In A Sacred World , New York, State University of New York Press, 2003.
Watt, Stephen:	“O’Neill and Otto Rank: Doubles, ‘Death Instincts’ and the Trauma of Birth”, Comparative Drama , Vol. 20, No. 3 (Fall 1986), pp. 211-230.
Weisz- Szekacs, Judit ve Keve, Tom:	Ferenczi For Our Time – Theory And Practice , London, Karnac Books, 2012, s. xxxi.
Wiedemann, Frederic:	“The Paradox of Wholeness: A Critique and Appreciation of Transpersonal Psychology”, The San Francisco Jung Institute Library Journal , Vol. 6, No. 1 (Autumn, 1985), pp. 1-38.
Wilber, Ken:	“Integral Psychology: Consciousness, Spirit, Psychology, Therapy, Nova Religio”, The Journal of Alternative and Emergent Religions , Vol. 8, No. 2 (November 2004), pp. 125-127.
Wilber, Ken:	Merhamet ve Metanet , Çev. Ahmet Ergenç, İstanbul, İnsan Yayınları, 2002.
Wilber, Ken:	Sex, Ecology and Spirituality: The Spirit Of Evolution , Boulder-Colorado, Shambhala Publications, 1995.
Wilcox, Lynn:	Sufizm ve Psikoloji , Çev. Orhan Düz, İstanbul, İnsan Yayınları, 2001.
Winter, David G. and Rank, Otto:	“Circulating Metaphors of Sexuality, Agression, and Power: Otto Rank’s Analysis of ‘Conquering Cities and ‘Conquering’ Women”, Political Psychology , Vol. 31, No. 1 (February 2010), pp. 1-19.
Wolynn, Mark:	Seninle Başlamadı: Kalıtsal Aile Travmalarının Kim Olduğumuza Etkileri Ve Sorunların Üstesinden Gelmenin Yolları , Çev., Mine Madenoğlu, 23. Baskı, İstanbul, Sola Yayınları, 2018.
Wulff, David M.:	Psychology Of Religion: Classic And Contemporary , 2. Edition, New York, John Wiley & Sons Inc, 1996.

Yalom, Irvin:	Annem ve Hayatın Anlamı , Çev. Zeliha İyidoğan Babayiğit, İstanbul, Kabalcı Yayınları, 2014.
Yalom, Irvin:	Güneşe Bakmak - Ölümle Yüzleşmek , Çev. Zeliha İyidoğan Babayiğit, İstanbul, Kabalcı Yayınevi, 2008.
Yalom, Irvin:	Varoluşçu Psikoterapi , Çev. Zeliha İyidoğan Babayiğit, İstanbul, Kabalcı Yayınevi, 2001.
Yananlı, H. Rahmi:	Damla ve Deniz : Allah, Peygamber, İnsan Ve Eşyanın Hakikati Hakkında Ölümsüz Sözler , İstanbul, Büyüyenay Yayınları, 2012.
Yıldızdöken, Çiğdem:	“Heidegger’de Dasein’in Varlığı ve Zaman Meselesi”, Dumlupınar Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi 53. Sayı/ Temmuz 2017.
Yılmaz, H. Kâmil:	Ana Hatlarıyla Tasavvuf ve Tarîkatlar , İstanbul, Ensar Neşriyat, 2016.