



T.C.

Hitit Üniversitesi

Sosyal Bilimler Enstitüsü

Felsefe ve Din Bilimleri Anabilim Dalı

ÜZÜNTÜYÜ YENMENİN ÇARELERİ

-KİNDÎ MERKEZLİ BİR İNCELEME-

Elif AKYOL

Yüksek Lisans Tezi

ÇORUM 2015

ÜZÜNTÜYÜ YENMENİN ÇARELERİ
-KİNDÎ MERKEZLİ BİR İNCELEME-

Elif AKYOL

Hitit Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü
Felsefe ve Din Bilimleri Anabilim Dalı

Yüksek Lisans Tezi

Tez Danışmanı
Prof. Dr. Mevlüt Uyanık

Çorum 2015

KABUL VE ONAY

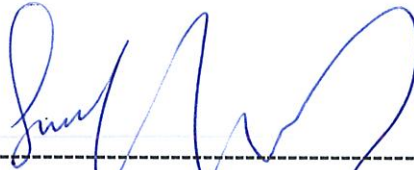
Elif AKYOL tarafından hazırlanan “Üzüntüyü Yenmenin Çareleri –Kindî Merkezli Bir İnceleme-” başlıklı bu çalışma, 18/05/2015 tarihinde yapılan savunma sınavı sonucunda başarılı bulunarak yüksek lisans tezi olarak kabul edilmiştir.



Prof. Dr. Ali DURUSOY
(Başkan)



Prof. Dr. Mevlüt UYANIK
(Danışman)



Yrd. Doç. Dr. Sefer YAVUZ

Yukarıdaki imzaların adı geçen öğretim üyelerine ait olduğunu onaylarım.

İmza

Prof. Dr. Mehmet EVKURAN

Enstitü Müdürü

T.C.
HİTİT ÜNİVERSİTESİ
SOSYAL BİLİMLER ENSTİTÜSÜ MÜDÜRLÜĞÜNE

Bu belge ile bu tezdeki bütün bilgilerin akademik kurallara ve etik davranış ilkelerine uygun olarak toplanıp sunulduğunu beyan ederim. Bu kural ve ilkelerin gereği olarak, çalışmada bana ait olmayan tüm veri, düşünce ve sonuçları andığımı ve kaynağını gösterdiğimi ayrıca beyan ederim. (18/05/2015)

Elif Akyol



ÖZET

AKYOL, Elif. *Üzüntüyü Yenmenin Çareleri –Kindî Merkezli Bir İnceleme-, Yüksek Lisans, Çorum, 2015*

İnsanoğlunun varoluşsal sorunlarından birisi mutluluğun elde edilmesidir. Bu da kişinin ruhsal durumunu kontrol edebilmesine bağlıdır. Bu noktada en önemli hususlardan birisi de üzüntüden kurtulmaktır. Tezimizde *Üzüntüyü Yenmenin Çarelerini* ilk İslam filozofu olarak da nitelenen Kindî'nin bu isimli risalesini merkeze alarak değerlendireceğiz. Giriş kısmında Kindî'nin hayatı, eserleri ve ilmi şahsiyeti incelenecektir. Tezin ilk bölümünde kavramsal temellendirme üzerinde durulmuştur. Kavramların değerlendirilmesi sonrası, ikinci bölümde nefis kavramı ve Kindî'nin felsefesindeki yeri müzakere edilmiştir.

Tezin son bölümünde, üzüntüyü yenme konusunda nefsin mahiyeti ve nefis-beden ilişkisini değerlendirdik. Bu, bu konuda filozofun varlık tasavvurunun da göz önünde bulundurulmasını gerektirmektedir. Bu nedenle biz de öncelikle Kindî'nin varlık tasavvurunda insanın rolü ve önemine değindikten sonra, nefis kavramı ve bedenle olan ilişkisini müzakere edeceğiz. Burada bedenin engellerinden kurtularak kamil/olgun insan olma önerilmektedir. Kamil insan kavramının üzüntü ve mutluluk ile olan ilişkisi değerlendirilirken bunun nasıl gerçekleştirileceği de müzakere edilecektir.

Üzüntü ve mutluluğun İslam felsefe geleneğinde ne anlama geldiği ortaya konularak, bunun elde edilmesinde önerilen yaklaşımlar müzakereye açılacaktır. Kindî tarafından ifade edilen üzüntüyle ilgili çözüm önerilerinin gittikçe yalnızlaşan ve problemlerini halletmekte zorlanan günümüz insanı için ne anlama geldiği ortaya konulmaya çalışılacaktır.

Anahtar Sözcükler: Felsefe, Kindî, Üzüntü, Mutluluk, Nefis, Beden.

ABSTRACT

AKYOL, Elif. *On the Methods of How to Dispel Sadness, –An Investigation Centred Kindî*, Master Degree, Çorum, 2015

One of the mankind's existential problems is to obtain happiness, and this depends on the controlling of the mental condition of person. One of the most important issues at this point is to get rid of the sadness. We will commentate The Methods of How to Dispel Sadness thereby focusing the same named work of al-Kindî - who is considered as the first Islamic philosopher- in our thesis. al-Kindî's life, works and scientific personality will be examined in the introduction part. The first section of the thesis focuses on the conceptual grounding. After the evaluation of the concepts, the notion "nafs/soul" and its place in Kindî's philosophy have been discussed in the second section. This requires an examination of the philosopher's imagine of the existence. Afterward, we will discuss the concept nafs/soul and its relationship with body. Being a mature human by getting rid of the barriers of the body is recommended here. While evaluating the concept 'mature human''s association with sadness and happiness, we will also discuss that how it can be actualize.

By putting forward the meanings of sadness and happiness in Islamic philosophy, the suggested approaches on achieving this will be negotiated. We will try to put forward what the suggested solutions by al-Kindî about sadness mean for the modern/contemporary human that increasingly allieanated and have difficulties about handling their problems.

Keywords: Philosophy, Kindî, Sadness, Happiness, Soul, Body.

İÇİNDEKİLER

| | |
|---|-----|
| ÖZET | i |
| ABSTRACT..... | ii |
| İÇİNDEKİLER | iii |
| KISALTMALAR | v |
| ÖNSÖZ | vi |
| GİRİŞ..... | 1 |
| 1. KİNDİ’NİN HAYATI..... | 1 |
| 2. KİNDİ’NİN ESERLERİ..... | 3 |
| 3. KİNDİ’NİN İLMİ ŞAHSİYETİ | 5 |
| 4. PLATON VE KİNDİ’NİN RİSALELERİNİN MAHİYET VE KAPSAM ANALİZİ | 7 |
| I. BÖLÜM: KAVRAMSAL TEMELLENDİRME | 11 |
| 1. ÜZÜNTÜ..... | 11 |
| 2. MUTLULUK..... | 16 |
| 3. HAZ..... | 24 |
| 4. SABIR | 27 |
| II. BÖLÜM: NEFS KAVRAMI..... | 32 |
| 1. KUR’AN’DA NEFS KAVRAMI | 32 |
| 2. FELSEFE TARİHİNDE NEFS KAVRAMI | 35 |
| 2.1. Platon ve Aristoteles’te Nefis Kavramı | 36 |
| 2.2. İslam Filozoflarına Göre Nefis | 39 |
| 3. KİNDİ VE NEFS ANLAYIŞI | 42 |
| 3.1. Nefis ve Niteliği | 44 |
| 3.2. Nefis ve Ahlak..... | 51 |
| 3.3. Nefis ve Rüya | 59 |

| | |
|--|------------|
| III. BÖLÜM: ÜZÜNTÜ VE ÜZÜNTÜDEN KURTULMA | 64 |
| 1. KİNDİ'YE GÖRE, ÜZÜNTÜ KAVRAMI VE MAHİYETİ | 65 |
| 1.1. Üzüntü Kavramı | 68 |
| 1.2. Birey ve Üzüntü Tecrübesi | 75 |
| 1.3. Üzüntü ve Sağlıklı Yaşam İlişkisi | 79 |
| 2. VARLIĞIN ANLAMLANDIRILMASI VE ÜZÜNTÜ | 81 |
| 2.1. İnsan Olabildiğince Mutluluğu Aramalı, Mutsuzluktan Kaçınmalı | 82 |
| 2.2. Hiçbir şey senin değil | 85 |
| 2.3. Her Şeyin Sahibini Bilmek | 86 |
| 3. TEMEL ÜZÜNTÜ NEDENLERİ VE ÇÖZÜMLERİ..... | 89 |
| 3.1. Yitirilenler ve Elde Edilemeyenler/Korkunç Çelişki | 89 |
| 3.2. Ölüm Korkusu | 96 |
| 3.3. Elinde Kalanlara Bak..... | 100 |
| 3.4. Ruhun Hastalığı | 103 |
| SONUÇ | 106 |
| KAYNAKÇA..... | 109 |
| EKLER: | 115 |
| EK 1: | 115 |
| PLATON- FİLOZOF PLATON'DAN PORPHYRİOS'A MEKTUP | 115 |
| EK 2: | 123 |
| KİNDİ - ÜZÜNTÜYÜ YENMENİN ÇARELERİ | 123 |

KISALTMALAR

| | |
|-------|-------------------------|
| bkz. | : Bakınız |
| c. | : Cilt |
| çev. | : Çeviren |
| ed. | : Editör |
| İA. | : İslam Ansiklopedisi |
| mad. | : Madde |
| met. | : Metin |
| ö. | : Ölüm Tarihi |
| pn. | : Paragraf No |
| s. | : Sayfa |
| ss. | : Sayfalar arası |
| tahk. | : Tahkik, |
| TDV. | : Türkiye Diyanet Vakfı |
| t.y. | : Tarih Yok |
| Yay. | : Yayınları |

ÖNSÖZ

İnsanın sağlıklı bir yaşam sürmesi için ruhen ve bedenen sağlıklı olmasının yanı sıra içinde yetiştiği ortamın –aile, okul, toplum- da uygun şartlara sahip olması gerekmektedir. Bu iki hususun bir araya gelmesinde önemli eksiklikler olduğundan olsa gerek ki kendini yetiştiren/olgun/kâmil insan niteliğini kazanan, yani “mutlu insanlar” oldukça azdır. Psikoloji veya psikiyatri alanında yapılan çalışmalar da bu bireysel gözlemlerimizi destekler mahiyettedir. İnsanı mutsuz kılan, hüznü ve üzüntüye boğan hususların bireysel ve toplumsal boyutu üzerine ayrıntılı çalışmalar yapıldığı takdirde bireysel ve toplumsal sorunlarımıza çözüm önerileri bulunabilir.

İnsanoğlunun bu dünyadaki temel hedefi mutluluğu elde etmektir, buna genelin ulaşmasını sağlayan ise, dini ve ahlaki kanunlardır. Bu nedendir ki din ve ahlak dünya içindir burada rahat, huzurlu, dingin, mutlu bir insan olarak yaşamak için ilahi kurallar gönderilmiştir. Ahirette ise felah/kurtuluş, dünyada mutlu/huzurlu dingin bir yaşam ile mümkün olur. Dünyada kâmil/olgun insan olmak bu hüznü acıya dönüştürmeden maddi ve manevi yapısını sağlıklı temellendirerek olacaktır. Bu nedenle İslam filozofları felsefenin amacını *tahsilu's-saade/mutluluğu elde etmek* olarak tanımlarlar. Ahirette felaha ermek ile *en büyük mutluluk/es-saadetu'l-kusvâ* gerçekleşmiş olacaktır.

Bu nedendir ki üzüntü ve mutluluk bizim bir parçamızdır. Doğduğumuz andan itibaren üzüntü ve mutlulukla beraberiz. Bizi biz yapan bu unsurlar, hayatımızın her evresinde kaçamadığımız, yanı başımızda duran bizi olgunlaştıran, sakinleştiren, bizi düzenleyen hayatımızın olmazsa olmazlarıdır. İyi ki varmış dediğimiz bir değer olur. Mutluluk ve üzüntü iki zıt kavram, bunlardan asla kaçamayız, bunlardan kaçmak da zaten çözüm değildir. O zaman onunla nasıl yaşamamız gerektiğini öğrenmemiz gerekir. Bu kavramları doğru anlayarak, yaşamımıza geçirsek hayatımızın en önemli problemlerini çözmüş oluruz. Hayata bakışımız farklılaşır. Bizi bizden daha iyi bir biz yapar. Sonunda Rabbimizin buyurduğu kâmil insan oluruz. Bu kavramları anlamamız bizi bireysel ve toplumsal birçok problemlerin çözümüne ulaştırır.

Günümüz insanının en büyük problemi elde ettiklerinin kişiyi mutlu kılmak bir yana, ruhsal boşluğa ve çöküntüye düşürmesidir. Bunun yanında aile ve toplumsal bağların zayıflığı da kişinin içine düştüğü krizi sağlıklı bir şekilde yönetememesine sebebiyet vermekte, bu da hem bireyin kendisine hem de iletişimde olduğu kişilere zarar

vermesine sebebiyet vermektedir. Bu noktada yapılması gereken ise, bir bilinç ve anlamlandırma faaliyetidir. Ancak burada şunu özellikle vurgulamak istiyoruz bu bilinç ve anlamlandırma faaliyeti bir öğretim faaliyeti olarak görülemez. Zira bugün günümüz insanı yıllarca aldığı eğitime rağmen ruhsal ve psikolojik rahatsızlıklardan kurtulamamaktadır. Bu nedenle bireysel ve toplumsal yaşamda merkeze almamız gereken temel değer, öncelikle kişinin kendisini tanımasını sağlamaktır. Bütün eğitim ve öğretim faaliyetlerinin ana amacı temelde bireyin ruhsal olgunluğunu ve dengesini sağlamaktır.

Bugün psikiyatriste başvuran beş kişiden dördü depresyondan muzdaripse, depresyon neredeyse neze kadar yaygın bir durum olmuşsa bu ülke için bir şeylerin yeniden düşünülmesi gerektiği ortadadır. Ülkemiz açısından bunun ciddi bir sorun olduğu görülmektedir. İnsanların ümit edecek bir şeylerin kalmadığında ve çaresizlik duygusu insanlara musallat olduğunda, bu toplumsal bir salgın haline gelmektedir. Sokaklarda nöbetler halinde kendini gösteren şiddet bugüne kadar içerde tutulan, kişinin kendisine yönelttiği şiddetin dışa vurumudur. Bu nedenledir ki üzüntü ve mutluluk kavramlarının ciddi bir şekilde incelenmesi gerekmektedir.¹

İşte bu noktada düşünce geleneğimizde bu konuda üretilen çözüm önerileri bizlerin bugün içine düştüğü sıkıntılardan kurtulması için bir çıkış yolu sunabilir. Günümüz insanına baktığımız zaman bireysel şiddet, aile içi şiddet, toplumsal şiddet uç noktalara ulaşmış durumda, bu nedenle insanlar karşılaştıkları zorluklar için bir çıkış yolu aramaktadırlar. Kindî'nin *Üzüntüyü Yenmenin Çareleri* başlıklı risalesinin günümüz insanının içine düştüğü aşırı stres ve kaygı ile ilgili tutumlarını çözümlenmede bizlere rehberlik edeceği kanaatindeyiz.

İslam filozoflarının eserleri incelendiğinde mutluluk ve üzüntü kavramının felsefi sistemleri içerisinde sürekli tartışma konusu olan bir husus olduğunu görürüz. Ancak günümüzde kişisel gelişim kitaplarında yüzeysel bir şekilde değerlendirilen, günü birlik çözüm önerileriyle insanların içinde bulunduğu durumdan nasıl kurtulacaklarına dair öneriler getiren yaklaşımların eksik taraflarına dikkat çekmek gerekmektedir. Zira felsefe tarihinde insanın durumlarını inceleyen hâkim ve hekim olan filozofların görüşleri incelenerek günümüz insanına yardımcı olunabilir. Bu da

¹ Kemal Sayar, *Hüzün Hastalığı*, Timaş Yay., İstanbul 2012, s. 27, 28.

âlem tasavvuruyla ilgili bütüncül bir bakış açısını gerektirir. Bu nedenle olsa gerek filozoflar, Tanrı tasavvurundan başlayan bireysel olarak insana kadar inen çok yönlü bir yaklaşımla meseleyi değerlendirmişlerdir.

Bizde tüm bu kaygılardan hareketle İlk Müslüman filozof Kindî'nin *Üzüntüyü Yenmenin Çareleri* başlıklı eserini müzakere etmek istedik. Eserin Türkçesi var, insanlar oradan okuyup filozofun değerlendirmelerini alırlar ve ona göre kendi hayatlarına uygularlar diyenler de olabilir. Ancak bizim tezimizdeki temel kaygımız, filozofun bu risalesinde verdiği önerilerinin genel felsefi bakış açısındaki rolünü ve anlamını izah etmeye çalışmaktır. Bu önemli, çünkü Kindî'nin felsefe tasavvuru bütüncül değerlendirildiği takdirde risalenin de bütüncül anlaşılma imkânı gerçekleşmiş olacaktır. Zira geleneksel düşüncede bir konu üzerinde araştırma yapmak istenildiğinde öncelikle meselenin diğer bağlantılı boyutlarından da haberdar olmak gerekmektedir. Tüm bu nedenlerle bütüncül bir anlamadan bahsetmek için Tanrı tasavvurunun, âlem tasavvurunun ve mead anlayışının bilinmesi gerekmektedir.

Felsefi düşünce, hayatın tüm alanlarına dair söz söyleyen bütüncül bir bakış açısı gerektirir. Bu nedenle İslam filozofları da felsefi düşüncelerinin temel kurgusunu teorik ve pratik sahayı kuşatacak şekilde ortaya koymuşlardır. Teorik yapı insanın varlığını anlamlandırmasını, pratik yapı ise, insanın bu anlamlandığı yapıya göre davranışlarını geliştirmesini kapsamaktadır. İnsan varlığını incelediğimizde de bunu görebiliyoruz. İnsan da nefis ve bedenden oluşan yapısıyla hem ruhsal hem de bedensel ihtiyaçlara sahiptir. Bu ihtiyaçlar da kişinin hayatını gerektiği şekilde gerçekleştirmesini sağlamaktadır.

Tezimizde insanın ruh ve bedenden oluşan yapısını merkeze alarak, üzüntüyü yenmesinin imkânını Kindî merkezli inceleyeceğiz. Üzüntü konusu günümüz insanın en temel problemlerinden biri olarak kendisini göstermektedir. İnsanlar maddi olarak her türlü isteklerini elde etmekle birlikte hayatı anlamlandırma noktasındaki sıkıntılar nedeniyle mutluluğu elde edememekte, üzüntüden kurtulamamaktadır. Tezimizin konusunu da bu oluşturmaktadır. İlk İslam filozofu olarak nitelenen Kindî'nin bu konuda bizlere önerdiği yaklaşım biçimlerinin günümüz insanı için ne anlam ifade ettiği, bizlerin karşılaştığı sorunlara çözüm sunma imkânını ortaya koymaya çalışacağız.

İslam filozofları, insanın mutluluğu elde etmesi konusunu felsefi sistemlerinin temel problemi olarak görürler. Kindî sonrası Ebu Bekir Razi ve özellikle de Farabi, mutluluğun elde edilmesi konusunda gerek nazari, gerekse pratik çözüm önerileri sunmuşlardır. İnsanın üzüntüden ve kaygıdan kurtularak *mutluluğu kazanmasının/tasilu's-saade*'yi elde etmesinin nasıl olacağını açıklamışlardır. Ancak üzüntü konusunu, tanımı, problemi ve çözüm önerileriyle İslam Felsefesinde ilk müzakere eden filozof Kindî'dir. Kindî'nin bu risalesinde dikkat çeken yön, konuyu bütüncül bir bakış açısıyla vermeye çalışmasıdır.

Bu noktada üzüntüden kurtulup mutluluğun nasıl elde edileceği sorusu önem kazanmaktadır. Bunu bütün yönleriyle incelemek tezimizin sınırlarını aşacaktır. Bu nedenle biz konuyu müzakere ederken Kindî'nin *Risale fi'l-Hile li'Defi'l-Ahzân/Üzüntüyü Yenmenin Çareleri* başlıklı eserini merkeze alacağız. Ancak bu, sadece Kindî'nin görüş ve önerilerini aktarmakla yetineceğimiz anlamına gelmemektedir. Kindî öncesi ve sonrası İslam felsefesinde ortaya konulan açıklamalar ve çözüm önerileri Kindî'nin bu konudaki görüşlerini ilgilendirdiği ölçüde incelenecektir. Bu noktada kadim felsefi düşünce geleneğinde benzer durumların olup olmadığı da bu noktada değerlendirilmeye çalışılacaktır.

Bu konuda ifade edilmesi gereken önemli bir husus da Kindî'nin bu eserinin Helenistik devre ait kayıp bir eserden esinlenilerek yazıldığı iddiasıdır. Bu noktada Platon'a atfedilen bir eser Kindî'nin eseriyle ciddi benzerlikler taşımaktadır. Tezimizde bu eser ve Kindî'nin eseriyle olan ilişkisini de elimizden geldiği ölçüde tahlil etmeye çalışacağız. Bu nedenle de hem Kindî'nin hem de Platon'a atfedilen eserin Türkçe tercümelerini de tezimizin son kısmına ek olarak koyacağız.²

Çalışmamızda öncelikle Kindî'nin hayatı, eserleri ve ilmi şahsiyeti ile ilgili bilgiler verilecektir. Bu, Kindî'nin bu konuda ortaya koyduğu felsefi sistemi anlamlandırmamız noktasında yardımcı olacaktır. İslam'da felsefi düşüncenin kabulü ve yaygınlaşması noktasında çok önemli katkıları olan Kindî, sadece felsefi ve psikolojik eseri olan *Üzüntüyü Yenmenin Çareleri* başlıklı risalesiyle değil, diğer eserleriyle de

² Platon, "Porphyrios'a Mektup", çev.: Fahrettin Olguner, *Atatürk Üniversitesi İslami İlimler Fakültesi Dergisi*, sayı: 4, yıl: 1980, ss. 251-259; Hans Daiber, "Siyaset Felsefesi", *İslam Felsefesi Tarihi 3*, ed.: Seyyid Hüseyin Nasr, Oliver Leaman, çev.: Şamil Öçal, Hasan Tuncay Başoğlu, Açılım Kitap, İstanbul 2007, s. 76, 94.

İslam felsefesi sahası için büyük önem arz etmektedir. Çalışmamızda Kindî'nin bu tarz bir risale kaleme almasının amacını da ortaya koymaya çalışacağız.

Birinci bölüm, kavramsal temellendirmeye ayrıldı. Burada genel olarak İslam ahlak felsefesinde; özel olarak Kindî'nin düşünce sisteminde üzüntü ve üzüntü ile ilgili temel kavramlar incelenmeye çalışıldı. Bu noktada inceleme konusu olarak, üzüntü, mutluluk, haz ve sabır kavramları seçildi. İslam filozoflarına göre bir konu hakkında konuşabilmek için öncelikle o konunun kavramlarının tanımlarının ortaya konulması gerekmektedir. Eğer tanımlar konusunda bir uzlaşma söz konusu olmazsa, bir konu üzerinde tartışma yapmak mümkün olmayacaktır. Bu nedenle biz de tezimizin kavramsal inceleme bölümünde üzüntü kavramından başlayarak konu hakkında müzakere yapılırken önemli birkaç kavramı inceledik. Bu noktada en önemli kavram *üzüntü* kavramıdır; üzüntü kavramının anlaşılabilmesi *mutluluk* kavramının da incelenmesi gerekmektedir. Zira üzüntüden kurtulma amacımız mutluluğun elde edilmesine yöneliktir. Bu kavramlarla ilintili iki kavram da *haz* ve *sabır* kavramları olarak karşımıza çıkmaktadır. Bu kavramların tanımları ve birbirleriyle olan ilişkileri incelendiğinde konu hakkında daha kuşatıcı bir müzakerenin yapılabileceğini düşünüyoruz.

İkinci Bölüm ise, İslam felsefesinde insanın varlık düzenindeki yerini ve rolünü anlamak için öncelikle nefis ve beden arasındaki ilişkinin anlaşılması gerekmektedir. Nefis kavramı, klasik dönemde kendisine varlık, bilgi ve değer alanıyla ilgili pek çok unsurun yüklendiği bir kavram olarak dikkat çeker. Bu nedenle insanın bu dünyadaki üzüntüsünün temel sebeplerinden bir tanesi de nefisini tam olarak anlayamamasına dayanmaktadır. Bu noktada önemli olan husus, insanın nefis ve beden arasındaki ilişkiyi çözümlemesi, nefsin bu dünyadaki varlığının anlamını kurgulamasına bağlıdır. Kindî, “nefsini bilen kendini bilir, kendini bilen rabbini bilir” diyerek, nefsin anlaşılması durumunda insanın bütünüyle mutluluğu elde edeceğini vurgular. Bu nedenle bizde üzüntü kavramını irdelerken öncelikle nefsin ne anlama geldiği, güçlerinin ne olduğu ve bizim üzüntü ve mutluluğumuzu etkilemedeki rolünü ortaya koymaya çalışacağız. Burada dikkat çeken yön, konunun sadece nefsin kendi konumuyla irtibatlı olmadığıdır. Nefsin kendisini bilmesi öncelikle bedensel isteklerinden kurtulmasına bağlıdır. Bu da

nefis beden ilişkisinin nasıl düzgün bir şekilde kurgulanabileceğinin araştırılmasını gerektirir.

Çalışmamızın son bölümünü ise, Kindî'nin felsefi düşüncesinin ürünü olarak ortaya koyduğu üzüntüyü giderme ile ilgili önerilerini müzakere edeceğiz. Kindî risalesinde üzüntü kavramının nasıl giderileceğine dair çeşitli örnekler vererek açıklamaya çalışmıştır. Bu örneklerin bizler için önemi ve değeri üzerinde durulacağı gibi, bugün bizlerin üzüntü ve mutluluk kavramlarından ne anladığı ve ne tür çözüm önerileri getirdiği de bu bölümde ortaya konulmaya çalışılacaktır. Buradan hareketle şunu ifade edebiliriz, tezimizin son bölümünde klasik bir metinden hareketle bugün insanların bulunduğu durumu da göz önünde bulundurarak nasıl çözüm önerileri geliştirilebileceğini tartışacağız.

Bu konuya çalışmaya karar verdiğimiz, hayatı boyunca herkesin karşı karşıya aldığı durumlarla ilgili olarak bir filozofun ortaya koyduğu çözüm önerilerini incelemek amacına matuftur. Bu noktada günümüz insanının pek çok çözüm önerisi ortaya koyduğu düşüncesiyle bugünkü literatürü de taramaya gayret ettik. Ancak her gün kullandığımız bu kavramlarla ilgili yeterince kavramsallaştırma yapılmadığı, konu analiz edilirken insanın manevi yönüne yeterince değinilmediğini gözlemledik. Bu noktada nefis ve beden uyumunu gerçekleştirerek, karşı karşıya kaldığı durumları anlamlandırabilen sağlıklı bir yapı ortaya konulmasına yönelik neler yapılabileceğini inceledik. Tezimiz üzüntü konusunu bütün yönleriyle ortaya koyma noktasında yeterli olmayacaktır. Bu nedenle bu konunun Kindî'nin merkeze alınmasıyla ortaya çıkan sonuçlardan hareketle geleneğimizin diğer filozoflarının da insan varlığı ile ilgili fikirlerinin detaylı bir şekilde incelenmesi gerektiğini düşünüyoruz.

Uzun bir aradan sonra tekrar akademik çalışmalara teşvik eden, yüreklendiren lisans döneminde “İman ve Akıl İlişkisi” başlıklı tezimin hazırlanmasında danışmanım olan, akademik ruhu bize kazandıran, talebesi olmakla her zaman gurur duyduğum, değerli hocam Prof. Dr. Mevlüt UYANIK'a bu çalışmanın ortaya çıkmasındaki katkıları için hasetten teşekkürlerimi sunuyorum. Tezimi okuyarak katkılarda bulunan Prof. Dr. Ali DURUSOY ve Yrd. Doç. Dr. Sefer YAVUZ hocalarıma müteşekkirim. Tez çalışmam süresince her zaman desteğini yanımda bulduğum, fikri katkılarıyla tezimin olgunlaşmasına yardımcı olan hayat arkadaşım Doç. Dr. Aygün AKYOL'a, bu konuyu

alışırken hem teorik hem pratik olarak tecrübelerimi de aktarmamı sağlayan oğlum Batu ve kızım Öge'ye ve benim bu zamanlara gelmemi sağlayan, hayat yolunda rehberim olan, maddi ve manevi hiç desteklerini esirgemeyen biricik anne ve babama ayrıca müteşekkirim.

Elif Akyol

orum 2015

GİRİŞ

Kindî ilk İslam filozofu olarak zikredilir. Felsefi duruşu kelami yaklaşımların felsefi düşünceye doğru evrilişini açık bir şekilde göstermektedir. İslam felsefesinde tercüme faaliyetlerine ve felsefi terminolojinin yerleşmesine olan katkıları önemlidir. Biz de Kindî'nin felsefi düşünce sisteminde üzüntüyü nasıl değerlendirdiğini ele almadan önce filozofun hayatına ve Meşşai geleneğin oluşumunda felsefi düşünceye olan katkılarının özgünlüğüne de kısaca değinmek istiyoruz.

1. KİNDİ'NİN HAYATI

İslam felsefesinde felsefi düşünce biçiminin sistematik bir hal aldığı aşama Kindî ile başlatılmaktadır. Kindî'nin kitapları mantık, felsefe, hendese, hesap, aritmetik, musiki, vb. pek çok ilim sahasındadır.³ Filozof, güney Arabistan'ın büyük kabilelerinden Kinde'ye mensuptur. Kindî, kendi döneminde gerçekleşen tercüme hareketinin bir savunucusu ve Grek ve Hint metinlerinin İslam dünyasına kazandırılması için çalışan bir filozof olarak karşımıza çıkmaktadır. Kindî'nin tercüme konusundaki bu hassasiyeti sebebiyle bazı metinlerin tercümesi de yanlışlıkla filozofa hamledilmiştir. İslam felsefesi ve kelamının teşekkül döneminde bu disiplinlere olan katkısı, yabancı kavram ve metotların içselleştirilmesi noktasında kendi bulunduğu çevrenin direncine karşın bunu başarmaya çalışması filozofun felsefi sahadaki çabasının takdir edilmesini sağlamıştır.⁴

Ebu Yusuf Ya'kup İbn İshak el-Kindî soylu bir ailenin çocuğu olarak Küfe'de doğdu. Doğum tarihi kesin olarak bilinmemekle birlikte kaynaklarda 796 ve 801 tarihlerine rastlamaktayız. Ölüm tarihiyle ilgili olarak da 866 tarihi ifade edilmiştir. Kindî'nin ataları İslam öncesi dönemde güney Arabistan'ın Kinde bölgesinin

³ Ebü'l-Ferec Muhammed b. İshak İbn Nedim, *Fihrist*, Dâru'l-Marife, Beyrut, t.y., s. 357-365; Şemseddin Muhammed bin Mahmud eş-Şehrezûri, *Târihu'l-Hukemâ*, tahk.: Abdulkerim Ebu Şuveyrib, Paris 2007, s. 305, 306.

⁴ Macit Fahri, *İslam Felsefesi Tarihi*, çev.: Kasım Turhan, Ayışığı Kitapları, İstanbul 1998, s. 85; Mehmet Bayrakdar, *İslam Felsefesine Giriş*, TDV. Yay., Ankara 1999, s. 159; Mahmut Kaya, "Kindî: İslam Dünyasının Felsefeye Tanışması", *İslam Felsefesi Tarih ve Problemler içinde*, ed.: M. Cüneyt Kaya, İsam Yay., İstanbul 2013, s. 92; Enver Uysal, "İlk İslam Filozofu: Kindî", *İslam Felsefesi Tarihi I içinde*, Grafiker Yay., Ankara 2012, s. 99.

yönetimini uzun süre ellerinde bulundurmuşlardır. Beşinci göbekten dedesi olan eş-As bin Kays Kinde meliki iken (h. 10/m.631) altmış kişilik heyetle Medine'ye gelerek Hz. Peygamberin huzurunda İslam'ı kabul etmiş ve onun ashabı arasına katılmıştı.⁵ Küçük yaşta babasını kaybeden Kindî'nin doğum tarihi kesin olarak bilinmemektedir. Ancak yapılan araştırmalarda, bazı ipuçlarının değerlendirilmesiyle yaklaşık bir tarih tespitine çalışılmıştır.

Harun Reşit döneminin sonlarına doğru çocuk yaşta bulunduğu dikkate alındığında, h. 185-m. 801 yılında doğmuş olabileceğini ifade edilmiştir. Çocukluk ve ilk gençlik yılları Küfe ve Basra'da geçen Kindî'nin eğitimi hakkında bilgi mevcut değilse de o dönemki eğitim ve öğretim dikkate alındığında temel dini bilgiler ve Kuran'ı Kerim dersleri yanında dil ve edebiyat tahsili gördüğü söylenilebilir. Özellikle bu iki şehirde başlayıp kurumsallaşan dil (nahiv) okulları, onun dil ve edebiyat zevkinin olgunlaşmasında önemli rol oynadı. Kelamın Mutezile elinde bağımsız bir ilim olarak şekillenmesi döneminde yaşamış olan Kindî'nin Basra'da bulunduğu sırada bu mezhebin Basra okulundan büyük ölçüde yararlandığı ve diyalektik alanda ilk zihin disiplinin burada kazandığı düşünülmektedir.⁶

Kindî, Bağdat'ta Abbasi halifeleri Me'mun (813-833), Mu'tasım (833-842) ve Vasık'tan (842-847) himaye görmüştür. Bu Abbasi halifelerinin belirgin özelliği ise, felsefeye karşı duydukları ilgi ve merakla birlikte kendilerinin de Mutezili düşünceye karşı ilgileri olarak ifade edilebilir. Bu halifelerden sonra iktidara gelen Mütevekkil (847-861) ile birlikte Kindî'nin görmüş olduğu himaye de sona ermiş oldu. Zira bu halife, kendisinden önceki halifelerin görüşlerine muhalifti. Kindî'nin Mütevekkil'in vefatından sonra beş sene daha yaşadığı ifade edilmektedir.⁷

Kindî'nin doğumu ve ölümüyle ilgili bilgiler oldukça sınırlı olduğu gibi yaşamı, eğitimi ve şahsiyeti konusundaki fikirlerimizde oldukça sınırlıdır. Bireysel tutumuna dair, filozofun cimriliğinin meşhur olduğunu biliyoruz. Bu hususa el-Cahız tarafından

⁵ Mahmut Kaya, "Kindî" mad., *İA.*, TDV. Yay., İstanbul, c. 26, s. 41; Bayraktar, *İslam Felsefesine Giriş*, s. 159; Ahmed Fuad el-Ehvani, "Kindî", *Klasik İslam Filozofları ve Düşünceleri içinde*, ed.: M.M. Şerif, çev.: Osman Bilen, İstanbul 1997, s. 7.

⁶ Kaya, "Kindî" mad., s. 41.

⁷ Fahri, *İslam Felsefesi Tarihi*, s. 85; Mahmut Kaya, "Kindî'nin Hayatı", *Felsefi Risaleler içinde*, Klasik Yay., İstanbul, 2014, s. 17; Felix Klein-Franke, "Kindî", *İslam Felsefesi Tarihi içinde*, ed.: Seyyid Hüseyin Nasr, Oliver Leaman, çev.: Şamil Öçal, Hasan Tuncay Başoğlu, Açılım Kitap, İstanbul 2007, s. 202.

Kitabu'l-Buhalâ adlı eserde değinilmiş, İbn Ebu Useybia tarafından da Kindî'nin tutumluluğu öven sözleri nakledilmiştir.⁸

Kindî kendisinden sonra çok ciddi tartışmalar ve eleştiriler doğuracak olan konularda kelamcılarının yaklaşımlarına yakın bir tutum sergilemektedir. Kindî'nin felsefi söyleminde Aristo'nun öğretilerinden ayrıldığını ve İslam akidesine dair genel yaklaşımlara bağlı kaldığını görüyoruz. Filozofa göre, Hz. Muhammed'e gelen vahyin doğruluğuna sadece cahillerin itiraz edebileceği kıyas yoluyla ispatlanabilir. Bu sadece peygamberlik ve vahiy konusuyla alakalı değildir. Bunu filozofun âlemin yoktan yaratılması, cesetlerin haşri, mucizelerin imkânı, peygamberi vahyin doğruluğu, âlemin Allah tarafından yaratıldığı ve onun tarafından yok edileceği noktasındaki fikirlerinden anlayabiliyoruz. İfade ettiğimiz temel düşünce biçimi Kindî'nin İslam felsefesinin başlangıcında Meşşai düşünce biçimi ortaya çıkmadan evvel kelamcılara daha yakın bir tutum izlediğini göstermektedir. Özellikle Meşşai filozoflar sonrası kopan tartışma uzun süre canlılığını koruyacaktır. Kindî'nin özellikle peygamberlik ve vahiy ile ilgili olarak kendi döneminde ortaya çıkan eleştirel tutuma karşı vahiy merkezli olarak *Mülhidlerin Delillerinin Reddi* isimli bir risale yazdığı da rivayet edilir.⁹

2. KİNDİ'NİN ESERLERİ

Kindî'nin felsefi ve ilmi eserlerinin pek çoğu kaybolmuştur, geriye kalanlar ise, *Resail el-Kindî el-Felsefiyye* adıyla yayınlanmıştır.¹⁰ Kindî'ye iki yüz ellinin üzerinde eser nispet edilmektedir. Bu eserlerin içeriğini ise, felsefe, mantık, metafizik, aritmetik, musiki, astronomi, geometri, tıp, astroloji, kelam, psikoloji, siyaset, meteoroloji, kehanet ve kimya gibi pek çok alanla ilgili olduğu ifade edilmiştir.¹¹

⁸ Câhiz, *Cimriler Kitabı*, çev.: Selahattin Hacıoğlu, Bordo Siyah Yay., İstanbul 2012, ss. 105-118.

⁹ Fahri, *İslam Felsefesi Tarihi*, s. 87, 88

¹⁰ Ebu Yusuf Ya'kub b. İshak Kindî, *Resâilu'l-Kindî el-Felsefiyye*, neşr: Ebu Ride, Kahire, c. 1. 1950, c. 2. 1953; Kindî'nin felsefi risaleleri Mahmut Kaya tarafından Türkçe'ye çevrilip Arapça orijinal metni ile birlikte yayınlandı. bkz.: Kindî, *Felsefi Risaleler*, met. ve çev.: Mahmut Kaya, Klasik Yay., İstanbul 2014, ss. 126-324; Tezimizin temel dayanağını oluşturan Kindî'nin *Risale fi'l-Hile li-Def'i-Ahzân* adlı risale Mahmut Kaya'nın yanı sıra Mustafa Çağrıcı tarafından da dilimize çevrilerek Arapça orijinal metniyle yayınlanmıştır. Bkz.: Kindî, *Üzüntüden Kurtulmanın Yolu*, met. ve çev.: Mustafa Çağrıcı, TDV. Yay., Ankara 2012, ss. 48-103.

¹¹ İbn Nedim, *Fihrist*, ss. 357-365; Macit Fahri, *İslam Felsefesi Tarihi*, s. 86; Ahmed Fuad el-Ehvani, "Kindî", *Klasik İslam Filozofları ve Düşünceleri*, s. 18, 19.

Kindî'nin en önemli risalelerinden biriside *Risale fi Hudûdi'l-Eşya ve Rusûmiha* adlı eseridir. Eser, İslam felsefesinin ortaya çıkış döneminde felsefi fikirler ve felsefi terminolojinin Müslümanlar arasında gelişmesi bakımından önemli bir boşluğu doldurmuştur. Bu kendisinden sonra yapılacak pek çok çalışma içinde örnek teşkil edecektir. Kindî'nin bu eserinde kullandığı birçok terim Grekçe ve Süryaniceden tercüme edilmiş olduğunu göstermektedir. Bu risaledeki kimi terimlerin yenileri ortaya konulmuş, kimileri de aynen korunmuştur. Bu, felsefi terminolojinin gelişimiyle tamamlanan bir süreç olmuştur.¹² Kindî'nin bize ulaşmış diğer eserleri ise şunlardır:

1. Kitâb fi'l-Felefeti'l-Ûlâ/İlk Felsefe Üzerine
2. Risâle fi Hudûdi'l-Eşya ve Rusûmihâ/Tarifler Üzerine
3. Risâle fi'l-Fâili'l Hakki'l-Evli't-Tâm ve'l-Fâili'n-Nâkis ellezi Huve Bi'l-Mecâz/Gerçek ve Mecazi Etkin Üzerine
4. Risâle fi İzâhi Tenâhi Cirmi'l-Âlem/Alemin Sonluluğu üzerine
5. Risale fi Mâiyeti mâ lâ Yumkinu en Yekûne lâ Nihâyete leh ve mel'lezi Yukâlu lâ Nihâyete leh (Sonluluk Üzerine)
6. Risale fi Vahdânieillah ve Tenâhi Cirmi'l-Âlem/Allah'ın birliği ve Alemin Sonluluğu Üzerine
7. Kitâb fi'l-İbâneti ani'l-İlleti'l Kâribeti li'l-Kevni ve'l-Fesâd/Oluş ve Bozuluşun Sebepleri Üzerine
8. Risâle fi'l-İbâne an Sucûdi'l-Cirmi'l-Aksâ/Göklerin Allah'a secde ve İtaat Edişi Üzerine
9. Risâle Ennehû Tûcedu Cevahiru La Ecsâm/Cisimsiz Cevherler Üzerin
10. Risâle fi'n-Nefs/Nefs Üzerine
11. Kelâmun fi'n-Nef Muhtasarun Veciz/Nefis Üzerine Birkaç Söz
12. Risâle fi Mâhiyeti'n-Nevm ve'r-Ru'ya/Uyku ve Rüyanın Mahiyeti Üzerine
13. Risâle fi'l-Akl/Akı Üzerine
14. Risâle fi Kemmiyeti Kütübi Aristutâlis ve mâ Yuhtâcu İleyhi fi Tahsili'l-Felsefe/Aristoteles'in Kitaplarının Sayısı Üzerine
15. Kitâbu'l-Cevahiru'l-Hamse/Beş Cevher Üzerine

¹² Kindî, "Tarifler Üzerine/Fi'l-Hudud ve'r-Rusûm", *Felsefi Risaleler içinde*, met. ve çev.: Mahmut Kaya, Klasik Yay., İstanbul 2014, ss. 178-189; Fahri, *İslam Felsefesi Tarihi*, s. 105, 106.

16. Risâle fi'l-İbâneti an Enne Tabiate'l-Feleki Muhâlefetun li Tabâi'l-Anâsiri'l-Arba'a/Gökyüzünün Yapısı Dört Unsurun Yapısından Farklıdır.
17. Risâle fi Enne'l-Anasire ve'l-Cirme'l-Aksâ Kûriyetu's-Şekli/Dört Elementin ve En Uzak Cismin Kürevî Yapısı Üzerine
18. Risale fi es-Sebebi'l-lezi lehu Nesebet el-Kudema'u el-Eşkâle'l-Hamseti ile'l-Ustuksât/Kadim Filozofların Beş Şekli Ustukusât'a İzafe Etmelerinin Sebebi Üzerine
19. Risâle fi'l-Cirmi'l-Hâmili bi Tabi'ati'l-Levni mine'l-Anâsiri'l-Arba'a vel'lezi Huve İlletu'l-Levni fi Gayrihi/Tabiat İtibariyle Dört Unsurun Rengini Taşıyan Cirim ile Başkasındaki Renklerin Sebebi Üzerine
20. Risâle fi'l-İlleti'l-Leti lehâ Tekûnu Ba'z el-Mevâzi'i lâ Tekâdu Tumteru/Bazı Bölgelerde Yağmurun Yağmamasının Sebebi Üzerine
21. Risâle fi İlleti Kevni'z-Zubâb/Bulutun Oluşumunun Sebepleri Üzerine
22. Risâle fi İlleti's-Selci ve'l-Berki ve's-Savâiki ve'r-Ra'di ve'z-Zemheriri/Karın Şimşegin, Yıldırımın, Gök Gürlemesinin ve Şiddetli Soğuşun Nedeni Üzerine
23. Risale Fi'l-İlleti'l-Leti Lehâ Yebrudu A'la'l-Cevvi ve Yeshunu ma Kerube mine'l-Arz/Soğuşun Yüksek Alanda ve Sıcığın Yeryüzüne Yakın Yerde Bulunmasının Sebebi
24. Risale fi'l-İlleti'l-Levni el-Lâzurdi ellei Yurâ fi'l-Cevvi fi Ciheti's-Semâi ve Yuzannu Ennehu Levni's-Semâi/Havada Görülen Gök Kuşağı Renklerinin Semanın Renkleri Zannedilmesi Üzerine
25. Risâle fi'l-İlleti'l-Faileti li'l-Meddi ve'l-Cezri/Denizin Alçalması ve Kabarmasının Etken Nedeni Üzerine¹³

3. KİNDİ'NİN İLMİ ŞAHSİYETİ

Kindî'nin Bağdat'ta kimlerden tahsil gördüğü bilinmiyorsa da kısa zamanda halife Me'mun'un takdirini kazanmış, sarayında düzenlenen ilmi, felsefi ve edebi toplantılara katılarak ilmi ve felsefi alanlardaki başarısını ve yetkinliğini kanıtlamıştır. Me'mun'un (215-830) Beytü'l-Hikme'deki âlim ve mütercimler kadrosu içinde yer

¹³ İbn Nedim, *Fihrist*, s. 357-365; Kaya, "Kindî'nin Hayatı", s. 65-68; Cevher Şulul, *Kindî Metafiziği*, İnsan Yay., İstanbul 2003, ss. 36-38.

almayı da başarmıştır. Kindî özellikle Me'mun, Mu'tasım Bi'llah ve Vasık –bi'llah'tan yakın ilgi ve destek gördü. Ayrıca Mu'tasım, oğlu ve veliahdı olan Ahmet'in eğitim ve öğretimini üstlenmesi için onu görevlendirmişti. Kindî, ilahiyat ve edebiyat yanında teorik ve pratik bilgi dallarının hepsiyle ilgilenen, felsefeden tıbbı, matematikten astronomiye, optikten meteorolojiye, psikolojiden ahlaka ve kimyadan musikiye varıncaya kadar her alanda eserler vererek sonraki nesillere zengin bir ilim ve felsefe mirası armağan eden ansiklopedik bir filozoftur.¹⁴

Kindî'nin düşünce sistemi ile ilgili yapılan değerlendirmelerde, Platon ve Aristoteles etkisinin yanı sıra belirgin bir Stoa etkisinden de bahsedilmektedir.¹⁵ Kindî, Mutezile kelamcılarının tartıştığı bazı problemleri benimseyerek o konularda eserler kaleme almıştır. Çünkü ilk Müslüman filozof niteliğini felsefe ve kelam, felsefe ve din, akıl ve vahiy ilişkisi üzerine düşünmesinden dolayı alır. Kindî din ve felsefe, akıl ile vahyin uygunluğunu veya uzlaştırılabileceğini savunmuştur.¹⁶

Kindî ilimleri dini ve insani olarak ikiye ayırır. Dini (ilahi) ilimlerin kaynağı vahiydir. Vahiy ise, istek ve iradeye gerek kalmadan, çaba harcamadan mantık ve matematik yöntemlerine başvurmadan, Allah'ın peygamberlerin temiz ruhlarını aydınlatılmasıyla oluşan bir bilgidir. Duyu ve akıl gücüyle elde edilen veya edilemeyen insanların benzerini ortaya koyamadıkları vahiy bilgisi, insan fitratına uygun olduğundan akıl onu kabul etmek durumundadır. İnsani ilimler felsefenin çatısı altında toplanmış olup biri doğrudan ilim, diğeri başka ilimler için bir alet bir başlangıç sayılmak üzere, başlıca ikiye ayrılır.¹⁷

Doğrudan ilim olanlarda teorik ve pratik diye iki grupta ele alınır. Teorik sayılanlarda altta fizik, ortada psikoloji, üstte metafizik bulunmaktadır. Psikoloji bir yönüyle fizyoloji, bir yönüyle de metafiziğe açık olduğundan fizikten metafiziğe geçişe bir aracı ve bir eşik durumundadır.¹⁸ Kindî'nin felsefeyi "her gerçeğin sebebi olan İlk

¹⁴ Kaya, "Kindî" mad., s. 41, 42; Bayraktar, *İslam Felsefesine Giriş*, s. 155.

¹⁵ Kaya, "Kindî" mad., s. 50, 51

¹⁶ Bayraktar, *İslam Felsefesine Giriş*, s. 155, 160.

¹⁷ Kindî, "Aristoteles'in Kitaplarının Sayısı Üzerine", s. 276; Kaya, "Kindî" mad., s. 42; Mevlüt Uyanık, "İlk İslam Filozofu Kindî'ye Göre Âlem'in Mahiyeti Sorunu", *İslam Felsefesinin Sorunları içinde*, Elis Yay., Ankara 2003, s. 103, 104.

¹⁸ Kaya, "Kindî" mad., s. 42.

Hakkın ilmi” olarak tarif etmesi çok önemlidir. Bu anlamda felsefe tüm disiplinlerin üzerinde “insanın gücü ölçüsünde gerçeğin bilgisini araştırmasını” ifade etmektedir.¹⁹

Kindî'nin felsefi ilimleri İslam dünyasına kazandırması, bir takım çevrelerce kabul edildiği gibi, bundan rahatsız olan ve filozofun fikirlerini açıklamasına engel olmak isteyenler de vardı. Bunu Kindî'nin İlk Felsefe adlı risalesinde zikrettiği bölümden anlayabiliyoruz. Kindî hasımlarına “Zamanımızın düşünürü olarak tanındıkları halde, gerçekten uzak bulunan pek çok kimsenin yanlış yorumlamalarından çeKindîğimiz için, yanlış anlamaya yol açan karmaşık noktaları uzun uzadıya tahlil yerine kısa kesmek zorunda kaldık. Layık olmadıkları halde, hakkı temsil durumda olsalar da, bunların kıt zekâları gerçeğin esprisini anlamaktan acizdir. Bilgileri ise yüksek düşünce sahiplerini takdir etme, yararı herkese ve onlara da dokunacak olan ictihad yapma düzeyinde değildir. Bunların hayvani nefislerinde yer eden haset kiri ve düşünce ufuklarını kapayan karanlık, gerçeğin nurunu görmelerini engellemiştir. Saldırgan ve zalim düşman durumunda olan bunlar, haksız yere işgal ettikleri kürsüleri korumak için, elde edemedikleri ve çok uzağında buldukları insani faziletlere sahip olanları aşağılarlar. Amaçları riyaset ve din tacirliğidir. Oysa kendileri dinden yoksundur. Çünkü bir şeyin ticaretini yapan onu satar, sattığı ise artık kendisinin değildir. Kim din tacirliği yaparsa onun dini yoktur. Gerçekte varlığın hakikatinin bilgisini/felsefeyi edinenlere karşı çıkan ve onu küfür sayanın dinle bir ilişkisinin kalmaması gerekir” şeklinde çok sert ve net bir yanıt vermektedir.²⁰

Görüldüğü üzere Kindî, kendi dönemindeki fikri ve felsefi tartışmalardan uzak kalamamış, felsefi sahadaki otoritesini zayıflatmak isteyenlere de çok net ve açık bir şekilde cevap vermiştir.

4. PLATON VE KINDİ’NİN RİSALELERİNİN MAHİYET VE KAPSAM ANALİZİ

Çalışmamızda İslam felsefe geleneğinde, ilk İslam filozofu olarak nitelenen Kindî'nin *Üzüntüyü Yenmenin Çareleri* başlıklı risalesini merkeze alarak üzüntü

¹⁹ Kindî, “İlk Felsefe Üzerine”, s. 126; Uyanık, “İlk İslam Filozofu Kindî'ye Göre Âlemin Mahiyeti Sorunu”, s. 102.

²⁰ Kindî, “İlk Felsefe Üzerine”, s. 129.

konusunda geleneğimizden hareketle bir çözüm önerisinin imkanını tartışacağız. Ancak bunu müzakereye geçmeden önce, eserle ilgili bir hususa değinmek istiyoruz.

İslam Felsefe geleneğinde Kindî'nin metnine çok benzeyen ve üzüntü ve kederin giderilmesi üzerinde duran bir risale daha vardır. Platon'a atfedilen risaleyi tezin sonuna ek olarak verdik ki mukayese imkânı olabilsin. Kindî'nin bu konudaki görüşlerine geçmeden evvel, bu iki risalenin şekil ve mahiyet açısından birbirine benzer ve farklı yönlerini müzakere etmek istiyoruz. Bu, hem Kindî'nin risalesinin Platon'a atfedilen risaleye benzerliğini, hem de o risaleden farklı olarak ortaya koyduğu özgün yönleri göstermesi noktasında bizlere ışık tutacaktır.

Platon'a atfedilen dememizin nedeni risalenin aidiyetinin tartışılmasından dolayıdır. Bu metnin Plotinus'a ait olabileceği de belirtilmektedir.²¹

Bu iki risaleyi incelerken, öncelikle Kindî ve Porphyrios'a yazılan mektup arasındaki benzerliklere, daha sonra da farklılıklara işaret edeceğiz. İki risalede ortak ele alınan konular arasında en belirgin olan üzüntünün tanımıdır. İki filozof da üzüntüyü “sevilenlerin kaybına ve istenilenlerin elde edilememesine” bağlamaktadırlar.²²

İki risale arasında benzer olarak niteleyebileceğimiz diğer bir husus ise, “oluş ve bozuluş” konusunu anlayamama neticesinde ortaya çıkan, tabiat düzeninden uygun olmayan şeylerin istenmesi sebebiyle üzüntü duyulması konusu da benzer yönlerdendir. Bu “tabiatta olmayanı isteyen kimse var olmayanı istemiş olur” ifadesiyle ortaya konulur, bu ifade iki risalede de mevcuttur.²³

Risalelerde ortak hususlardan bir diğeri de anlatılan hikâyelerden ikisidir. Bunlardan bir tanesi Sokrat ile ilgilidir, diğeri de bir kralın hikâyesidir. Sokrat ile ilgili hikâyede Sokrat'ın “kişinin üzerinde ne kadar çok şey edinirse o kadar çok üzülecek

²¹ Platon, “Porphyrios'a Mektup”, ss. 251-259; *Platon'dan Porphyrios'a Mektup* adıyla anılan bu risale, Fahrettin Olguner hocamız tarafından dilimize aktarıldı. Olguner hocamızın ifadelerine göre mektubun aslı Arapça olup, Süleymaniye Kütüphanesi Ayasofya 28-22 numarada kayıtlı bir mecmua içinde varak numarası 204-215'de bulunmaktadır. Yine aynı metin Revue Catholique Orientale Mensuelle, sayı: 11, ss. 884-892 de neşredilmiştir. Bkz. Fahrettin Olguner, “Mektup hakkında Birkaç Söz”, *Filozof Platon'dan Porphyrios'a Mektup içinde*, Atatürk Üniversitesi İslami İlimler Fakültesi Dergisi, sayı: 4, yıl: 1980, s. 249.

²² Platon, “Porphyrios'a Mektup”, s. 252; Kindî, “Üzüntüyü Yenmenin Çareleri/Fi'l-Hile Li Def'il-Ahzân, *Felsefi Risaleler içinde*, met. ve çev.: Mahmut Kaya, Klasik Yay., İstanbul 2014, s. s. 295.

²³ Platon, “Porphyrios'a Mektup”, s. 252, 253; Kindî, “Üzüntüyü Yenmenin Çareleri”, s. 296.

şeyi olduğu” fikri vurgulanır.²⁴ Platon’a atfedilen risalede kral, Elzer olarak geçer. Misal verilen husus ise, tahttır. Hediye edilen tahtın kişinin fakirliğini arttırdığını söyleyen bilgenin sözü hikâyenin sonunda gerçekleşir ve tahtı kaybettiğinde kral üzüntüye boğulur. Kindî’nin risalesinde ise, Roma İmparatoru Neron olarak zikredilir. Burada ise, hediye edilen kristal bir küredir. Bu hikâyede elde edilen şeyin kişinin beklentisini arttırdığı ve musibete sebep olduğu ana fikriyle verilir. Hikâyenin sonunda diğer hikâyede olduğu gibi imparator küreyi kaybetmesi sebebiyle üzülecektir.²⁵

Görüldüğü üzere iki risale arasında büyük benzerlikler vardır. Ancak Kindî, kendisinden önce yazıldığı düşünülen bu risaleye hiç atıfta bulunmaz, sadece kendi risalesini kaleme alır. Bu kadar benzerlikler olan iki risalenin şimdi farklı yönlerine; yani Kindî’nin Üzüntüyü Yenme konusunda bu risalenin üzerine eklediği şeylere de değinmek istiyoruz.

Kindî’nin risalesinin Plotinus’a yazılan risaleden farklı yönü daha çok üzüntüyü yenmeye dair çarelerde belirginleşmektedir. Kindî’nin risalesi, diğer risaleden farklı olarak üzüntüyü yenme konusunda detaylı ve kapsamlı bir çözüm önerisi sunmaktadır. Platon’a izafe edilen risalede çözüm önerileri ile ilgili genel olarak felsefî düşünce sistemi üzerinden çözümler üretilirken, Kindî’nin risalesinde tek tek günlük olaylardan örnekler vererek meseleler çözümlenmeye çalışılır.

Kindî’nin risalesinde İskender’e izafe edilerek anlatılan hikâye üzüntünün yenilmesi noktasında ortaya konulan çözüm önerilerinden bir tanesini oluşturur. Buna göre, özellikle musibetlerin ve zor durumların sadece bir insana mahsus olmadığını, her insanın başına gelebilecek hususlar olduğunu okuyucuya göstermesi noktasında önemli bir kanıtlama sunmaktadır.²⁶

Kindî tarafından ifade edilen bir diğer hikâye de üzüntünün yenilmesi konusunda özgün ve önemli katkılar sunar. Bu da gemi ve yolcularıyla ilgili olan hikâyedir. Bu hikâyede insanların oluş ve bozuluş âleminin geçici zevklerine dalmaları sebebiyle ilahi âlemde elde edecekleri büyük lütuflardan mahrum kalacakları

²⁴ Platon, “Porphyrios’a Mektup”, s. 256; Kindî, “Üzüntüyü Yenmenin Çareleri”, s. 305.

²⁵ Platon, “Porphyrios’a Mektup”, s. 256; Kindî, “Üzüntüyü Yenmenin Çareleri”, s. 305.

²⁶ Kindî, “Üzüntüyü Yenmenin Çareleri”, s. 305.

vurgulanır. Hikâyenin üzüntü konusunda ortaya koyduğu ana tema kişiye bu dünyanın geçiciliğini anlatma noktasında oldukça anlaşılır bir izah şeklindedir.²⁷

İki risale arasında genel bir değerlendirme yapacak olursak, Platon'a izafe edilen risale ile Kindî'nin risalesinin pek çok bakımdan benzerlikler gösterdiğini ifade edebiliriz. Buna ek olarak Kindî'nin kendisinden önce ele alınan bu meseleye katkısı, konuyu detaylandırıp, çözüm önerileri geliştirerek maddeler halinde ortaya koymasındadır. Yine çözüm önerilerinin içinde yeni örneklemelere başvurmuş meselenin okuyucu tarafından daha anlaşılır bir hale gelmesini sağlamıştır. Tüm bu benzerliğe rağmen Kindî, kendisinden önce böyle bir risalenin yazıldığı ve kendisinin bu risaleden istifade edip etmediği noktasında okuyucuyu bilgilendirmemektedir. Hiçbir şekilde bu risaleye atıf yapmamıştır. Kindî'nin bu risaleden istifade ettiğini düşünüyoruz, ancak o dönemde bugünkü anlamda bir kaynak gösterimi söz konusu değildir. Kindî'de risalesinde bu kaynağa atıf yapmamıştır.

²⁷ Kindî, "Üzüntüyü Yenmenin Çareleri", s. 307.

I. BÖLÜM: KAVRAMSAL TEMELLENDİRME

Kavramsal temellendirme bölümünde, üzüntü kavramıyla ilişkili kavramların İslam felsefesindeki değerlendiriliş şekillerini inceleyeceğiz. Burada merkeze aldığımız kavramlar, *üzüntü*, *mutluluk*, *haz* ve *sabır* kavramlarıdır. Üzüntü giderildiğinde elde edilmek istenen şey *mutluluk*'tur. Bu da İslam filozoflarına göre, felsefenin amacıdır. İnsanoğlunun üzüntü ile ilgili değerlendirmelerine etki eden bir diğer kavram da *haz*'dır. Haz, eğer doğru tanımlanamazsa üzüntü konusundaki ifadelerimizin anlaşılması zorlaşacaktır. Bu konuda ele alacağımız bir diğer kavramda *sabır* kavramıdır. Sabır da kişinin karşılaştığı zorluklar karşısında metanetini ve dayanıklılığını korumasını sağlayan temel unsurdur. Şimdi bu kavramları ayrıntılı bir şekilde ele alalım.

1. ÜZÜNTÜ

Üzüntüyü yenmenin çarelerinin bulunması öncelikle üzüntünün ne olduğunun tespitini gerektirir. Bu, üzüntünün tanımlanmasını, buna sebep olan yapıyı analiz etmeyi gerektirmektedir. Üzüntü, tek başına ele alınıp halledilebilecek bir husus değildir. Üzüntü denildiğinde insanın varlık, bilgi ve değer tasavvurunun netleştirilmesi gerekmektedir. Bunun altında yatan temel unsur ise, kişinin hayatı anlamlandırmasıdır. Eğer kişinin hayat içinde karşılaştığı durumlara karşı ortaya koyduğu tutum ve davranışlarda hayatı anlamlandırması noktasında sorunlar varsa bunun çözümlenebilmesi de zor olacaktır.

Üzüntü ve hüznün kavramları birbirinin yerine de kullanılmakla birlikte, klasik sözlüklerde çoğunlukla istenmeyen bir durumun başa gelmesinden veya geçmişteki bir kayıptan duyulan keder şeklinde tanımlanmaktadır. Ancak hüznün ve üzüntü arasında bir ayrım olduğu da ifade edilmiştir. Buna göre Kur'an'da geçen "üzülme" ve "üzülmeyiniz" gibi ifadelerin gerçekte hüznlenmeyi değil bu duyguya götüren davranışlardan sakınmayı öğütlediği belirtilmiştir. Kur'an-ı Kerim'de iki ayette hüznün, üç ayette aynı anlamda hazen, otuz yedi ayette de aynı kökten fiiller geçmektedir.²⁸

İslam felsefesinde üzüntü kavramının felsefi olarak müzakere edildiği en önemli eserlerden birisi çalışmamızın konusu olan Kindî'nin *Risale fi'l-Hile li-Def'il-Ahzan*

²⁸ Mustafa Çağrı, "Hüzn" mad., *İA.*, TDV. Yay., İstanbul 1999, c. 19, s. 73

adlı risalesidir. Kindî çalışmasında üzüntüyü tarif ederken “üzüntü sevilen şeylerin elden gitmesinden ya da amaçlanan şeylerin gerçekleşmemesinden doğan nefse ait bir durum” ifadesine yer verir. Bu tarife göre üzüntü, sevilen bir şeyin kaybedilmesinden veya amaçlanan bir şeyden ümit kesilmesi yüzünden ortaya çıkan bir durumdur. Kindî tarafından yapılan bu tarifi Platon’un Porphyrios’a yazdığı mektupta da benzer şekilde buluyoruz.²⁹

Üzüntü konusunda İslam filozoflarının yaklaşımları üzerinde de durmak istiyoruz. Üzüntünün giderilmesi konusu, Kindî sonrası Ebu Bekir Zekeriya er-Razi (ö. 925) tarafından da tartışma konusu yapılmıştır. Razi, üzüntü kavramı tartışmaya açıldığında üzüntünün akıldan mı yoksa hevedan mı kaynaklandığının tespit edilmesi gerektiğini belirtir. Razi’nin felsefi kurgusunda haz teorisi önem arz etmektedir. Razi, insanın haz, heva ve heves kavramlarının anlamlarını kavrayamadığında ve bunları aklın yönetimine bırakmadığında mutlu olayım derken mutsuz olacağını ifade eder. Bu kişinin hazları mutluluk vesilesi olarak görmesi; ancak bunların kişiye mutluluk getirmemesi sebebiyledir. Bu nedenle kişi zannî hazların kendisine mutluluk getireceği yanılgısına düşmemelidir.³⁰

Razi, üzüntü tanımında Kindî tarafından da kullanılan sevilenlerin kaybından doğan bir durum tarifini kullanır. Üzüntünü giderilmesi ya da azaltılmasının ise, iki yolla olabileceğini belirtmektedir. Bunlardan birincisi henüz meydana gelmeden önce ya hiç meydana gelmemesi ya da meydana gelecekse bile mümkün olduğu oranda az olması için üzüntüye karşı tedbir almak suretiyle ondan korunmakla mümkün olur. İkincisi ise, meydana geldiğinde tamamını ya da mümkün olan en çok miktarını ortadan kaldırmak ve meydana gelmemesi veya meydana gelecekse bile az ve zayıf olması için önlem almaktır.³¹

İslam ahlak felsefesi sahasında çalışmalarıyla öne çıkan bir diğer filozof da İbn Miskeveyh’tir. İbn Miskeveyh (ö. 1030), bu konuda kendisinden önce müstakil bir

²⁹ Kindî, “Üzüntüyü Yenmenin Çareleri” s. 295; Platon, “Porphyrios’a Mektup”, s. 252.

³⁰ Mevlüt Uyanık, Aygün Akyol, *İslam Ahlak Felsefesi*, Elis Yay., Ankara 2013, s. 204, 205.

³¹ Ebu Bekir Zekeriya er-Razi, *Ruh Sağlığı*, çev.: Hüseyin Karaman, İz Yay., İstanbul 2004, ss. 105-108.

risale kaleme alan Kindî'nin *Risâle fi'l-Hile li-Defu'l-Ahzan* adlı eserine de atıf yapar. Burada Kindî'nin üzüntüyü insanın kendisinin icat ettiğine vurgu yaptığı belirtilir.³²

İbn Miskeveyh'göre, üzüntü ruhi bir acıdır. İbn Miskeveyh'de Kindî gibi üzüntüyü, sevilen bir şeyin kaybedilmesi veya istenilen bir şeyin elde edilememesine bağlar. Üzüntünün sebebi, maddi varlıklara ve bedeni isteklere gösterilen hırs ve açgözlülük, kaybedilen veya elde edilemeyen şeylere duyulan hasret olarak zikredilir. Dünya nimetlerinden elde ettiği şeylerin sürekli kendisiyle olacağını düşünen kaybettiği her şeyin mutlaka kendine döneceğini sanan kişi, bunları kaybedince üzülür. Bu duygudan kurtulması da yine kişinin kendisine bağlıdır. İnsan, kendisine karşı adaletli olur, dünyadaki bütün şeylerin sabit ve sürekli olmadığını, sürekli ve sabit olanın akıl olduğunu bilirse, ne imkânsız olanı ümit eder, ne de onun ardından gider. Böyle davranan kimse, sevinç ve güven duyar, mutlu olur.³³

İbn Miskeveyh'e göre, nefisini tedavi etmeyenler sürekli bir acı ve bitmek tükenmek bilmeyen bir üzüntü içine düşecektir. Çünkü her an bir amaç veya sevilen bir şey elden çıkar ve kaybolur. Oluş ve bozuluş âlemi olan bu varlık düzeni için bu kaçınılmazdır. Bunu istememek insanı üzüntüden kurtarmayacağı gibi hayal kırıklığına da sebep olacaktır. Bu da kişinin daimi bir üzüntü içine sürüklenmesine sebebiyet verecektir. Bunun aksine iyi alışkanlıkların bilincine varan, elde ettiğiyle memnun olan ve bir şeyi kaybedince üzülmemeyen kimse ise, daima sevinçli ve mutlu kişidir.³⁴

İbn Fatik'in *Muhtaru'l-Hikem* adlı eserinde, Sokrates'ten rivayetle üzüntünün, altı grup insanın yakasını hiç bırakmayacağı ifade edilir. Buna göre, *kin güden, kiskanın, sonradan zengin olan, fakirlik korkusu çeken zengin, altından kalkamayacağı bir rütbe isteyen ve edep ehlinde olmadığı halde onlarla hemhal olan* kişi daimi bir üzüntü halini ruhunda hisseder.³⁵

Meşşai filozoflara baktığımızda üzüntü konusunu Kindî gibi müstakil bir şekilde işlemek yerine mutluluğun nasıl elde edileceğini ortaya koyarak meselenin çözümünü

³² İbn Miskeveyh, *Ahlâkı Olgunlaştırma/Tehzibu'l-Ahlak*, çev.: Abdulkadir Şener, İsmet Kayaoğlu, Cihad Tunç, Kültür ve Turizm Bakanlığı Yay., Ankara 1983, s. 196.

³³ İbn Miskeveyh, *Ahlâkı Olgunlaştırma*, s. 194, 195.

³⁴ İbn Miskeveyh, *Ahlâkı Olgunlaştırma*, s. 195.

³⁵ İbn Fatik, *Muhtaru'l-Hikem*, çev.: Osman Güman, Türkiye Yazma Eserler Kütüphanesi Başkanlığı Yay., İstanbul 2013, s. 180.

göstermişlerdir. Ana hatlarıyla İslam felsefesinde üzüntü kavramıyla ilgili yapılan değerlendirmeler baktığımızda Kindî'nin çok büyük etkisinin olduğunu görüyoruz. Kindî; üzüntü'nün tanımı, kapsamı ve sınırları ile ilgili yazdığı risalesiyle kendisinden sonraki İslam filozoflarına büyük ölçüde etki etmiştir.

Bu bağlamda günümüzde üzüntü kavramıyla ilgili yapılan değerlendirmelere de kısaca değinmek istiyoruz. Üzüntü, 'herhangi bir travmatik olay karşısında görülen ilk duygu' olarak tanımlanmıştır. İnsanın psikolojik dengesini bozan bir olay yaşandığı zaman verdiği ilk tepki kaygı ve üzüntü şeklindedir. Kişinin kendini çökkün ve depresif hissetmesi, hayattan zevk alma duygusunun azalmasıyla birlikte gerçekleşir. Yaşamdan haz duymamakla, üzüntü arasında da fark vardır. İnsan üzgün olabilir, ama yine de hayattan zevk alabilir. Ancak üzüntüye eşlik eden hayattan zevk almama duygusunun üzerinde durulması gerekir. Üzüntü, eğer düzgün yönetilmezse, bir takım psikolojik bozukluklar da görülmeye başlanır. Bu günümüzde distimik bozukluk/depresif kişilik olarak ifade edilmektedir. Bunlar hayatları boyunca yüzü gülmeyen, üzülme adeta yaşam felsefesi haline getirmiş insanlar olarak tanımlanmıştır. Günümüzde bu tip insanların karakteristik özellikleri ile ilgili olarak dört belirgin özellikleri ifade edilir. Bu özellikler; karamsarlık; sürekli duygulu hal ve ağlama; zevk alma duygusunun azalması ve kendilerini diğer insanlara göre değersiz ve küçük görmektir.³⁶

Günümüzde üzüntü ile ilgili yapılan bir takım araştırmalarda üzüntünün hastalık olarak değerlendirildiğini görüyoruz. Buna göre üç günden kısa süreli üzüntüler hastalık olarak kabul edilmezken, üç günden fazla süren üzüntülerin, günümüzde depresyon başlangıcı olarak nitelenmesidir. Bu anlayışa göre insan üzüntüsüne üç gün içinde çözüm üretmek zorunda denilmiştir. Üzüntünün insan hayatına fizyolojik etkileri de mevcuttur. Üzüntü durumunda beyin mutlulukla ilgili kimyasalları hızlı tüketir, bu hal belli bir süre devam ederse, beyinde serotonin adı verilen mutluluk hormonu azalır. Kederini üç günde telafi edemeyen insanın geldiği ikinci aşama, altı haftalık bir süreç olarak açıklanmıştır. Bir buçuk ay süresince günlük yaşantısını bozacak şekilde üzüntü duyan kişi bu görüşe göre uzman yardımı almalıdır.³⁷

³⁶ Nevzat Tarhan, *Duyguların Psikolojisi*, Timaş Yay., İstanbul 2012, s. 195, 196.

³⁷ Tarhan, *Duyguların Psikolojisi*, s. 197.

Hâlbuki üzüntü hastalık mıdır değil midir bunun sorgulanması gerekmektedir. Niçin insanlar üzüntüden kurtulmak için ilaçlara başvuruyorlar. İnsanın öncelikle bu sorunun cevabını araması gerekmektedir. Bu da insanın düşünmesi, etrafında olup bitenler konusunda yanlış gidenin ne olduğunu tespit etmesi ve kuvvetini topladığında doğru olanı yapmak için elinden neler geldiğini sorgulamasıyla mümkün olacaktır.³⁸

Bugün modern tıbbın insanın ruhsal ve psikolojik durumuna dair getirdiği öneriler de eleştirilerden kurtulamamaktadır. Bu eleştirilerden birine göre, modern tıp, hayatı yaşanması gereken bir şey olmaktan çıkarıp tedavi olması gereken bir şeye dönüştürüyor. Bu süreçte insan, duygusal ve ruhsal süreçlerine etki edebilen bir amil değildir artık; o, bu süreçlerin bir kurbanı, cüzi iradesi sıfırlanmış bir kazazede olarak nitelenir. Bugün psikiyatrik araştırmaların önemli bir bölümü ilaç şirketlerinin vesayeti altındadır. Bu, şirketler tarafından finanse edilmektedir. Bu araştırmaların hali hazırdaki ilaçlara yeni kullanım alanları açmak gibi saklı bir işlevi vardır. Eğer bir ruh halini teşhis edilmesi gereken bir şeye dönüştürürseniz, ona uygun bir ilacı da muhakkak bulursunuz. Oysa teşhis hastada olup biten bir durumdan çok, hekimlerin zihinlerinde olup biten bir durum olarak nitelenmektedir.³⁹

Üzüntünün tıbbın hükümranlık alanına sokulması, özellikle anti depresan ilaçlar geliştirildikten sonra yaygın olarak karşılaşılan bir durum olarak nitelenmektedir. Artık bu iddia açıkça dillendirilmekte ve psikiyatri biliminin çözüm odaklı bir yaklaşım yerine; adeta hayatın tüm zorluklarını, hüznü, kederi kovmak istercesine duygu dünyamızı tahrip etmekte olduğu ve onları hastalık hanesine yazdığı ifade edilmektedir. Üzüntüyü hastalık olarak tanımlayan bu görüş, klinik depresyon düzeyine erişemeyen mutsuzluk duygularını, küçük/minör depresyon olarak nitelenmektedir. Halbuki üzüntü, günümüz psikiyatristlerinin bazıları tarafından da insan hayatının olmazsa olmazı olarak görülmektedir. Kadim dini geleneklerde de üzüntüye olumlu bir anlam atfedilmesi, onun insanı zenginleştiren bir tecrübe olarak sayılması modern zamanlarla birlikte terk edilmiştir. Modern dönemde üzüntü, acı ve ağrı psikiyatristler tarafından hayatımızdan

³⁸ Wilhelm Schmid, *Mutsuz Olmak –Bir Yüreklendirme-*, çev.: Tanıl Bora, İletişim Yay., İstanbul 2014, s. 9, 11, 60, 61.

³⁹ Sayar, *Hüzün Hastalığı*, s. 46.

uzaklaştırılmak istenmiştir. Hâlbuki bunlar bizim felsefi ve dini geleneğimizde insanın kemal mertebeye ulaması için hayati öneme haizdir.⁴⁰

Biz, üzüntünün hastalık olarak nitelenmesi için kişideki yoğunluğu ve yaşamına olan etkisinin de göz önünde bulundurulmasının gerektiğini düşünüyoruz. Üzüntünün etkisinin herkeste aynı olacağını beklemek, kişinin bireysel farklılıklarını ve bu durumla baş etme noktasındaki çözüm şeklini yok saymak anlamına gelecektir. Bu nedenle kişilerin psikolojik ve ruhsal durumunun, bireysel farklılıklarının, algı ve anlam dünyalarının göz önünde bulundurulması genellemelerden kaçınılması taraftarıyız. Çünkü üzüntü sağlıklı bir akli muhakeme gücüne tabi olduğunda kişinin sorunlarını halletmesi, olgunlaşması ve kemal mertebeye ulaşmasında önemli bir yardımcı unsur olarak da zikredilebilir.

Zira dini, tasavvufi ve felsefi geleneğimizde, zorluklara ve ıstıraba tahammül kişinin olgunlaşması ve kâmil insan olması noktasında önemli bir yer tutar, ayrıca katlanmanın çile çekmenin insanı olgunlaştırdığı düşünülmüştür. Modern dönemde tahammül duygusu ortadan kalktığı için insanların pek çok basit sorunun üstesinden gelemediğini de gözlemliyoruz. Günümüzde ıstırap, ya başa çıkmamız gereken bir stres durumu ya da iyileştirilmesi gereken bir hastalık olarak algılıyoruz. Modern toplumda neyin ne olduğuna uzmanlar karar veriyor ve onlar da ıstırapın def edilmesi gereken bir şey teknik müdahale için bir fırsat olduğunu söylüyorlar. Hâlbuki insanların hayatı ve anlamını keşfetmeleri için bu tarz duygulanımlara da ihtiyaçları vardır. Ancak belirttiğimiz üzere bunun sağlıklı bir temele ve anlam dairesine sahip olması gerekmektedir.⁴¹

2. MUTLULUK

Üzüntüyü yenmek ya da üzüntüyü gidermek istiyorsak, bu, mutluluğu elde etmek istediğimiz anlamına gelmektedir. Bu nedenle üzüntü kavramının anlaşılabilmesinde anahtar kavramlardan birisi de mutluluk kavramıdır. İnsanlar gerek bu dünyada gerekse ebedi âlemde mutluluğu hedeflemektedir. Günümüz insanları mutluluğu maddi ölçütlerle değerlendirmektedir. Ancak mutluluk denildiğinde insanın

⁴⁰ Sayar, *Hüzün Hastalığı*, s. 68.

⁴¹ Sayar, *Hüzün Hastalığı*, s. 82, 83.

bireysel varlığını anlamlandırması ve bunun sonucunda da bir takım isteklerinin gerçekleşmesine dahi mutlu bir yapı ortaya konulması anlaşılmaktadır.

Mutluluk kişiden kişiye göre değişen bir kavram olarak görülmektedir. Bazı insanlar para, bazı insanlar sağlık, bazı insanlar ise huzurlu olmak şeklinde tanımlayabilir. Hangisi mutluluk acaba? Gerçek mutluluk nedir? Bu tanımlananlar mutluluk olduğu zannedilen mutluluk mudur yoksa gerçek mutluluk mudur? Paramın, arabamın olması mı beni mutlu kılar; yoksa sıhhatimin, huzurumun olması mı beni mutlu kılar? Maddi şeyler gerçek bir mutluluk kaynağı mıdır? Bunlar insanın kendisini mutlu sandığı yanılgılar mıdır? Bunların tümünün cevabı insanlık tarihi boyunca aranmıştır.

Felsefi düşünce tarihine baktığımızda, mutlulukla ilgili en önemli soruları Aristoteles'in ahlakla ilgili eserlerinde görmekteyiz. Aristoteles, mutluluk sanki bir tür bilgiymiş gibi öğretimle mi elde edilir, yoksa mutluluk belli bir alıştırmayla mı kazanılır; yoksa bir tanrı vergisi olarak mı ya da bir rastlantı sonucu mu gelir?" sorusuyla araştırmalarını derinleştirir. Aristoteles'in bakış açısına göre, mutluluk insanlara verilmiş en büyük armağandır.⁴² Bu noktada mutluluktan ruhun belli bir nitelikte olması mı anlaşılır, yoksa bu kişinin eylemlerinin de belli bir nitelikte olmasını gerektirir mi? sorusu bu noktada önemlidir. Bu nedenle de mutluluk denildiğinde sadece ruhun belli bir olgunluğu anlaşılmaz, aynı zamanda kişinin eylemlerinde de belli bir olgunluğun olması Aristoteles'e göre, önem arz etmektedir. Bu da kişinin mutluluğu elde etmesi için yapıp etmelerinin erdemlere uygun etkinlikler olmasını gerektirir. Eğer kişi erdeme uygun etkinlikler, gerçekleştirmezse, kişide mutluluğun tersi olan üzüntü hissi ortaya çıkacaktır.⁴³

Aristoteles tarafından ortaya konulan mutluluk anlayışına göre, insanlar bu âlemde üç tür hayat sürdürmektedirler. Bunlar, akli başındalığa, etik erdeme/faziletlere ve hazza dayalı yaşam biçimleri olarak ifade edilir. Bunların içinde akli başındalıkta, hakikate yönelik araştırma merkeze alınır. Siyasetçi güzel eylemleri, haz düşkünü ise bedensel hazları hedefler. Bunlar dış dünyada karşılığını sırasıyla siyasetçi, filozof ve

⁴² Aristoteles, *Eudemos'a Etik*, çev.: Saffet Babür, Dost Kitabevi, Ankara, 1999, s.11, pn.: 1214a; a.g. mlf., *Nikomakhos'a Etik*, çev.: Saffet Babür, Bilge Su Yay., Ankara, 2007, s. 22, pn.: 1099b.

⁴³ Aristoteles, *Eudemos'a Etik*, s. 17, pn.: 1215a; a.g. mlf., *Nikomakhos'a Etik*, s. 24, pn.: 1100b.

haz ehli olarak ifade edilir.⁴⁴ Aristoteles'e göre, mutluluk değerli ve kendisi amaç olan şeylerdendir. Bu mutluluğun ilk şey olmasından da görünmektedir. Çünkü hepimiz bütün öteki şeyleri onun uğruna yapıyoruz; iyi şeylerin başını ve nedenini de değerli ve tanrısal bir şey olarak kabul ediyoruz. Erdeme uygun eylemlerin kendileri hoş olarak görülmektedir. Bu eylemler ayrıca iyi de güzel de olur, hem de en üst derecede olur. Elbette eğer erdemli kişi iyi bir yargıda bulunuyorsa, o halde mutluluk en iyi en güzel ve en hoş şeydir, bunlar da biri birinden ayrılmaz.⁴⁵

Meşşai filozoflar ise, insanın bu dünyadaki tüm eylemlerinin ana amacının *Tahsilu's-Saade* olduğunu ifade ederler. İslam filozoflarına göre mutluluğun elde edilmesinde temel unsurlardan birisi felsefedir; yani hikmet sevgisidir. Eğer kişi hikmeti yaşamının temel unsuru haline getirebilirse, hem bu dünyada hem de ahirette mutluluğu elde edecektir. Ancak bunun için öncelikle hikmet ilminin nasıl elde edileceğinin bilinmesi de önemlidir.⁴⁶

Burada İslam filozoflarına göre üzüntüden kurtulma ve mutluluk ile ilgili en önemli unsurun bilgi sahibi olma ve felsefe öğrenimi olduğunu söyleyebiliriz. Bu nedenle Kindî'nin mutluluğu elde etme yolunda ortaya koyduğu yaklaşımları anlayabilmemiz onun felsefe kavramına verdiği anlamı da göz önünde bulundurmamızı gerektirir. Kindî'nin *Tarifler Üzerine* adlı eserinde yaptığı felsefe tanımları incelendiğinde, filozofun felsefe ve mutluluk arasındaki ilişkiyi nasıl kurguladığı daha iyi anlaşılacaktır. Kindî'nin felsefe ile ilgili kullandığı ilk tanım, “felsefe hikmet sevgisidir” şeklindedir. Bu, kişinin bilgelik sevgisinin en üstün değer olarak kabul edildiğinin bir göstergesidir. Yani kişi varlığını bilgi edinmeye ve bilgelige adanmış zaman felsefeyle uğraşmış olur; bu da onun nefsinin aydınlanmasına vesile olacaktır. Bu tanımın bir devamı niteliğinde “Felsefe, insanın gücü yettiği ölçüde Allah'ın fiillerine benzemesi” olarak tarif edilmiştir. Devamı niteliğinde diyoruz; çünkü kişi hikmet ilimlerini öğrendikçe Allah'ın kendisinden istediği, murat ettiği bir anlayışa, erdemlere dayalı bir hayata yönelecektir. Burada kastedilen esasında kişinin

⁴⁴ Aristoteles, *Eudemos'a Etik*, s. 17, 25, pn.: 1215ab, 1216a; a.g. mlf., *Nikomakhos'a Etik*, s. 12, 13, pn.: 1095a, 1096a.

⁴⁵ Aristoteles, *Nikomakhos'a Etik*, s. 21, 27, pn.: 1099a, 1102a.

⁴⁶ Farabi, “Felsefe Öğrenmeden Önce Bilinmesi Gerekenler”, *İslam Filozoflarından Felsefe Metinleri içinde*, çev.: Mahmut Kaya, Klasik Yay., İstanbul 2003, s. 114, 115; Uyanık, Akyol, *İslam Ahlak Felsefesi*, s. 52, 53.

eylemlerinin erdemlere dayalı olarak gerçekleştirilmesidir. Bu eylemlerin bir beklenti ya da geçici bir amaç için ortaya konulması yerine, bizatihi iyi olduğu için ortaya konulmasını gerektirmektedir.⁴⁷

Kindî'nin mutluluğun elde edilmesiyle ilgili yakından ilişkili bir diğer felsefe tanımını da “Felsefe, ölümü tercih etmektir” ifadesine dayanır. Buna göre, insan hayatında iki tür ölüm mevzu bahis edilmiştir. Bunlardan bir tanesi, ruhun bedeni kullanmayı terk etmesi; bu ölümdür. İkincisi ise, arzuları öldürmektir. Burada insanın erdemli bir hayat sürdürebilmesi onun arzularını öldürmesine bağlanmıştır. Bedensel hazlara olan düşkünlük insanların hem bu dünyada hem de ebedi âlemde mutlu olmasına engel olacaktır. Burada dikkat edilmesi gereken insanda nefsin iki gücünün olduğunun farkına varılmasıdır. Duyu ve Akıl gücü olarak açıklanan bu iki güçten duyu gücünün akla tabi kılınması kişinin mutluluğu elde etmesinde temel unsurdur. Duyu gücü şehvet ve öfke güçlerinden oluşmaktadır. Akıl ise nefsin bir diğer gücü olarak zikredilir. Bu üç güç, adalet erdemiyle orta yolu bulduğunda, bunların erdemlere dönüşmüş hali olan hikmet, cesaret ve iffet erdemleri ortaya çıkar.⁴⁸

Kindî'nin kullandığı bir diğer tanımında da “Felsefe, insanın kendini bilmesidir” ifadelerine yer verilir. Sokrates'ten mülhem bu tanım, Kindî'ye göre, çok derin anlamlar barındıran bir ifadedir. Burada kişinin kendi varlığını tanıması ve anlamlandırması istenmektedir. Kendini bilmenin filozofun üzüntü ve mutluluk anlayışının temel unsurlarından birisi olduğu görülmektedir.⁴⁹

Tüm bunların yanı sıra Kindî'nin üzüntü kavramı ile ilgili yaptığı tanımdan hareketle mutluluk kavramını izah etmemiz de mümkündür. Kindî, üzüntüyü tarif ederken, “sevilen şeylerin elden gitmesinden ya da amaçlanan şeylerin gerçekleşmemesinden doğan nefse ait bir durum” ifadelerine yer vermiştir. Buradan hareketle mutluluğun tanımını yapacak olursak, mutluluk da sevilen şeylerin elde edilmesi ya da amaçlanan şeylerin gerçekleşmesinden doğan nefse ait bir durum” şeklinde tanımlanabilir. Kindî'nin felsefî düşüncesini bütüncül bir şekilde değerlendirdiğimiz takdirde bu tanım anlaşılacaktır. Çünkü üzüntü ile ilgili yapılan

⁴⁷ Kindî, “Tarifler Üzerine”, s. 184.

⁴⁸ Kindî, “Tarifler Üzerine”, s. 184, 187, 188.

⁴⁹ Platon, *Sokrates'in Savunması*, çev.: Furkan Akderin, Say Yay., İstanbul, 2011, s. 58, 59, pn.: 23a, 24a; Kindî, “Tarifler Üzerine”, s. 185.

tanımda dikkat çeken husus, insanın neyi sevip neyi sevmediğini belirlemesi; ikinci olarak neyi amaçladığıdır. Eğer kişi bu konudaki anlam arayışını tamamlayamaz ise, sevdiği ve amaçladığı şeyler onu gerçek mutluluğa götürmeyecek, dolayısıyla da üzüntülerden kurtulamayacaktır.⁵⁰

Peki, nedir gerçek üzüntü ve gerçek mutluluk, işte bu felsefe tarihi boyunca tartışılan bir husus olarak karşımıza çıkmaktadır. Kindî'nin bakış açısına göre, mutluluk kevn/oluş ve fesad/bozuluş âleminin dışında bir şey olmalıdır. Yani ebedi olarak değişmeyen şeyler bizlere mutluluğu getirecektir. Bundan dolayı geçici âlemde elde edilen tüm şeyler hepsi oluş ve bozuluş kaidelerine tabidir. Üzüntü de aynı şekilde geçici dünyada oluş ve bozuluş âleminin gereklerinden kabul edilir. Mutlak üzüntü ise, yaradılış gayesini anlamayan insanın sonunda ebedi zillete düşmesi olarak tasvir edilebilir.

Mutluluk ve üzüntü kavramı üzerinden yapılan müzakereler Kindî ile sınırlı değildir. Kindî sonrası mutluluk konusunda ortaya konulan yaklaşım biçimlerine baktığımızda bu konuda en sistematik yapıyı Farabi'nin eserlerinde görüyoruz. Farabi, tarafından dile getirilen *Tahsilu's-Saade* kavramı bizlere mutluluğun nasıl elde edileceğini göstermeye yöneliktir. Farabi'nin mutluluk anlayışı temelde, hikmet ilimlerinin elde edilmesiyle ilişkilendirilmiştir. Bilindiği üzere hikmet, insanın her en son varlığın en son sebebini bilmesini sağlar. Bu anlamıyla kendisinin var oluşunun en son gayesini gösterir. Bu nedenle de filozofa göre, hikmet, insana gerçek mutluluğu veren şeydir. Hikmet, geri kalan diğer varlıkların, erdem ve yetkinliklerini kendisinden aldıkları ilk "Bir"i tek başına bildiğine, bu varlıkların her birinin, yetkinlikten ne kadar pay aldıklarını ve insanın da İlk "Bir"den yetkinlik alan varlıklardan biri olduğunu gösterir. Bu nedenle de hikmet insanlara İlk'ten aldıkları en büyük yetkinliği, mutluluğu da kavramasını sağlayacaktır.⁵¹

İslam felsefesinde mutluluk denildiği zaman filozofların nefis anlayışından, toplum anlayışına, oradan da metafizik düşünce sistemine kadar uzanan bir çerçevede ele alınır. Farabi'nin düşünce sisteminde iki tür mutluluktan bahsedilir. Bunlardan bir tanesi insanın bedenine yönelik eylemleri neticesinde elde ettiği asli olmayan ama bazılarının

⁵⁰ Kindî, "Üzüntüyü Yenmenin Çareleri", s. 295.

⁵¹ Fârâbî, *Fususul-Medenî*, çev.: Hanifi Özcan, Dokuz Eylül Üniversitesi Yay., İzmir 1987, s. 48.

asli ve devamlı mutluluk gibi düşündüğü mutluluk anlayışıdır. Diğeri ise, insanın özünün devamlılığını sağlayarak, nefsinin yetkinleştirilerek elde edeceği ebedi mutluluktur. Bu Farabi tarafından *Nihai Mutluluk/es-Saadetu'l-Kusva* olarak da tasvir edilir. Bu mutluluk, filozofa göre, *her ne zaman olursa olsun, başka bir şey için değil de sadece kendisi için istenilen, tercih edilen mutluluktur*. Onun dışındaki her şey, ancak mutluluğa ulaşmadaki yardımı için istenir.⁵²

İbn Sina da Farabi'ye benzer bir şekilde her canlı varlığın elde etmeye çalıştığı şeyin mutluluk olduğunu ifade eder. Ancak kimileri mutluluğun duyu hazlarını ve dünyevi yöneticilikleri elde etmekle kazanılacağı zannetmektedir. Hâlbuki geçici hazlardan hiçbiri İbn Sina'ya göre, mutluluk olarak kabul edilmez. Geçici hazlar kendisinde pek çok kusuru barındırır. Bu hazları elde etmek için çabalayan kimse, o hazzı bir çirkinliğin bulaşacağını görecektir. İbn Sina geçici şeylerden elde edilen mutlulukların yalnızca geçici mutluluk sağlayacağını belirtir. Bu nedenle gerçek mutluluğun yalnızca kendisi için talep edilmiş olması gerektiğini vurgular. Eğer başka bir şey nedeniyle istenilen bir mutluluk ise, bu ikincil mertebede bir mutluluk olur. İnsanı asıl mutluluktan engelleyen şey ise, temelde insanın cehaletidir. Zira nefsinin yetkinliklerini bilmeyen ve bunlara ulaşamayan nefisler, beden ve bedene ait şeylerin kaybolmasıyla büyük sıkıntı yaşarlar. Bir taraftan tekrar bedene ait hazları elde etmesinin imkânı ortadan kalkmış, diğer taraftan da gerçek mutluluğu elde etme imkânı ortadan kalkmış olacaktır.⁵³

İbn Sînâ'ya göre, nefsin yetkinliğini elde etme noktasında, bedenine ait bilgilerinden kurtulmasının yolu ise, kişinin aklî yetilerini eksiksiz kullanmasıyla alakalıdır. Zira filozofumuz, kişinin düşünme gücünü kullandıkça basiretinin artacağını ve bunun da kişinin nefsinin mutluluğa olan istidadını arttıracak olduğunu belirtir. Yani kişinin maddi âleme olan ilgisinin azalması, akıl âlemine olan ilgisinin artmasıyla alakalıdır. Bu ilişki arttığında ise, maddi âleme olan ilgi ve alakası azalacaktır. İşte aklî olana yönelim

⁵² Fârâbî, *Fususü'l-Medenî*, s. 39; a.g. mlf., *Tenbih alâ Sebîli's-Sa'âde*, çev.: Hanefi Özcan, İFAV. Yay., İstanbul 2005, s. 159, 160; Uyanık, Akyol, *İslam Ahlak Felsefesi*, s. 366.

⁵³ İbn Sina, *Mutluluk ve İnsan Nefsinin Bir Cevher Olduğuna İlişkin On Delil*, met ve çev.: Fatih Toktaş, TDV Yay., Ankara 2011, s. 26, 27, 28, 29; a.g. mlf., *Metafizik II/Kitâbu's-Şifâ*, met. ve çev.: Ekrem Demirli, Ömer Türker, Litera Yay., İstanbul 2005, s. 177.

kalbin perdelenmesi denilir. **d.** kötü işlere devam etmek ve pişmanlık duymamaktan doğan kötü karakterin yerleşmesi, dinde buna kalbin mühürlenmesi denilir.⁵⁸

Günümüzde mutluluğun nasıl değerlendirildiğine bakacak olursak, psikologların mutluluğun yakalanmasında iki temel adımdan bahsettiğini görürüz. Birinci adım İslam filozoflarının da söylediği kişinin kendini tanıması, duygularını fark edip yönlendirmesi ve bunlar yardımıyla harekete geçmesidir. İkincisi ise, diğer insanlarla iletişim kurması ve böylelikle karşı tarafın duygularını fark etmesidir. Mutsuzluğun en büyük sebebi olarak ise, onun yanlış yerde ve yanlış şeylerde aranması olduğu tespitini yapmışlardır. Buna örnek olarak insanın penceresinin önündeki gülleri görmek yerine, hayal ettiği bir gül bahçesine kavuşmak istemesidir. Bu da psikologlara göre kişinin mutluluğu elde etmesine engel olmaktadır.⁵⁹ Ancak günümüz insanı için mutluluk bizatihi kendisi patolojik bir problem haline gelmiştir.

Bunun sebebi ise, günümüzde sürekli olarak insanlara mutlu olmaları gerektiği vurgulanmakta, mutlu olunmaz ise hayatın yaşamaya değmez bir hal alacağı zihinlerine yerleştirilmektedir. Hâlbuki mutluluk önemlidir; ama anlam daha önemlidir. Hayatta tek meselenin mutluluk olduğu dayatması ve modern hayattaki anlam kaybının mutlulukla giderilmeye çalışılması sonu hüsrarla bitecek, beyhude bir çabadır. Böyle yaparak esasında insanın üzerine taşıyamayacağı bir yük yüklemiş olur. Mutluluk, hayatın güzel bir ilavesidir. Mutluluktan nasibine bir şeyler düşen herkes minnettar olabilir; ama insanlar ancak ondan kısmen pay alabilirler. Mutluluğun sınırları vardır ve hayattan haddinden fazlasını istemek anlamsızdır.⁶⁰

Görüldüğü üzere mutlulukta esas olan kişinin hayatı anlamlandırmasıdır. Özellikle İslam felsefe geleneğinde mutluluk ile ilgili yapılan değerlendirmelerde bilgi ve erdeme dayalı bir mutluluk tasavvurunun merkeze alındığını görüyoruz. Bu, kişinin bilgi sahibi oldukça kendini ve varlık düzenini tanımasını, bu gerçekleştikten sonra da karşısına çıkan durumları olgunlukla karşılayan bir yapıya gelmesini sağlamaktadır.

⁵⁸ İbn Miskeveyh, *Tehzibu'l-Ahlak*, s. 113.

⁵⁹ Tarhan, *Duyguların Psikolojisi*, s. 105.

⁶⁰ Schmid, *Mutsuz Olmak*, s. 9, 11.

3. HAZ

Üzüntü ve mutluluk ile ilgili bir değerlendirme yapılırken bilinmesi gereken en önemli kavramlardan birisi de *haz* kavramıdır. Bu, İslam ahlak felsefesinde filozofların önemle durdukları hususlardan birisini oluşturur. İnsanoğlunun mutluluk ve üzüntü ile ilgili tutumlarında belirleyici bir role sahip olan bu kavram, üzüntü kavramı incelenirken hususiyetle incelenmesi gereken bir kavram olarak dikkat çeker.

Mutluluk kavramında zikredildiği üzere, hazza dayalı yaşam biçimi insanların bu dünyada tercih ettikleri hayat anlayışlarından birisini oluşturur. Aristoteles'e göre, bütün faziletler ve reziletler, haz ve acıların aşırılıkları, eksiklikleriyle ilgilidir. Bu anlamda hem hazlar hem de acılar huylara ve etkilenmeye bağlı olarak oluşurlar. Bunların oluşumunda temel alınması gereken unsur ise, davranışta itidali yakalayabilmektir. Haz, eğer orta dereceyle sınırlandırılırsa o zaman insandan bir takım faziletlerde sadır olacaktır.⁶¹

Burada erdeme dayalı bir hayat algısının karşısında konumlanan hazza ve menfaate dayalı ahlak anlayışı insanı geçici mutluluğa ulaştırmakla birlikte daimi olan mutluluktan uzaklaştırmaktadır. Peki, insan, isteklerini nasıl yönlendirecektir. İnsanın bu dünyadaki eylemlerini anlamlandırması noktasında en önemli erdemlerden birisini orta olma erdemi oluşturur. Bu, kişinin mutluluğu elde etmesinde en önemli unsur olarak görülmektedir. İnsanoğlu, eylemlerini gerçekleştirirken, ruh ve beden uyumunu sağlayabilirse, belli bir olgunluğa ulaştırmaktadır. Bu da yapıp etmelerinde orta olanı bulmasına bağlanmıştır. Bu hem felsefi⁶² hem de dini⁶³ bakımdan emredilen bir husus olduğundan İslam ahlakının temel unsurlarından birisi olarak ifade edilmiştir. Bu,

⁶¹ Aristoteles, *Eudemos'a Etik*, s. 67-1222b.

⁶² Eylemlerimizde orta olma'yı sağlama noktasında bkz.: Platon, *Devlet*, çev.: Selahattin Eyüboğlu, M. Ali Cimcoz, Remzi Kitabevi, İstanbul 1971, s. 125, pn.: 428ab; Aristoteles, *Eudemos'a Etik*, s. 67, pn.: 1222b; 2/Bakara Suresi, 143; Uyanık, Akyol, *İslam Ahlak Felsefesi*, s. 73,74; Aygün Akyol, "Şehrezûrî ve Adalet Anlayışı", *Hitit Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi*, sayı: 13, 2008/1, s. 98.

⁶³ "Sonra Kitabı kullarımızdan seçtiklerimize miras kıldık. Artık onlardan kimi kendi nefesine zulmeder, kimi orta bir yoldadır, kimi de Allah'ın izniyle hayırlarda yarışır öne geçer. İşte bu büyük fazlın ta kendisidir" 2/Bakara Suresi 143; bir diğer ayeti kerimede ise orta yolda olma kavramı hayırda yarışanların gerisinde zikredilmektedir. Ancak burada hayırda yarışmak insanlara önerilen bir tutum olarak karşımıza çıkmaktadır. Nefislerine zulmedenler ibaresi Kur'an'da Allah'ın gösterdiği tutum ve davranışları benimsemeyenler olarak zikredilebilir. 35/Fâtır Suresi, 32; Uyanık, Akyol, *İslam Ahlak Felsefesi*, s. 77; Akyol, "Şehrezûrî ve Adalet Anlayışı", s. 99.

insanın nefisini olgunlaştırmasında ve bedeninin isteklerine karşı nasıl bir tutum sergileyeceği noktasında önerilen bir erdem olarak karşımıza çıkmaktadır.

Yukarıda da ifade ettiğimiz üzere, insanın bu dünyada mutluluğu elde etmek için başlıca yönelimlerini erdeme dayalı, menfaate dayalı ve hazza dayalı yaklaşımlar oluşturur. Bunlar arasında insanların birbirleriyle olan ilişkilerinde en çok tercih ettikleri ise, menfaate dayalı olandır.⁶⁴ Erdemlere dayalı olan bir hayat algısı ise, kişinin mutluluğunu ve etrafında şekillenen ortamın kalıcı olmasını sağlamaktadır. Bunda esas olan kişinin menfaatine uygun olması bakımından değil, bizatihi kendisi iyi olduğundan dolayıdır. Genel olarak insanlar ilişkilerini belirlerken mutlak anlamda iyi ve hoş olan şeylerin iyi ve hoş oldukları için karşılıklı olarak tercih etmelidirler. Bu şekilde oluşturulan dostluk ve arkadaşlıklar böyle bir tercihin ona dayandığı huy, tutumdur; çünkü onun işi etkinliktir, bu etkinlik dışarıda değil, dost olan kişinin bizzat içindedir. Oysa her olanağın işi eseri dışarıdadır, çünkü o ya başka birindedir ya da başka bir şeydir.⁶⁵

İnsanların hayatla olan ilişkilerini belirlerken dikkate alması gereken en önemli unsur yukarıda ifade ettiğimiz üç durumdan hangisine göre ilişki kurduklarını belirlemeleridir. İnsani ilişkilerde de buna dikkat etmek büyük önem arz etmektedir. Aristoteles'e göre, insanlar birbirleriyle olan ilişkilerini oluştururken erdeme dayalı bir yaklaşımı benimsemelidir. Bu, kişinin sağlıklı ilişkiler kurmasına vesile olacaktır. Bu nedenle filozof, çok kişiyle asıl, önde gelen dostluk kurulamayacağını iddia eder; çünkü çok kişiyi denemek zor, nitekim her biriyle birlikte olmak gerekecektir. Dost seçerken elbise seçermiş gibi davranmamalıdır. Asıl dostluk erdeme bağlı dostluktur ve erdem hazzından ötürü kurulur. Bunlar arasında en alt düzeyde olan ise, hazza dayalı dostluktur ki bu, çocuklar, hayvanlar, kötü kişiler arasında da kurulmaktadır.⁶⁶

İnsanların haz arayışı dostluklarını da etkilemektedir. Aristoteles'e göre, eşitlik içindeyken insanlar dost oluyor. İnsanlar niçin eşitliğe göre dostluk kurmaktan çok üstünlüğe göre dostluk kuruyorlar, bu sorunun cevabı onların böylece hem sevildiklerini hem de üstünlüklerini hissetmeleridir. Bunun için dalkavuklar bazı kişiler için bir dosttan daha değerli, çünkü dalkavukluk edilen kişide her iki açıdan da bu gerçekleştiği

⁶⁴ Aristoteles, *Eudemos'a Etik*, s. 155, 175, pn.: 1236a, 1239a

⁶⁵ Aristoteles, *Eudemos'a Etik*, s. 161, 163, pn.: 1237a.

⁶⁶ Aristoteles, *Eudemos'a Etik*, s. 167, 169, pn.: 1237b, 1238a.

görülüyor. En çok mevki düşkünleri böyle, çünkü hayranlık üstünlüğe bağlı görülüyor. Bunların tümünde insanı yönlendiren unsurlardan birisi de hazdır. Bu nedenle Aristoteles insanların dostluklarında haz ve menfaat yerine erdemleri tercih etmesinin uygun olduğunu ifade eder.⁶⁷

Haz bahsi Kindî açısından da önem arz etmektedir. Kindî'nin haz ile ilgili görüşlerini nefis bahsi altında görüyoruz. Ancak bedensel istekleri merkeze alarak, manevi olandan uzaklaşmak eleştirilmiştir. Bu nedenle de Eflatun'dan hareketle “leşe dönüşecek olan yeme, içme ve cinsel isteklerden zevk almak tek amaç olarak görülürse, kişinin ilahi olana benzemesine de imkân yoktur” ifadelerine yer verir. Görüldüğü üzere insan bu dünyada yanlış bir algılama üzerinden hazzı mutluluk olarak görürse, mutlu olma imkânı olmayacaktır. Geçici olan şeyleri elde edecek, ancak bunlar kendisine daha sonra daha büyük üzüntü olarak geri dönecektir.⁶⁸

Dünyevi hazlara dalan insanlar, Kindî tarafından aldanmış, bahtsız, cahil, duyu lezzetleriyle yetinen ve onlara kavuşmayı büyük bir amaç olarak bilen kimseler olarak tasvir edilir. İnsanlar dünyevi hazlara daldığında gidecekleri asli âlemi unutacaklar ve bu âleme dalacaklardır. Kindî'ye göre, insan Yaratıcısını duyu ile değil akıl gözüyle görür. Bu noktada dikkat edilmesi gereken ise, maddi hazların geçici olduğunun anlaşılmasıdır. Burada yapılması gereken ise, aldaticı, bayağı ve basit shevi arzularını tatminde ileri gitmemek, nefsi arındırmaktır.⁶⁹

İslam felsefesinde haz üzerinde en çok duran filozoflardan birisi de Ebu Bekir Zekeriya er-Razi'dir. Razi'ye göre, haz “eziyet verenin kendi tabii durumundan çıkardığı bir şeyi tekrar önceki haline iade etmeden başka bir şey değildir. Bununla ilgili verdiği örnekte gölgeli rahat bir yerden çöl güneşine çıkan, sonra sıcaktan etkileninceye kadar güneşin altında kalan ve güneşten etkilenince de tekrar ilk yerine geri dönen adamın durumunu ifade eder. Bu kişi, bedeni ilk haline yani tabii haline dönünceye kadar bu mekânda haz hissetmeye devam eder. Sonra bedenin tabii haline dönmesiyle birlikte de bu haz duygusunu kaybeder. Bundan dolayı tabiat filozofları hazzı tabii hale dönme olarak tanımlamışlardır. Razi, hazzı bilmeyenin hazzın öncesinde bir elem

⁶⁷ Aristoteles, *Eudemos'a Etik*, s. 177, pn.: 1239a.

⁶⁸ Kindî, “Nefis Üzerine/Risâle fi'n-Nefs”, *Felsefi Risaleler içinde*, met. ve çev.: Mahmut Kaya, Klasik Yay., İstanbul 2014, s. 243.

⁶⁹ Kindî, “Nefis Üzerine”, ss. 247-250.

olmaksızın meydana geldiğini ve elemden tamamen arınmış, saf ve tek bir olay olduğunu zannedeceğini belirtir. Gerçekte haz böyle değildir, aksine haz, kendinden önce olan tabii halden çıkmaktan dolayı meydana gelen elem miktarıdır. Bu insanın yemeden içmeden açlığı ve susuzluğu oranında haz alması gibidir.⁷⁰

Üzüntü ve mutlulukla ilgili yapılan tartışmaların önemli kavramlardan birisinin haz olduğunu zikretmiştik. Bu, insanın bu dünyadaki eylemlerinin temel hareket ettirici kuvvetlerinden birisi olması sebebiyledir. Ancak İslam filozoflarına göre, haz bir amaç olmayıp, insanın varlığını devam ettirmesi için bir araç olarak kullanılması gereken bir kavramdır. Bunun doğru kullanılması ise, iki aşırı uçtan ortayı bulmayla alakalı kabul edilmiştir. Çünkü maddi tabiatının gereksinimlerini bütünüyle terk eden bir insanın varlığını anlamlı bir şekilde devam ettirmesi mümkün görünmemektedir. Aynı şekilde hazları merkeze alarak hayatı kurgulayan bir insanın da hayatını doğru ve tutarlı bir şekilde devam ettirmesi yine mümkün değildir. Bu nedenle insanın üzüntüsünün yok olması, mutluluğu elde etmesi de bu kavramın doğru tanımlanıp, hayatın içindeki rolünün anlaşılmasına bağlıdır. Eğer kişi bu değeri algılamadığı takdirde yanlış sonuçlara ulaşacak bu da kişinin mutluluğu elde etmesi noktasında engel teşkil edecektir.

4. SABIR

Üzüntü ve mutluluk konuları değerlendirilirken temelde odaklanılan hususlar haz ve fayda üzerinde yoğunlaşmaktadır. Bu, mutluluğun hazların ya da faydaların elde edilmesi şeklinde tanımlanması sebebiyledir. Oysa insan fitratı, elinde her tür imkân varken dahi mutlu olmayı beceremeyen bir tabiata da sahiptir. Bu noktada insan nefsinin eğitmez ve onun isteklerini serbest bırakırsa kişinin doyumsuzluğu artacak ve hiçbir zaman için mutluluğu elde edemeyecektir. Ancak günümüz insanları tarafından temellendirilen yanlış mutluluk telakkileri neticesinde yeni nesillerin hayattan aldığı zevk ve değer, haz ve menfaatle özdeşleştirilmiştir.

Bu noktada ifade edilmesi gereken önemli bir husus da günümüz insanının hızlı bir yaşam sürdüğü için sabretme ve tahammül melekelerini kaybetmesidir. Bu, kişinin hem iç dünyasını hem de ilişki kurduğu kişilerle olan tutumlarını olumsuz yönde

⁷⁰ Razi, *Ruh Sağlığı*, s. 76.

etkilemektedir. Sabır konusu özellikle üzüntü ve mutluluk bahsi açıldığında kendisine hassaten önem verilmesi gereken bir kavramdır. Toplumsal hayatımıza baktığımızda aile içi şiddetin, boşanmaların, başkasının canına ve malına kast etme girişimlerinin bu noktada bizi uyanık tutması gerektiği aşikâr. Dikkat edilmesi gereken en önemli husus, insanların zorluklara tahammül etme ya da elde edemediği şeylere karşı hırsa kapılmamasıdır. Bunun için sabır kavramının güncellenerek bireysel ve toplumsal hayatımızdaki rolünün ve konumunun sağlanlaştırılması gerekmektedir.

Günümüz insanını sabırsızlığa sevk eden temel unsur, maddi hazlara daha meyyal bir tutumda olmasıdır. Ancak bu konuda dikkat etmemiz gereken husus, duyuşal hazların kişiye her zaman mutluluk getireceği yanılgısıdır. İnsanlık onuruna ve haysiyetine yakışır bir şekilde yaşamının en büyük değer olarak ifade edilmesi, insani değerlerin başlangıcının bu olduğunu ifade edilmesi gerekmektedir.⁷¹

Bunu sağlayan ahlaki değerlerden birisi de sabır'dır. Sabır kavramı ve mutluluk arasındaki ilişki kişinin bu hayatta karşılaştığı zorluklara karşı metanet gösterebilmesine dayalıdır. İslam filozofları bu âlemi oluş ve bozuluş âlemi olarak nitelendirdikleri için bu alemde insanın mutlak anlamda mutluluğu elde etmesi mümkün değildir. Ancak görev ve sorumluluklarını yerine getirdiği takdirde mutluluğu elde etmesi mümkün olacaktır.

Sabır kavramıyla yapılan değerlendirmelerde, sabrın bir taraftan zaman mefhumuyla ilgili olduğu diğer taraftan ise, duygu ve değerler alanıyla irtibatlı olduğu ifade edilmiştir. Canlılar arasında insan dışındaki hiçbir varlıkta zaman ile ilgili zihinsel bilgi yoktur. Bu da diğer yaratılmışların beyinlerinin genetik yapısı nedeniyle olup, geçmiş ve gelecekte haberdar olmadıklarını gösterir. Zaman kavramının bize hatırlattığı en önemli duygu sabırdır. Sabır, bir yönüyle vakti yönetmektir. Sabır insanın bazı engeller karşısında toleranslı olmasını sağlarken, beklemeyi de şart koşar. Zira sabır, bir taraftan beklemek, diğer taraftan zevkleri ertelemek, nihayetinde acılara katlanmak demektir.⁷²

Kişinin hayatını yönetebilmesi ve yönlendirebilmesi için, varlığın anlamını kavraması gerekmektedir. Oluş ve bozuluş âleminde insanın bir takım musibetlere, hastalıklara maruz kalması söz konusudur. Ancak bunların mutlak anlamda kötü

⁷¹ Abdurrahman Şeref, *Ahlak İlmi*, met. ve sad.: M. Uyanık, A. Akyol, Elis Yay., Ankara 2012, s. 39.

⁷² Tarhan, *Duyguların Psikolojisi*, s. 128, 129.

olmadığını kavradığı zaman kişinin bunlara karşı sabırlı olması ve bu zorlukları atlatması da söz konusu olacaktır. Kişi zorluklarla karşılaştığı zaman bu zorlukların nasıl üstesinden geleceğini de düşünecek ve bununla ilgili çözüm yolu bulacaktır. İşte bu noktada en önemli unsurlardan birisi de sabır kavramıdır. Sabır kavramının insanda ortaya çıkardığı temel değer zorluklara karşı dayanıklılık, yani metanet erdemidir. Bu, kişinin her zorlukta pes etmesini engellemekte, hayata karşı dayanıklılığını arttırmaktadır.⁷³

Sabır kavramı, Kur'an-ı Kerim'de de pek çok defa geçmektedir. Sabır, hakkı bilenlerin doğru bildiklerini savunmaları ve bu uğurda ortaya çıkan zorluklara katlanmaları ve mücadele etmeleri gerektiği noktasından hareketle kurgulanmaktadır. Kindî'nin üzüntünün yenilmesi ile ilgili ortaya koyduğu önerilerde bizatihi sabır kavramını tüm boyutlarıyla yansıtmaktadır. Bizatihi üzüntü tanımı, sabır kavramıyla ilişkilendirilebilir. Zira sevilenlerin kaybı ya da isteklerin gerçekleşmemesi insan için bu hayatta mümkün durumlardandır. Kişinin bu noktada yapması gereken şey ise, bu durumlara katlanabilecek bir psikolojik alt yapı kurgulamasıdır. Kindî'nin risalesi bu ruh halinin yakalanabilmesi için yapılması gerekenleri tek tek bizlerin bilgisine sunmuştur.⁷⁴

İslam düşünce geleneğinde sabır konusunu detaylı bir şekilde inceleyen düşünürlerden birisi de Gazali'dir. Gazali'ye göre sabır, zıt görüşlü iki kuvvetin karşılaşması anında bir kuvvetin metanet gösterip dayanması demektir. Çocukta ancak şehvet kuvveti vardır, ancak Allah insanları diğer varlıklardan üstün kıldığı için sabır onda bir yeti olarak bulunur. Gazali, sabırla ilgili yaptığı tanımında, sabrı, şehvete karşı dinin gösterdiği yolda direnme olarak ifade eder. Kişi, sabır konusunda başarıya ulaşırsa, ilahi kuvvet galebe çalmış ve sabredenlerden olmuştur. Şayet mukavemete metanet gösteremezse, şeytanlar tarafına geçmiş olur. Kişinin şehvi arzularını terk etmesi bir ameldir. Bu ameli meydana getiren bir kuvvet vardır. İşte o kuvvet de sabırdır. Bu anlamda sabır, Gazali'ye göre şehvete zorlayan kuvvet karşısında dinin

⁷³ Oluş ve bozulmuş aleminde ortaya çıkan ve kötülük olarak değerlendirilen durumların izahı konusunda İbn Sina'nın izahı için bkz.: İbn Sina, *Metafizik II/Kitâbu 'ş-Şifâ*, ss. 160-169.

⁷⁴ Kindî, "Üzüntüyü Yenmenin Çareleri", s. 295.

icaplarını yerine getirmekte gösterilen dayanışmadan ibarettir. Marifet ve iman kuvveti şehvetin akıbetini takbih eder.⁷⁵

Gazali, sabrın iki kısmına işaret eder. Bunlardan birincisi ağır işlerde çalışmak, yorucu ibadetlerde bulunmak şeklinde bedeni zorluklara tahammül etmek gibi bedeninin sabrıdır. Bu sabır, İslam'da makbuldür; ancak asıl makbul olan nefsin arzularına karşı gösterilen sabırdır. Bu sabır mide ve cinsel isteklere karşı olursa, buna iffet denilmektedir. Bununla birlikte içinde şecaat, vakar, teenni gibi çeşitleri vardır.⁷⁶

Bir başka İslam düşünürü Tusi ise, sabrı öncelikle iki kısma üzere zikreder. Ancak Gazali'nin ifade ettiğinden biraz farklı bir taksim ortaya koyar. Buna göre sabır, musibetlere sabır ve şehvetlere sabır olmak üzere iki kısma ayrılır. Bunlardan ikincisi, yani şehvetlere olan sabır düşünürüne göre daha faziletlidir. Tusi'nin bu konudaki bir başka ayrımı ise, sabrı üç kısımda inceler. Bunların birincisi, avamın sabrı'dır; bu kişi dış hali itibarıyla akıl sahiplerinin ve toplumun genelinin beğenisini kazanmak için sabreder ve kararlılık gösterir. İkincisi ise, zahitlerin, ibadet edenlerin, takva sahiplerinin ve hilm ehlinin sabrıdır. Üçüncüsü ise, ariflerin sabrıdır; bunlar Yüce mabudun kendilerini bela ile diğer kullarından seçkin kılarak andığı ve yeniden O'nun nazarı dikkatini çektikleri düşüncesiyle beladan haz duyanlardır.⁷⁷

Sabır konusunda insanın bilmesi gereken en temel husus, her istediğini elde edemeyeceği gibi, elinde olanları da yitirmek zorunda olduğunun farkında olmasıdır. Bu da bütüncül bir bakış açısını gerektirmektedir. Kişinin olanları kavrayabilmesi için öncelikle bu âlemin oluş ve bozuluş âlemi olduğunu bilmesi ve buna uygun bir hayat anlayışı ortaya koyması gerekmektedir. Kişi bunun bilincinde olduğunda zorluklarla karşılaştığında ya da bir takım şeyleri kaybettiğinde bunu olgunlukla karşılayacaktır. Bu durumun bu âlemin tabiatından kaynaklandığını kavrayacaktır.

Kişide sabır olmadığı zaman elindekilerle yetinmeyecek ve haset ortaya çıkacaktır. Haset kavramının anlamı, kıskanmak, çekememektir. Allah'ü Teâlâ'nın bir kimseye ihsan ettiği nimetin, onun elinden çıkmasını istemektir. Kur'an-ı Kerim'de

⁷⁵ Gazali, *İhyâu Ulumu'd-Din*, çev.: A. Serdaroğlu, Bedir Yay., İstanbul; t.y., c. 4/1, s. 119, 120.

⁷⁶ Gazali, *İhyâu Ulumu'd-Din*, c. 4/1, s. 125, 126.

⁷⁷ Nasîreddin Tusi, *Ahlak-ı Muhteşemi*, ed-Dârü'l-Alemiyye, Beyrut 1981, s. 57; a.g. mlf., *Seçkinlerin Ahlakı*, çev.: Anar Gafarov, İz Yay., İstanbul 2009, s. 83, 84.

hasetçinin şerrinden Rabbimize sığınmamız istenilmektedir. “Haset etmekten sakınınız. Biliniz ki, ateşin odunu yok etmesi gibi haset de iyilikleri yok eder” diyerek peygamberimiz bu kötü nitelik hakkında bizleri uarmaktadır. İslam filozofları kişinin ahlaki niteliğini geliştirmesi ve hayatını huzur içinde sürdürmesinde en önemli unsurlardan birisinin başkalarına haset beselemeyi bırakmak ve gıpta kavramını ahlaki bir nitelik olarak hayatına aksettirmekle olacağını zikretmişlerdir. Bu da kişinin sabretmeyi bilmesiyle yakından ilgilidir.⁷⁸

Sabrın kişi üzerindeki bir diğer etkisi de insanın günlük yaşamını olumlu yönde etkilemesidir. Eğer kişi sabırlı davranabiliyorsa hayatın gerçeklerini kabullenip, ona uygun çözümler üretme konusunda daha başarılı olacaktır. Sabırsız kimseler, ümitsizliğe ve karamsarlığa yatkın kimselerdir. Bu da kişinin hayat algısını ve yaşam kalitesini düşüren bir durum olarak çıkar. Çünkü kişi ümitsizlik ve karamsarlık içinde olduğu sürece kendini yenilemesi ve olayları sağlıklı değerlendirmesi mümkün olmayacaktır.⁷⁹

Burada ifade ettiğimiz kavramlar, üzüntü kavramının anlaşılmasında anahtar role sahiptir. Ancak insanın bu dünyada ruh ve beden sağlığını koruyarak yaşayabilmesi öncelikle nefsin ne olduğunun ve nasıl terbiye edilmesi gerektiğinin anlaşılmasına bağlıdır. İnsan nefsinin mahiyeti anlaşıldığı takdirde mutluluğa ulaşması da mümkün olacaktır. Biz de nefis kavramını İslam felsefe geleneğinde ve Kindî’deki konumunu müzakere ederek üzüntüyü yenmenin çareleri ile olan irtibatını netleştirmeye çalışacağız.

⁷⁸ 113/Felâk Suresi 5; Uyanık, Akyol, *İslam Ahlak Felsefesi*, s. 101.

⁷⁹ Tarhan, *Duyuların Psikolojisi*, s. 133.

II. BÖLÜM: NEFS KAVRAMI

İnsanın ruhi/manevi boyutu üzerinde ayrıntılı incelemeler yapılmadan fiziksel/bedensel sıhhati tam olamaz. Ruhsal durumları inceleyen bilim dalları vardır; ama genel olarak bir dönem hâkim olan pozitivist bakış açısının yoğun etkisi, insan varlığını değerlendirmede bir takım aksaklıklara sebebiyet vermiştir.

Bu noktada çıkan aksaklıklar, insan psikolojisinin de maddi bir unsur gibi değerlendirilmesine sebep olmuş, insanların manevi hayatlarına çözüm getirmekten aciz kalmıştır. İslam felsefesinde ise insan psikolojisini anlamanın yolu nefis ve beden ilişkisini anlamaktan geçer. İslam felsefesinde filozofların varlık anlayışlarının en temel unsurlarından bir tanesini de nefistir. Nefsin felsefenin hem teorik hem de pratik yönüyle alakası vardır. Teorik boyutu, insanın nefis vasıtasıyla varlığın bilgisine sahip olması; pratik boyutu ise, bu bilginin bir davranış ve ahlaki kural olarak dış dünyaya yansıtmasına dairedir.

İnsanın üzüntü ve mutluluk konusundaki tecrübeleri de esasında nefis kavramı ve nefsin beden ile ilişkisine bağlıdır. Bu noktada bireyin nefisini eğitmesi durumunda üzüntüden kurtulacak ve hayatını mutlu ve sağlıklı bir şekilde sürdürebilecektir. Bu nedenle üzüntüyü yenmenin çarelerini incelemeyen önce nefsin düşünce geleneğimizde nasıl değerlendirildiğini ve insan hayatındaki rolünü inceleyeceğiz.

1. KUR'AN'DA NEFS KAVRAMI

İslam filozoflarının nefis konusundaki değerlendirmelerinde temel ilham kaynaklarından birisi de vahiydir. Kuran'da nefis kavramıyla ilgili yapılan değerlendirmelere baktığımızda “nefse zulmetmek”⁸⁰ “nefsi öldürmek”⁸¹, “nefisleri satmak”⁸², “nefse ihanet”⁸³, “nefsin sapması”⁸⁴, “nefsi hüsrana uğratmak”⁸⁵ “nefsi

⁸⁰ Kur'an'da nefis ile ilgili ifadeler için bkz.: 2/Bakara Suresi, 54, 57; 3/Âl-i İmrân Suresi, 117, 135; 4/Nisa Suresi, 64, 97; 7/A'raf Suresi, 23, 160, 177; 9/Tevbe Suresi, 70; 10/Yunus Suresi, 44; 11/Hûd Suresi, 101; 14/İbrahim Suresi, 45; 16/Nahl Suresi, 33, 16/118; 29/Ankebût Suresi, 40, 30/Rûm Suresi, 9, 34/Sebe' Suresi, 19.

⁸¹ 2/Bakara Suresi, 54.

⁸² 2/Bakara Suresi, 90.

⁸³ 2/Bakara Suresi, 187; 4/Nisa Suresi, 107.

⁸⁴ 3/Âl-i İmran Suresi, 69; 4/Nisa Suresi, 113.

⁸⁵ 6/En'am Suresi, 12; 7/A'raf Suresi, 9; 23/Mü'minûn Suresi, 103.

yıkıma uğratmak”⁸⁶ “nefsi temize çıkarma”⁸⁷ “nefiste büyüklüğe kapılmak”⁸⁸, “nefsini satın almak”⁸⁹ şeklinde değerlendirilmektedir.

Kur’an anlayışında nefis üzerine yapılan değerlendirmelerde, nefsin bir sorumluluk makamı olarak ifade edildiğini görüyoruz. Yani insan yaptığı eylemleriyle nefsini kötü bir duruma sevk etmekte ya da onun kurtuluşuna vesile olmaktadır. Konuyla ilgili anlam dairesine baktığımızda nefisten kişinin kendisinin anlaşıldığını ifade edebiliriz. Bu noktada benlik algısını yaratan kişinin bizatihi nefsidir.

Dikkat edileceği üzere Kur’an ayetlerinin çoğunluğunda “nefse zulmetmek” ifadesinin ağırlıklı olduğu görülecektir. Yani kişi ya nefsine zulmediyordur, ya da nefsinin kemal mertebeye ulaştırıyordur. Bu da kişinin nefsinin tezkiye etmesine bağlanmıştır. Aşağıda ifade edeceğimiz ayetler nefsin bu dünyadaki yapıp etmelerimizden sorumlu olduğunu göstermektedir.

“Hiçbir peygambere, emanete ihanet yaraşmaz. Kim ihanet ederse, kıyamet günü ihanet ettiğiyle gelir. *Sonra her nefis ne kazandıysa*, (ona) eksiksiz olarak ödenir. Onlar haksızlığa uğratılmazlar.”⁹⁰ “Ey insanlar sizi *tek bir nefisten yaratan*, ondan eşini yaratan ve her ikisinden birçok erkek ve kadın türetip-yayan Rabbinizden korkup-sakının ve (yine) kendisiyle, birbirinizden dilekte bulunduğunuz Allah'tan ve akrabalık (bağlarını koparmak) tan sakının. Şüphesiz Allah, sizin üzerinizde gözetici.”⁹¹ “Eğer bir kadın, kocasının geçimsizliğinden veya ondan yüz çevirip uzaklaşmasından korkarsa, barış ile aralarını bulup düzeltmekte ikisi için sakınca yoktur. Barış daha hayırlıdır. *Nefisler ise 'kıskançlığa ve bencil tutkulara' hazır (elverişli) kılınmıştır*. Eğer iyilik yapar ve sakınırsanız, şüphesiz, Allah, yaptıklarınızdan haberi olmandır.”⁹² “*Ey iman edenler, üzerinizdeki (yükümlülük) kendi nefislerinizdir*. Siz doğru yola erişerseniz, sapan size zarar veremez. Tümünüzün dönüşü Allah'adır. O, size yaptıklarınızı haber verecektir.”⁹³ “Kendileri Allah'ı unutmuş, böylece O da onlara kendi nefislerini

⁸⁶ 6/En’am Suresi, 26; 9/Tevbe Suresi, 42.

⁸⁷ 12/Yûsuf Suresi, 53.

⁸⁸ 25/Furkân Suresi, 21.

⁸⁹ 2/Bakara Suresi, 207.

⁹⁰ 3/Âl-i İmran Suresi, 161.

⁹¹ 4/Nisa Suresi, 1.

⁹² 4/Nisa Suresi, 128.

⁹³ 5/Maide Suresi, 105.

unutturmuş olanlar gibi olmayın. İşte onlar, fasık olanların ta kendileridir.”⁹⁴ “Her nefis, kazandıklarına karşılık bir rehinedir.”⁹⁵

Kur’an’da nefis, hallerine göre çeşitli şekillerde zikredilir. Emir ve irade altına girip şehvetlere karşı koyabilmesi sayesinde sükûna kavuştuğu vakit *nefsi mutmaine* olarak ifade edilir. Bu nefis, ayeti kerimede “Ey huzur içinde olan nefis, hoşnut etmiş ve edilmiş olan Rabbine dön”⁹⁶ ifade edilmiştir. Ancak ilk söylenen anlamda şeytanın avanesi durumuna düşen nefis, kastedilen nefis değildir. Ancak sükûna kavuşmamakla birlikte nefsi müdafaa edip ona karşı direnirse buna da *nefsi levvâme* denilir. Bu ayeti kerimede “ve nedamet çeken nefse yemin ederim ki...”⁹⁷ şeklinde zikredilmiştir. Şayet şehvi nefis ile muaraza etmez, şehvetlerin arzularına ve şeytani yollara tevessül ederse, buna da *nefsi emmâre* denir. Bu da ayeti kerimede, “Ben nefsimi tezkiye etmem, zira nefis kötülükleri emreder”⁹⁸ şeklinde zikredilmektedir.⁹⁹

Nefsin tezkiyesi ile ilgili olarak Kur’an’da zikredilen bu aşamalar, İslam filozoflarının da dikkatini çekmiş bu konuyu felsefi nazariyelerinde konu edinmişlerdir. Nefsin kemal mertebeye ulaşmasında en önemli aşama, kişinin teorik/iman ilkelerinden mülhem ahlakı içselleştirmesidir. Bu sağlandığında öğrenilenlerin pratiğe aktarılmasıyla İslam, kişinin *kâmil insan* mertebesine ulaşmasına, bu sayede kişinin *tahsilu’s-saade*’ye yani mutluluğu elde etmesine vesile olacaktır. Bireyin *kâmil insan* mertebesine ulaşma noktasında temel unsur ise, ihsan mertebesidir. Bunun aşamalarını Kur’an’dan hareketle aktaracak olursak; *ilme’l-yakin*, *ayne’l-yakin* ve *hakka’l-yakin* kavramlarını merkeze almamız gerekecektir. Nefsin bilgilenmesinde “İlme’l-yakin” mertebesi sağlanınca, Allah’ın varlığı ve birliği, Allah’ın her şeyin yaratıcısı olduğu bilinir. Âlim bu kişidir. İslam’ın temel inanç esaslarını içselleştirince, bunların bireysel, ailevi ve toplumsal hayatımızdaki yerinin tespiti gerekecektir ki bu da teorik bilgilerin pratiğe aktarılması olup, “Ayne’l-yakin” aşamasının Cibril hadisindeki tekabülü İslam’dır. Namaz, oruç, hac gibi ibadet yoluyla Allah ile sürekli bir iletişim içinde olmamız ise, abidlik aşamasıdır. Tüm bunların sonucunda kişi, “Hakka’l-yakin”

⁹⁴ 59/Haşr Suresi, 19.

⁹⁵ 74/Müeddîr Suresi, 38.

⁹⁶ 89/Fecr Suresi, 27, 28.

⁹⁷ 75/Kıyame Suresi, 2.

⁹⁸ 12/Yusuf Suresi, 53.

⁹⁹ Gazali, *İhyâu Ulumu’d-Din*, c. 3/1, s. 10, 11; Mevlüt Uyanık, *İslam Bilgi Felsefesinde Kalbin Anlaması –Gazzali Örneği-*, Araştırma Yay., Ankara 2005, s. 103; Uyanık, Akyol, *İslam Ahlak Felsefesi*, s. 246.

mertebesine ulaşır ki o da “ihsan” mertebesi olarak ifade edilir. Kişi bunları hakkıyla yerine getirdiğinde nefsin kemal mertebeye ulaştırırken, kategorik önermeler yerine, temel ilkeleri içselleştiren tikelletiren birey anlayışını geliştirilmeye katkıda bulunacaktır.¹⁰⁰

Bu nedenle Kur’an’da karşılığını bulan nefis kavramı Müslüman bireyin ve toplumun sağlıklı gelişimin en önemli unsurlarındandır. Kur’an’da nefis kavramının kullanımıyla ilgili bir diğer açıklama biçimi de nefsin “ruh” ve “kişi” kavramlarını da çağrıştıracak şekilde kullanıldığı yorumudur. Ana hatlarıyla değerlendirecek olursak bu, “dünya zevklerine meyyal” ve “hüküm gününde sorumlu ruh”, ve bir de “beşeri varlık”, beşeri şahsiyet” anlamını da kapsamaktadır. Burada “dünya zevklerine eğilimli ve hüküm gününde sorumlu ruh” anlamı İslami düşünce dünyasına ait bir kullanım olarak kabul edildiğini ifade etmemiz gerekir.¹⁰¹ Ancak Kur’an’da nefis kelimesinin kullanımıyla ilgili bir diğer önemli konuda nefis ve ruh kelimeleri arasında fark olduğudur. Buna göre, Kur’an’da yirmi bir yerde zikredilen ruh kelimesi mahiyeti açısından nefisten farklı bir anlama karşılık olarak kullanılmaktadır. Kur’an’da ruhun nefiste olduğu gibi “insan tekine özel” değil, “insan nevine özel” olarak kullanıldığı ifade edilmiştir.¹⁰²

2. FELSEFE TARİHİNDE NEFS KAVRAMI

Nefis ile üzüntü arasında yakın bir ilişki vardır. İnsanların bu dünyada yaptıkları eylemleri anlamlandırmaları temelde ruhsal durumlarına bağlı olarak şekillenmektedir. Kimine göre çok önemli, hayati olan bir mesele kimine göre önemli olmayabiliyor. Bu noktada karşımıza çıkan şey, kişinin nefis ve beden ilişkisini kurgularken, nasıl bir yapı oluşturması gerektiğidir. Yani nefis ve beden eğitilirken nelere dikkat edilmesi gerekmektedir. Bunu tespit edebilmek öncelikle nefis ve bedenin ne olduğunun ortaya konulmasını gerektirmektedir. Beden sağlığı insan tarafından önemsemekte ve bu

¹⁰⁰ Mevlüt Uyanık, Aygün Akyol, “Hakkın ve Hayrın Bilgisine Sahip Olmak: Muhsini Tavır –Cibril Hadisinin İslam Ahlak Felsefesi Bağlamında Değerlendirilmesi”, *Uluslararası İnsani Değerlerin Yeniden İnşası Sempozyumunda Sunulan Bildiri Metni*, 19-21 Haziran 2014.

¹⁰¹ Regis Blachere, “Nefs Kelimesinin Kur’an’da Kullanılışı Hakkında Bazı Notlar”, *Atatürk Üniversitesi İlahiyat Fak. Dergisi*, çev.: Sadık Kılıç, sayı: 5, Atatürk Üniversitesi Basımevi, Erzurum 1982, s. 196.

¹⁰² Fatih İbiş, “Kur’an Bağlamında Nefs Olgusu ve İnsanın Teo-Ontolojik Yapısı Üzerine Bir Deneme”, *Toplum Bilimleri Dergisi*, Temmuz, Aralık, 2012, c. 6, sayı: 12, s. 239; Ruh ve Nefs arasındaki fark üzerine kadim felsefede yapılmış bir çalışma için bkz.: Kusta b. Luka, “Ruh ile Nefs Arasındaki Fark Ruhu ve Nefsin Mahiyeti”, *Ankara Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi*, çev.: Hüseyin Aydın, c. 40, sayı: 1, 1999, ss. 391-402.

noktada tıbbi olarak önemle durulmaktadır. Nefsin sağlığı ve mahiyeti konusunda ise, psikoloji ve psikiyatri alanları daha çok durmaktadır. Ancak nefis ve nefsin mahiyeti konusunda getirilen çözüm önerileri bedensel sıhhat noktasında ortaya konulanlara bakıldığında daha geride kalmaktadır.

Bunun temel sebebi günümüzde insan ve sorunlarıyla ilgili çözüm aranırken yukarıda da ifade ettiğimiz, hâkim olan pozitivist algıdır. Bedenin maddi dayanağının olması, nefsin ise olmaması bedensel tıbbın merkeze alınmasını öne çıkarmıştır. Bu nedenle olsa gerek, bugün insanlar bedensel hastalıklarıyla ilgili birçok tedavi yöntemine başvururken ruhsal durumları ile ilgili gerekli hassasiyeti göstermiyorlar. Günümüzde ruh sağlığı ve hastalıkları denildiğinde ilaç tedavisinin merkeze alındığını görmekteyiz. Halbuki gerek bedensel hastalıklarda gerekse ruhsal hastalıklarda temel tedavi unsurunun moral ve motivasyon olduğu yeni yeni kavranmaya başlandı. Ancak kişi, ruhsal yönünün farkında olur ve nefsinin eksikliklerini tamamlamaya yönelik çaba sarf ederse, o zaman nefsinin kemal mertebeye ulaştırmaya nail olacaktır. Bu sağlanmadığı takdirde insanın bir yönü daima eksik kalacaktır.

Nefis ve üzüntü ilişkisinin anlaşılabilmesinde temel unsurlardan birisi, dini kaynaklarda nefis tasavvuru ve bunun insanın duygu durumuyla irtibatlandırılmasıydı. Bunu yukarıda müzakere ettik. İkinci husus ise felsefi sahada nefsin nasıl değerlendirildiği meselesidir. Bu noktada Kindî'nin konu hakkındaki görüşünün anlaşılabilmesi için felsefe geleneğinde nefsin nasıl değerlendirildiğini de müzakere etmek istiyoruz.

2.1. Platon ve Aristoteles'te Nefis Kavramı

Kindî'nin üzüntü konusundaki görüşlerinin temel hareket noktasını Platon'un görüşleri oluşturur. Bu hem nefsin kemal mertebeyi elde etmesi noktasında ifade ettikleri bakımından hem de üzüntüyü yenmenin çareleri ile ilgili zikrettikleri bakımından geçerlidir. Kindî'nin *Üzüntüyü Yenmenin Çareleri* başlıklı risalesinin de Platon'un Porphyrios'a yazdığı, *Filozof Platon'dan Porphyrios'a Mektup* adlı risaleden

mülhem olduğu iddiasını müzakere etmiştik. Bu risale dışında da Kindî üzerinde ciddi bir Platon etkisinin olduğunu zikretmemiz mümkündür.¹⁰³

Esasında Platon'un nefis beden ilişkisi ve insanın ruhsal durumu hakkındaki fikirlerini incelediğimiz zaman Kindî'nin de esin kaynağını görmüş oluruz. Kindî de Platon gibi nefsin çektiği büyük acıların sebebinin beden olduğunu ifade eder. Beden, nefsin varlığını tamamlaması noktasında bir engel olarak görülür. "Yaratılıştaki bozukluklar da kötü kurallarla, şehirlerde özel veya genel yerlerde duyulan sözlerle büyüdüğü zaman, daha küçük yaştan itibaren hastalığı giderebilecek bir öğretim görmemişsek, içimizdeki bütün kötüler kendi ellerinde olmayan iki sebepten kötü olurlar. Bunun kabahatini her zaman çocuklardan ziyade babalarda, talebelerden ziyade hocalarda aramak lazımdır. Ama insan bütün gücüyle, tahsil ve terbiyesiyle, yaşayışıyla, kötülükten kaçmayı, onun zıddı olan erdeme ulaşmaya çalışmalıdır."¹⁰⁴

Bu noktada en önemli konu nefis ve beden arasındaki ilişkinin nasıl kurgulanacağıdır. Bu da Platon'un ifadelerinde de görüldüğü üzere başta ebeveyn ve öğretmenlere düşmektedir. Kişi maddi ve manevi açıdan sağlıklı bir gelişime sahip olduğu takdirde nefsinin kemal mertebeye ulaşması da söz konusu olacaktır. Eğer bunu gerçekleştiremezse, bu durumda nefsi hastalanacağından bu dünyada ve öbür âlemde mutluluğu elde edemeyecektir.

Aristoteles'e göre ise, erdem beden değil, ruhun erdemidir. Mutluluk da ruhun bir etkinliğidir. Bu böyle kabul edildiği takdirde nasıl göz doktoru gözleri tedavi etmek için tüm bedeni bilmek zorundaydı, insanın da ruh konusunu bilmesi gerekmektedir. Aristoteles'e göre ruh ilminin bedensel tıptan daha değerli ve daha iyi olduğuna bakılırsa, kişinin ruh ilmini daha çok bilmesi gerekmektedir.¹⁰⁵

Görüldüğü üzere Kindî'nin nefis anlayışında baskın olan unsurlar Platon ve Aristoteles'in görüşleridir. Nefis kavramının anlam dairesi çizilirken dikkat edilmesi gereken bir diğer hususta nefsin güçleridir. Bu, İslam ahlak filozoflarının kahir

¹⁰³ Platon tarafından kaleme alınan bu mektup içerik bakımından Kindî'nin risalesiyle benzerlik göstermektedir. Okuyucuya kıyas imkânı olması için Platon'un Porphyrios'a yazdığı mektubun Fahrettin Olguner tarafından yapılan çevirisini ek olarak verme ihtiyacı hissettik. Platon, "Porphyrios'a Mektup", ss. 251-259.

¹⁰⁴ Platon, *Timaios*, çev.: Erol Güneş, Lütfi Ay, Meb. Yay., İstanbul 1997 s. 129, pn.: 87.

¹⁰⁵ Aristoteles, *Nikomakhos'a Etik*, s. 27, pn.: 1102a.

ekseriyeti tarafından benimsenmiştir diyebiliriz. Bu görüş de yine Platon ve Aristoteles merkezli değerlendirilmiştir. Bu ahlak felsefesinde dört temel erdem olarak ifade edilmiştir.

Platon'un dört temel erdemle ilgili görüşlerini ana hatlarıyla *Devlet* adlı kitabının dördüncü bölümünde buluyoruz. Platon'a göre, iyi kurulan bir devlet; *bilge*, *yiğit*, *ölçülü* ve *doğru/adil* bir devlettir. Devlette bu değerlerden bir tanesi bulunduğu takdirde diğerleri aranacaktır. Platon'un tasarladığı devlette esas olması gereken değer bilgeliktir, çünkü kararlar bilgece verilir. Görüldüğü üzere devlet konusunda *ölçülülük*, *yiğitlik* ve *bilgelik* olarak ifade edilen üç değer vardır. Bunların dışında kalan değer, onları doğuran ve yaşatan değerdir. Üç değer bulunduğu bunları yaşatan değer olarak doğruluk/adalet görülecektir. Platon bu erdemlerin ortaya çıkmasına vesile olan isteklerin insandaki akıl, istek ve öfke gücü olduğunu belirtir. Erdemler ise, bunların erdem haline dönüşebilmesi insanın kendisinde doğruluk/adalet erdemi olarak zikredilir. Adalet insanın dış eylemlerine değil, iç eylemlerine uyuyor. Bize insanın kendini oluşturan ilkeleri veriyor. Doğru insanda her bölümün kendi işini göreceğini, içindeki üç ilkenin birbirinin sınırını aşmayacağını anlatıyor. Adil kişinin içinde bir düzen kuruluyor, bu adam kendi kendini yönetiyor, yola sokuyor.¹⁰⁶

Kindî üzerinde ciddi etkisi olan bir diğer filozof da Aristoteles'tir. (ö. M.Ö 322) Üzüntü ve mutluluğun temel unsuru olarak ifade edilen erdemler, Aristoteles'e göre, ruha özgü, üstelik arazi olmayan bir niteliktir. Aristoteles, erdem konusundaki incelemesine ruhun iki yanının olduğunu vurgulayarak başlar. Bu iki yandan biri *buyurmakla*, diğeri *boyun eğmekle*, söz dinlemekle akıldan pay alır. Yani insanlar arasındaki ilişkilerde bir kısım insanlar yöneten, bir kısım insanlar da yönetilen olarak öne çıkar.¹⁰⁷ Ancak Aristoteles'e göre, insanın bireysel anlamda sahip olması gereken iki temel erdem vardır. Bunlardan biri *karakter* erdemi; diğeri ise, *düşünce* erdemidir. Karakter, ruhun akıldan pay almayan yanının, ama buyurucu akıl yanına göre, aklın peşinden gidebilen yanının niteliği olarak kabul edilir. Karakter erdemi bu nedenle insan davranışlarının orta bir yol tutmasıyla ilişkilidir. Bu durumda erdem nasıl bir

¹⁰⁶ Platon, *Devlet*, s. 125, 131, 132, 142, 143, 144, 145, pn.: 428ab, 433ab, 441a, 442d, 443d.; Uyanık, Akyol, *İslam Ahlak Felsefesi*, s. 73; Akyol, "Şehrezûrî ve Adalet Anlayışı", s. 98.

¹⁰⁷ Aristoteles, *Eudemos'a Etik*, s. 49, pn.: 1219b.

orta olma olduğunun, hangi orta durumda olan eylemelerle ilişkili olduğunun ifade edilmesi gerekmektedir.¹⁰⁸

Görüldüğü üzere, Platon'da ve Aristoteles'te nefis üzüntü ve mutluluğun elde edilmesinde temel unsurdur. Kişi nefsin güçlerini orta mertebeye getirerek erdemleri elde ettiği takdirde üzüntüden uzaklaşacak ve mutluluğu elde edecektir. Bu nedenle de kişinin öncelikli olarak dikkat etmesi gereken temel unsur nefsin sağlığı, hasta ise tedavisidir.

2.2. İslam Filozoflarına Göre Nefis

İslam felsefesinde üzerinde en çok değerlendirme yapılan konulardan bir tanesi de nefis kavramıdır. Bu, insan varlığının bütüncül yapısını oluşturan ana unsur olması sebebiyledir. Nefis konusundaki değerlendirmeleri ilk İslam filozofu olarak da ifade edilen Kindî'den itibaren görüyoruz. Ancak Kindî'nin nefis konusundaki görüşlerine geçmeden önce İslam felsefesinde nefis konusunun nasıl değerlendirildiğini ana hatlarıyla incelemek istiyoruz.

Nefis, kelime olarak, ruh, özün bir parçası, hayatiyet, canlılık, şahıs, hareket ettiren ilke anlamlarında kullanılmıştır. Terim olarak ise, kendisinde bulunduğu şeye, hayat, his, hareket ve irade veren latîf bir cevher olarak ifade edilir.¹⁰⁹ İslam felsefesinde nâtik nefis bir cevher olarak kabul edilir. Nâtik nefsin en önemli özelliği, madde ile bağlantısı kesildiğinde bilfiil akıl olma potansiyelidir. Zaten nâtik nefse cevher niteliğini atfetme nedeni de onun "akıl" olma potansiyelidir.¹¹⁰

Kindî sonrası nefis ve nefsin yetkinliği konusunda ortaya koyduğu çözüm önerileriyle hem teorik hem de pratik sahayı kuşatan en önemli filozof Farabi'dir. Fârâbî, insandaki nefis cevherinin, olgunlaştığında bilfiil akla dönüşeceğini, beden ölse

¹⁰⁸ Aristoteles, *Eudemos'a Etik*, s. 51,53, 57, pn.: 1220ab, 1221a.

¹⁰⁹ İbn Manzur, *Lisânu'l-Arap*, Dâru's-Sadr, Beyrut 1990, c. 6, ss. 233-240; Seyyid Şerif Cürçani, *Kitâbu't-Ta'rifât*, tahk.: Abdu'l-Munim Hafna, Daru'r-Reşad, Kahire ts., s. 206; Süleyman Uludağ, "Nefis", *İA*, İSAM., İstanbul 2006, c. 32, s. 526; Ömer Türker, "Nefis", *İA*, İSAM., İstanbul 2006, c. 32, ss. 529-531; Hüseyin Atay, "Nefis", *Ankara Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi*, c. 37, sayı: 1, yıl: 1997, s. 3; Akyol, "Farabi ve İbn Sina'ya göre Meâd Meselesi", s. 127.

¹¹⁰ Fârâbî, *Uyunu'l-Mesâil*, tahk.: Muhittin Hatib, Abdu'l-Fettah Geylan, Kahire 1910, s. 16, 17, 18; a.g. mlf., *Ta'likât*, neşr: Dâiretü'l-Meârifî'l-Üsmâniyeti'l-Mekâine, yy. 1346, s. 10; a.g. mlf., *Mufârik Varlıkların İspatı Hakkında Risale*, *Cumhuriyet Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi*, çev.: Nuri Adıgüzel, sayı: 2, Sivas 1998, s. 96; İbn Sînâ, *İşaretler ve Tembihler*, s. 160, 161; Mehmet Bayraktar, *İslam Felsefesine Giriş*, s. 182; Ali Durusoy, *İbn Sînâ Felsefesinde İnsan ve Alemdeki Yeri*, İfav. Yay., İstanbul, 2012, s.19, 20; Akyol, "Farabi ve İbn Sina'ya göre Meâd Meselesi", s. 127.

de varlığını devam ettireceğini ifade etmiştir. Farabi, insandan ortaya çıkan faziletler ve reziletler için de nefis ile irtibat kurar. Filozofumuza göre, insanın kendisiyle iyi şeyler ve güzel fiiller yaptığı durumların faziletler olarak niteleneceğini belirtir. Bunun zıddı olan kötülükler ve çirkin fiiller ise, nefis için alçaklık noksanlık ve aşağılıklar olarak nitelenir.¹¹¹

İbn Sînâ'nın nefsi, "tabîî cismin ilk yetkinliği", "cisimsiz cevher", "kuvve ve yetkinliği olan bir cevher" olarak tanımladığını görüyoruz. Filozof, bir konuda bulunmayan kendi özü bakımından var olan her nefsi "cevher" olarak nitelemektedir. Fârâbî gibi, nefsi basit olarak kabul eden İbn Sînâ da nefsin kendisinde bir terkip olmadığını, bu nedenle de kendisinde bozulmanın mümkün olmadığını savunur. Ancak İbn Sînâ'nın nefsi tanımlarken kullandığı "cismin ilk yetkinliği" ifadesini esas alacak olursak, nefis, cisme ait bir yetkinlik olarak tanımlandığı için cisme bağlı olarak anlam kazandığı iddia edilebilir. Bir diğer tanımdaki "nefsin gayri cismani bir cevher olduğu" ifadesini esas alacak olursak, burada nefsin cisimden bağımsız olduğuna yapılan vurgu göze çarpmakta ve diğer tanımla uyuşmayan bir takım hususlar ortaya çıkmaktadır.¹¹²

Nefsin niteliği olarak zikredilen cevher kavramının da filozofların nazariyeleri içindeki konumunu da ifade etmek gerekir. Fârâbî, "cevher"i tanımlarken "bir konuda bulunmayan şey" ifadesini kullanır. Cevher de ya mutlak olarak cevher, ya da bir şeye ait cevherdir.¹¹³ İbn Sînâ ise, cevheri, yine Fârâbî gibi "bir konuda bulunmayan mevcut" şeklinde tanımlamıştır. Cevherlerin de cisim veya cismin parçası olabileceğini ifade eden İbn Sînâ, cismin de sûret ve heyûlanın bileşiminden mürekkep olduğunu ifade eder. Ancak İbn Sînâ, nâtık nefsi, heyûla ve sûretten ayırmaktadır. Nâtık nefsi, ayrık

¹¹¹ Fârâbî, *Fususul-Medenî*, s. 27, 65; a.g. mlf., *Uyunu'l-Mesâil*, s. 16, 17, 18; a.g. mlf., *Ta'likât*, s. 10; a.g. mlf., *Mufârik Varlıkların İspatı Hakkında Risale*, 96; İbn Sînâ, *İşaretler ve Tembihler*, s. 160, 161; Bayraktar, *İslam Felsefesine Giriş*, s. 182.

¹¹² İbn Sînâ, *İşaretler ve Tembihler*, s. 112, 224, 225; a.g. mlf., *Nefs/Kitâbu's-Şifâ*, tahk.: Jan Bafkos, Prag 1956, s. 14, 15, 29; a.g. mlf., *Necât*, tahk.: Macit Fahri, neşr. Daru'l-Afaki'l-Cedide, Beyrut 1985, s. 197, 223, 225; a.g. mlf., *Kitâbu'l-Hudûd/Tanımlar Kitabı*, ed.: Mevlüt Uyanık, çev.: Aygün Akyol, İclal Arslan, Elis Yay., Ankara 2013, s. 30, 31; a.g. mlf., *Metafizik I/Kitâbu's-Şifâ*, çev.: Ekrem Demirli, Ömer Türker, Litera Yay., İstanbul 2004, s. 53, 56; Mehmet Bayraktar, "İbn Sînâ'nın Cevher Kavramının Sorunları", *Uluslararası İbn Sînâ Sempozyumu Bildiriler Kitabı içinde*, İstanbul Büyükşehir Belediyesi Kültür A. Ş. Yay., c. I, 22-24 Mayıs 2008, İstanbul, s. 9; Akyol, "Farabi ve İbn Sina'ya göre Meâd Meselesi", s. 128.

¹¹³ Fârâbî, *Kitâbu'l-Hurûf*, çev.: Ömer Türker, Litera Yay., İstanbul 2008, s. 40, 44, 45; Cevher kavramının kullanımıyla ilgili olarak daha detaylı bilgi için bk. İlhan Kutluer, "Cevher", *İA, İSAM*.Yay., İstanbul 1993, c. VII, ss. 450-455; Mevlüt Uyanık, "İslam Felsefesinin Teşekkül Dönemi Varlık Anlayışında Birinci ve İkinci Cevher Kavramı", *Gazi Üniversitesi Çorum İlahiyat Fakültesi Dergisi*, 2002/1, c. 1, sayı: 1, ss. 132-159.

olan ve cismin parçası olmayan şekilde tanımlayan filozofumuz, nefsin beden üzerinde tasarrufunun olmasından hareketle aralarında bir ilişkiden bahsedebileceğini ifade eder. Ancak bedenle hiçbir ilişkisi olmadığında ise, akıl olarak niteleneceğini belirtmesi önemlidir. Zira nâtik nefsin gayri cismânî cevher olarak nitelenmesi onun bizâtihi akıl olmasıyla ilişkilidir.¹¹⁴

İbn Miskeveyh ise nefsi tanımlarken “nefis ne cisim, ne cisimden bir parça, ne de arazdır” ifadelerini kullanır. Nefsin fazileti ise, nefsin kendine ait fiillerine, yani ilimlere ve marifet bilgisine arzu duyması, cisme has fiillerden kaçınması onun fazileti olarak kabul edilir. Bu da kişinin kendisini cismani olanlardan uzaklaştırmasıyla doğru orantılıdır. İbn Miskeveyh bizi faziletlerden uzak tutan şeylerin bedene ait haller, duyular ve bunlara bağlı hususlar olduğunu zikreder. İnsan ne zaman cismani kötü arzuları ve hayvani çirkin yönelişleri bırakırsa o zaman kendisinde çoğunluğun benimsediği yeme, içme ve cinsi münasebetin fazilet değil kötülük olduğunu anlayacaktır.¹¹⁵ Burada dikkat çeken yön nefsin cismani olandan uzaklaştıkça kendi faziletini elde etmeye yaklaştığı anlayışıdır.

Buraya kadar zikrettiklerimiz, İslam düşünce geleneğinde felsefi yöntemi merkeze alan düşünürlerdi. Filozofların düşünce anlayışına yönelik ciddi eleştirilerde bulunan Gazali’ye baktığımızda nefis kelimesinde farklı anlamların mündemiç olduğunu vurguladığını görüyoruz. Gazali’ye göre, nefis kelimesinin ilk anlamı olarak gazap ve şehvet kuvvetini toplayan bir manada kullanıldığını görüyoruz. Buradan hareketle tasavvuf ehlinin nefis kavramı üzerindeki değerlendirmelerinin nefsin insanın kemal mertebeyi elde etmesinde olumsuz bir çerçevede ele alındığını ifade edebiliriz. Tasavvuf erbabı nefis demekle insanda kötü vasıfları toplayan bir aslı kastederler ve nefis ile mücahedenin gereği üzerinde dururlar.¹¹⁶

Gazali’nin nefis ile ilgili kullandığı ikinci mana ise, kalp ve ruh kelimelerinde anlatılan manadır. Bu insanın hakikati ve kendisi demektir. Bu nefis, hallerine göre çeşitli şekillerde vasıflanır. Emir ve irade altına girip şehvetlere karşı koyabilmesi

¹¹⁴ İbn Sînâ, *Metafizik I/Kitâbu’s-Şifâ*, s. 53, 56; a.g. mlf., *Mantığa Giriş/Kitâbu’s-Şifâ*, met. ve çev.: Ömer Türker, Litera Yay., İstanbul 2006, s. 55; a.g. mlf., *İşaretler ve Tembihler*, s. 109; a.g. mlf., *Necât*, s. 203; Bu konuda bkz. Mehmet Dağ, *İbn Sînâ’nın Psikolojisi*, İbn Sina’nın Ölümünün Bininci Yılı Armağanı 1984’ten Ayrı Basım, Türk Tarih Kurumu Basımevi, Ankara 1984, s. 337, 338.

¹¹⁵ İbn Miskeveyh, *Ahlâkî Olgunlaştırma*, s. 14, 18.

¹¹⁶ Gazali, *İhyâu Ulumu’d-Din*, c. 3/1, s. 10.

sayesinde sükûna kavuştuğu vakit *nefsi mutmaine* denir.¹¹⁷ Sükûna kavuşmamakla birlikte nefsi müdafaa edip ona karşı direnirse buna da *nefsi levvame* denilir.¹¹⁸ şeklinde zikredilmiştir. Şayet şehvi nefis ile muaraza etmez, şehvetlerin arzularına ve şeytani yollara tevessül ederse, buna da *nefsi emmare* denir.¹¹⁹

Gazali felsefecilerin ahlak alanındaki sözlerinin genellikle mutasavvıflardan alındığını iddia eder. Buna göre mutasavvıfların bu konudaki fikirleri felsefeciler tarafından alınmış ve kendi düşüncelerine karıştırmışlardır. Felsefecilerin bundaki amacı ise sözlerini hoş gidecek şekle sokarak batıl fikirlerini kabul ettirmektir. Gazali bunu söylemekle kendi hakikat tasarımının tutarlılığını sağlama almış olmaktadır. Ancak kendisi de filozofların ahlak konusundaki görüşlerinden uzak kalamamış, nefis ve yetileri konusunda filozofların yaklaşımlarını benimsemiştir.¹²⁰

İslam düşünce geleneğinde farklı ekole müntesip düşünürler, nefsin bedeninin kemal mertebeye ulaşmasında en önemli rolü üstlendiği noktasında müttetikler. Aradaki farklılıklar ise nefsin kemal mertebeye ulaştırılması noktasındaki yaklaşımlarda kendisini ortaya koymaktadır. Ancak şunu ifade etmekte fayda var, nefsin güçleri ve bunların orta yola ulaştırılması düşüncesi genel kabul görmüş bir düşüncedir.

3. KİNDİ VE NEFS ANLAYIŞI

İslam felsefe geleneğinde insanın bu dünyadaki eylemlerini anlamlandırabilmesi noktasında nefsin çok büyük önemi olduğunu zikretmiştik. Nefsin mahiyeti ve insan hayatı ile olan irtibatı netleştirilmediği takdirde incelenen filozofun düşünce sistemini anlamak da mümkün olmayacaktır. Nefis, Kindî'nin anlayışında da insanın kemal mertebeyi elde etmesi, bu dünyada ve ahrette mutlu olmasının temel sebebidir. Bu nedenle de gerek kozmoloji, gerek ontoloji gerekse eskatoloji sahasında müracaat edilen en önemli kavramlardan birisi olarak dikkat çekmektedir.¹²¹

¹¹⁷ 89/Fecr Suresi, 27-28

¹¹⁸ 75/Kıyame Suresi, 2

¹¹⁹ 12/Yusuf Suresi, 53; Gazali, *İhyâu Ulumu'd-Din*, c. 3/1, s. 10, 11; Uyanık, Akyol, "Hakkın ve Hayrın Bilgisine Sahip Olmak Muhsini Tavrı", s. 10; Uyanık, Akyol, *İslam Ahlak Felsefesi*, s. 245, 246.

¹²⁰ Gazali, *Munkız min'ed-Dalal*, çev.: Hilmi Güngör, MEB. Yay., İstanbul 1990, s. 36, 56, 57; Uyanık, Akyol, *İslam Ahlak Felsefesi*, s. 160.

¹²¹ İslam Felsefesinde nefis tasavvuru için bkz.: İbn Sina, *Kitabu'l-Hudûd*, s. 30, 31, 32, 33; Atay, "Nefis", s. 3; Akyol, "Fârâbî ve İbn Sînâ'ya göre Meâd Meselesi", s. 126, 127, 128.

Kindî, nefsi tanımlarken “canlılık yeteneği bulunan ve organı olan tabii bir cismin tamamlanmış hali” ifadelerini kullanır. Nefis; basit, şerefli ve yetKindir. Güneş ışığının güneşten gelmesi gibi, onun cevheri de şanı yüce Yaratıcıdan gelmektedir. Yapısının şerefli oluşundan ve bedende açığa çıkan arzu ve öfke güçlerine zıt bir karaktere sahip bulunuşundan anlaşıldığı üzere bu nefis, cisimden bağımsız ve ona aykırı, cevheri de ilahi ve ruhani kabul edilir. Bu anlamda nefis, kendiliğinden hareket eden akli bir cevher olup birçok güce sahip kabul edilmiştir.¹²²

İnsanın bu dünyadaki durumunun belirleyicisi de nefsin maddi alemin tabiatına zıt olmasıdır. Nefis, bu âlemde var olduğunu andan itibaren beden hapisanesine mahkûm olmuş kabul edilir. Bu hapisaneden kurtulmasında tek geçer yol ise, nefsin kemal mertebeye ulaştırmak için gayret göstermektir. İnsanın üzüntü ve mutlulukları da nefsin kemal mertebeye ulaşması noktasındaki vesileler olarak nitelenebilir. Kişi doğuş anından itibaren hüznün ve mutluluk durumlarını sürekli olarak yaşar, eğer doğru çıkarımlar yapabilirse, bu dünyada mutlu ve huzurlu bir yaşamın nasıl olması gerektiği ile ilgili bir karakter ve tutum oluşturma imkânına sahip olacaktır. Eğer eylemlerini gerçekleştirirken akıl ve muhakeme gücünü kullanmaz ise, o zaman bu dünyada mutlu olmasının imkânı kalmayacağı gibi ebedi âlemde de mutlu olmasının imkânı ortadan kalkacaktır. Kindî'nin bu risalesi de kişinin yaşadığı üzüntü ve mutluluklarının gelişimindeki etkisini ve nasıl yönetilmesi gerektiği ile ilgili önemli çözüm önerileri sunmaktadır. Ancak bu önerileri anlayabilmek için filozofun nefis tasavvurunun iyi analiz edilmesi gerekmektedir.

Kindî'nin nefis ile ilgili değerlendirmeleri kadim felsefede Aristoteles ve Platon'un görüşlerinden mülhemdir. Kindî, nefis konusunda yaptığı değerlendirmelerinde Aristoteles'in nefsin, fonksiyonunu cisimlerde gösteren basit bir cevher olduğunu, Eflatun'un ise, nefsin cisimle birleştiğini ifade ettiğini belirtir. Bu birleşme cirimleri birbirine bağlayarak etkisini göstermektedir. Kindî, burada cirim ile cisim arasındaki farka dikkat çekildiğini vurgular, buna göre, oluş âleminde arazları taşıyan maddi cevherlere cirm, felek gibi varlıklara da cisim adını vermiştir. Kindî, bu iki görüşün birbirinden farklı olduğu zannının yaygın olduğunu ancak ikisinin de kabul ettiği tanıma göre, “Nefis; eni, boyu ve derinliği olmayan bir cevherdir.” Aynı şekilde

¹²² Kindî, “Tarifler Üzerine”, s. 179; a.g. mlf., “Nefis Üzerine”, s. 244, 251.

Kindî'ye göre, iki filozofun da “Nefis fonksiyonlarını cisimde ve cisimle gerçekleştirir; bu durum cismin cirmle ittisali gibi değildir” dediğini ifade eder.¹²³

Burada nefis ile ilgili olarak Kindî'nin amacı; nefsi, cismin tabiatından ayrı tutabilmektir. Eğer nefis cismin tabiatından ayrılmadığı takdirde, nefsin de oluş ve bozuluş âleminin bir unsuru olduğu ve diğer cismani varlıkların tabii olduğu şartlara tabii olduğu sonucu çıkacaktır. Kindî, bu hususu özellikle vurgulayarak nefsin kâmil olma noktasındaki yeterliliğini de korumaya çalışmıştır. Çünkü maddi tabiata sahip şeyler oluş ve bozuluş âlemine tâbi varlıklardır.

3.1. Nefis ve Niteliği

Kindî'nin nefis konusundaki tanımlamaları da Platon ve Aristoteles'in tanımlarından mülhemdir. Kindî tarafından nefis, “canlılık yeteneği bulunan ve organı olan tabii bir cismin tamamlanmış hali” olarak tarif edilmektedir. Bir diğer tanımda ise, “nefis, bilkuvve canlılığa sahip olan tabii cismin ilk yetkinliği” olarak tarif edilmiştir. Bir diğer tanımda ise, “nefis, kendiliğinden hareket eden akli bir cevher olup birçok güce sahiptir” denilmiştir. Nefsin genel karakteristik özelliklerine bakıldığında onun “basit şerefli, yetkin ve değerli” bir varlık olduğu ifade edilmiştir. Nefsin varlığı, güneş ışığının güneşten gelmesi gibi varlığı yaratıcıdan gelmektedir. Bu nedenle de nefis, insanların kemal mertebeye ulaşmalarındaki en önemli etkidir. Burada nefsin akli bir cevher olarak varlığı devamlı bir tabiata sahip olduğu vurgusu öne çıkar.¹²⁴

Bu noktada nefsin akıl melekesini nasıl kullanacağı önem arz etmektedir. Zira insan, akıl ve muhakeme gücünü ne ölçüde kullanırsa o ölçüde yetkinlik makamına yaklaşacaktır. Bu noktada insanın hayatına yön veren, aklına ve muhakeme gücene disiplin kazandıran unsur ise, felsefedir. Çünkü felsefe, kişinin hayatını anlamlandırma çabasıdır. Kindî'ye göre, insan sanatlarının değer ve mertebe bakımından en üstünü felsefedir. Felsefe, “insanın gücü ölçüsünde varlığın hakikatini bilmesi” olduğundan, felsefeyle insanoğlu, hakikatin/gerçeğin bilgisini yakalayacak, davranışlarında ise

¹²³ Kindî, “Nefis Üzerine Kısa Birkaç Söz/Fi'n-Nefs Muhtasar Veciz”, *Felsefi Risaleler içinde*, met. ve çev.: Mahmut Kaya, Klasik Yay., İstanbul 2014, s. 251, 252.

¹²⁴ Aristoteles ve Platon'un nefis anlayışı ile ilgili bkz.: Platon, *Devlet*, s. 356, pn.: 611; a.g. mlf., *Timaios*, s. 56; pn.: 46; a.g. mlf., *Gorgias*, çev.: Reyhan Erben, Meb. Yay., İstanbul 1997, s. 105; pn.: 507; Aristoteles, *Anima/Ruh Üzerine II*, Ara Yay., s. 64, 65, pn.: 426; Cevher Şulul, *Kindî Metafiziği*, s. 105, 106; Kindî, “Tarifler Üzerine”, s. 179; a.g. mlf., “Nefis Üzerine”, s. 244.

sürekli eylem halinde bulunmak yerine, gerçeğin bilgisine göre davranmayı kendisine şiar edinecektir. Dolayısıyla Kindî'nin düşünce tasavvurunda felsefe, nefsin disipline edilmesinden başka bir şey değildir. Bu bağlamda felsefeyi, akli, ruhi ve ahlaki etkinlikler alanında insanı disiplin altına alıp olgunlaştıran bir bilgi dalı olarak görür. Bu tanımlardan da anlaşılacağı üzere filozof, felsefe ve ahlak arasındaki ilişkiyi gerçeğin bilgisinin insanın davranışlarına olan etkileri olarak kurgular.¹²⁵

Burada esas olan kişinin öncelikle gerçeğin bilgisine vakıf olması, daha sonra bu bilgiye göre davranmasıdır. Eğer insan, gerçeğin bilgisine göre davranırsa, eylemleri de buna uygun olarak ahlaki karakterde olacaktır. Bu nedenle de felsefenin teorik ve pratik kısmının birbiriyle uyum içinde olması gerekmektedir. Bunu sağlayan ise, hikmet ilimlerine dair araştırma ve incelemelerdir.

Felsefeyi sanatların ve hikmetlerin en yücesi olarak gören filozof, kendini bilen, tanıyan insanın, gücü ölçüsünde ebedi ve külli olan varlıkların mahiyet ve hakikatini bilebileceğini söyler. Bu, bir diğer felsefe tanımı olan, insanın gücü yettiği ölçüde Allah'ın fiillerine benzemeye çalışması etkinliğini ortaya çıkarır. Böyle olunca felsefe; akli, ruhi ve ahlaki etkinlikler alanında insanı disiplin altına alıp olgunlaştıran bir bilim dalı olarak ortaya çıkar. İnsanın nefsini disipline etmesi demek, onun bir ahlak felsefesi geliştirmesi anlamına gelir. Bunu gerçekleştirebilen insan; hikmet, şecaat, iffet, adalet, iyilik, güzellik ve gerçeklik gibi ilahi erdemleri edinmiş kâmil insandır. İnsanın gücü yettiği ölçüde Allah'ın fiillerine benzemesinden kasıt da budur. Kindî'nin “ölümü önemsemek” şeklindeki felsefe tanımı da burada daha iyi anlaşılır, çünkü tabii ve iradi olarak iki şekilde incelenen ölümün önemli olan kısmı ikincisidir, yani insanın nefsinin arzu ve isteklerine iradi olarak engellemesidir. Çünkü erdemli/faziletli bir hayatın yolu bu arzu ve istekleri öldürmekten geçer. Bu anlamda felsefenin pratikteki yararı, insana ahlaki erdemleri kazandırmasıdır.¹²⁶

Nefsin bilgi edinmesi, onu kâmil insan mertebesine taşıyacaktır. Bir de bunun tersi durum söz konusudur. Yani insanın bedensel hazlara ve isteklere meylederek, daimi olanın peşini bırakması, bu da kişinin ilahi olanı anlamasını engelleyecektir. Kindî'ye göre, insanların kendisine tanınan sınırlı süre geçtikten sonra leşe dönüşecek

¹²⁵ Kindî, “İlk Felsefe Üzerine”, s. 1; Uyanık, Akyol, *İslam Ahlak Felsefesi*, s. 124, 125.

¹²⁶ Kindî, “Tarifler Üzerine”, s. 66, 67; Kaya, a.g. mad., s. 46, 50.

olan yeme, içme ve cinsi münasebetten elde edilecek zevke düşkünlüğü varsa; bu, onun akli nefsinin değerli şeyleri bilmesinden alıkoyacak ve onun artık Yaratıcıya benzemesine imkân kalmayacaktır. Bu nedenle kişi, bu dünyadaki eylemlerini gerçekleştirirken, bedensel isteklerden nefisini kurtarmalı, yaradılış amacına uygun hale getirmelidir. Nefis, bedenle birlikteyken şehvi arzularını terk eder, kirlere temizlenir, varlığın hakikatini bilme konusunda çok düşünür ve araştırırsa, o Yaratıcının nurundan bir formla birleşecektir. Nefis, bunun aksine cismani hazlara ve maddi âleme dalarsa, Kindî'ye göre, paslı ve kirli demektir, bu da onun son derece cahil olduğunu göstermektedir, dolayısıyla onda bilgi formları ortaya çıkmaz. Ancak temizlenip arınırsa parlar.¹²⁷

İlk Meşşai filozof olarak da nitelenen Kindî, bilginin kaynağına ilişkin olarak duyu algıları, akıl, sezgi ve vahiy üzerinde durur. Filozof, bu konudaki görüşlerini temellendirmek üzere varlığı, tikel (cüzi) ve tümel (külli) diye başlıca iki kısımda değerlendirir. Duyu organları, tikel varlıklar hakkında bilgi verirken; akıl, tümel alanın bilgisini kazandırır. Kindî, nefsin olgunlaşmasını ve bir takım bilgilerle ahlakını düzeltmesini epistemolojik bir temele bağladığından özellikle bilgi anlayışının incelenmesi gerekmektedir. Eğer insan, doğru bilgi sahibi olursa, yanlışlıklardan, hatalardan da beri olacaktır. Yani üzüntüden de uzaklaşacaktır.

Bu nedenle İslam filozoflarının üzüntü ve mutluluk ile ilgili üzerinde önemle durdukları hususlardan bir tanesi de bilgi meselesidir. Bu nedenle olsa gerek çalışmalarına öncelikle mantık ilmiyle başlarlar. Mantık, kişinin iyi ve doğru bilgiyi, kötü ve yanlış olan bilgiden ayırt etmesini sağlar. Bu nedenle olsa gerek kişinin ne kadar bilgi sahibi olursa, o kadar çok üzüntüden kurtulacağını ve mutluluğu elde edebileceğini ifade edebiliriz. Farabi, eğer kişi mantık bilmezse, hangi eylemin doğru hangisinin yanlış olduğunu kavrayamayacağını ve insanın hayatını idare ve idame ettirenken şaşkınlığa düşeceğini ifade eder.¹²⁸

İşte bunun için nefsin olgunlaşması, akletme ve ayırt etme melekesinin geliştirilmesi gerekmektedir. Kişi, aklettiği takdirde eylemlerinin doğru ve yanlış olduğunu anlayabilecek ve bu, onun ayırt etme becerisini kazanmasına vesile olacaktır.

¹²⁷ Kindî, "Nefis Üzerine", s. 245, 246.

¹²⁸ Farabi, *İhsâu'l-Ulûm/İlimlerin Sayımı*, çev.: Ahmet Ateş, MEB. Yay., İstanbul 1990, s. 71, 72.

Burada akletme ve ayırt etmenin üzüntü ve mutluluk ile ilişkisine gelince, birey eğer doğru bilgiler elde edip bunları akletme ve ayırt etme yeteneğiyle düzenlerse, bu durumda kendisini üzecek hadiselerden de kurtulmuş olmaktadır. Kindî'ye göre, insan külli varlıkların hakikatini bilip, bu bildiklerini hakikat doğrultusunda gerektiği gibi kullanırsa burada hikmet, yani bilgelik ortaya çıkacaktır.¹²⁹

Kindî sonrası bunun en güzel örneğini, İbn Sina'nın *İşaretler ve Tembihler* adlı eserinin son kısmında yer alan abid, zahit ve arif tanımlamalarında daha yakından görebiliyoruz. Burada özellikle arif mertebesiyle kişinin düşüncesiyle bilgi düzeylerinin en üstün olanına ulaşması kastedilmektedir. Bu nedenle de bizler eğer varlık içindeki eylemlerimizi günübürlük değişken bilgilere bakarak belirlersek hayatın içinde eksikliklere, psikolojik travmalara açık hale geliriz. Burada yapılması gereken kişinin bilgiyi nasıl kullanacağını ve değişen bilgiyle, değişmeyen bilgiyi nasıl ayırt edeceğini kavramasıdır.¹³⁰

Bu noktada modern dönemdeki mutluluk, üzüntü ve bilgi konusundaki yaklaşımlara bakarsak, İslam felsefe geleneğinde ifade edilenden farklı bir açıklama biçimi getirildiğini görürüz. Yukarıda da ifade edildiği üzere İslam filozoflarına göre bilgi ile mutluluk arasında çok yakın ilişki vardır. Modern dönemde bilginin, akletmenin insanların sorunlarını çözmekten çok onları genel kabullerin dışına çıkaracağı için daha fazla sorunlu duruma düşüreceği ifade edilmiştir. Gerek İslam felsefesindeki kelami yaklaşımın gerekse günümüzde felsefe konusunda ortaya çıkan bu bakış açısı, felsefeyle uğraşmanın kafa karışıklığı getireceği iddiasını gündeme taşımıştır. Bu söylemler esasında geleneksel dönemdeki felsefe algısının kavranamamasından, pozitivist ve materyalist bir bakış açısının merkeze alınmasından ortaya çıkmıştır. Kindî de dâhil olmak üzere İslam filozofları felsefeyi tanımlarken özellikle varlığın hakikatini bilmek olarak tanımlarlar, bu tanıma göre, kişi bilgi edindikçe, düşündükçe varlığı kavrayacak ve karşılaştığı olayların yaratıcının sistemi

¹²⁹ Kindî, "Akıl Üzerine/Fi'l-Akl", *Felsefi Risaleler içinde*, met ve çev.: Mahmut Kaya, Klasik Yay., İstanbul 2014, s. 266; a.g. mlf., "Taripler Üzerine", 187; a.g. mlf., "Üzüntüyü Yenmenin Çareleri", s. 306; Razi, *Ruh Sağlığı*, s. 68; Farabi, *es-Siyasetü'l-Medeniyye*, çev.: M. S. Aydın, A. Şener, M. R. Ayas, Büyüyen Ay Yay., İstanbul 2012, s. 37; İbn Miskeveyh, *Ahlaki Olgunlaştırma*, s. 24, 25; Uyanık, Akyol, *İslam Ahlak Felsefesi*, s. 200, 203, 238; Aygün Akyol, "İslam Ahlak Felsefesinde Değerler Eğitimi –İbn Miskeveyh Merkezli Bir Okuma-, *Muhafazakâr Düşünce Dergisi*, yıl: 9, sayı: 36, Nisan, Mayıs, Haziran 2013, s. 51.

¹³⁰ İbn Sina, *İşaretler ve Tembihler*, s. 182; İslam felsefesinde bilginin değişmesi konusuna ilgili olarak bkz.: Aygün Akyol, *Şehristâni'nin Filozoflarla Mücadelesi*, Araştırma Yay., Ankara 2011, ss. 92-114.

içindeki rolü ve kendisinin konumu bakımından değerlendirecektir. Bu nedenle olsa gerek felsefe ile ilgilenmenin akıl sahibi insanlar için farzı kifaye olduğunu zikretmiştir.¹³¹

Kindî'ye göre felsefe insanın ilahi âlemi kavramasını, sözünde ve fiillerinde doğru olanı yakalamasını sağlayacak en önemli unsurlardan biridir. Kindî'nin felsefenin sonucu olan bilgi ve bunun dış dünyaya yansımaları olan davranışla ilgili zikrettiklerinin gereğini, kendi dönemindeki felsefe muarızlarına karşı aldığı tavırda da görmekteyiz. Bu felsefe tanımının içeriğinden hareketle yapılmaktadır. Kindî'ye göre, ilahiyat, vahdaniyat ve ahlak bilgisi; hatta tüm yararlı olan şeylerin ve yararlıyı elde etmeye vesile olan her şeyin bilgisi ile tüm zararlılardan sakınma ve korunmaya ait bilgiler, varlığın hakikatının bilgisi çerçevesinde değerlendirilir. Kindî, peygamberlerin getirdiklerinin de bu tür bilgilerden oluştuğunu ifade etmektedir. Peygamberler de Allah'ın birliği, ahlaki faziletlerin gerekliliği ve fazilete aykırı olan reziletlerin terk edilmemesinin gereğini ifade etmişlerdir. Bundan dolayı filozofun felsefeden anladığı şey, bütünüyle ahlakla da alakalı olarak kurgulanmaktadır.¹³²

Kindî, peygamber tarafından getirilen hakikatlerin hepsinin aklın verilerinde mevcut olduğunu, bu gerçeği inkâr etmek içinse akıldan yoksun olmak ya da cehalete duçar olmak gerektiğini belirtir. Bu nedenle de kişinin felsefe öğrenimiyle kazandığı bilgiler, onun tutum ve davranışlarını övgüye layık bir şekle sokacaktır. Bu, hem dinin insanlardan istediği mutlu ve huzurlu bir hayat algısını hem de felsefenin ortaya koyduğu hayat algısının birlikteliğini gerektirmektedir.¹³³

Bu nedenle de felsefe ve hikmet ilimleriyle nefsinin aydınlatılmış, ahlakını düzeltmiş, nefsinin ıslah etmiş bir kişinin ulu bir ağaç veya büyük bir balık, yılan, su kaplumbağası, fil ve benzeri hayvanları gördüğünde hayranlık duyacağını belirtir. Bütün ilginç yönleriyle bu varlıklar Kindî'ye göre, Tanrı'nın kudretinin bir göstergesidir. Bütünüyle kozmik varlığın tam teşekküllü bir canlı gibi tasarlanabileceğini belirten filozof, eski filozofların bazılarının insan için "küçük âlem" ifadesini kullandıklarını

¹³¹ Kindî, "Tarifler Üzerine", s. 67; a.g. mlf., "İlk Felsefe Üzerine", s. 1; Farabi, "Felsefe Öğreniminden Önce Bilinmesi Gerekenler", s. 114; İbn Rüşd, *Faslu'l-Makâl*, çev.: Süleyman Uludağ, Dergah Yay., İstanbul 2004, s. 76.

¹³² Kindî, "İlk Felsefe", s. 5.

¹³³ Kindî, "Göklerin Allah'a Secde ve İtaat Edişi Üzerine/Risale fi'l-İbâne an Sucûdi'l-Cirmi'l-Aksâ", *Kindî Felsefi Risaleler içinde*, met. ve çev.: Mahmut Kaya, Klasik Yay., İstanbul 2014, s. 228, 229.

belirtir. Çünkü kâinatta mevcut olan bütün güçler kendisinde mündemiçtir, bunlar canlılık, büyüme ve düşünme özellikleridir.¹³⁴

Buradan anlaşılacağı üzere, insanın felsefeyle kâinattaki düzeni ve bu düzenin yaratıcısını bilmesi sağlanmaktadır. Bunun sonucu olarak da bilgi buna uygun davranışların kendisinden sadır olmasına sebep olacaktır. Bu bağlamda sorulması gereken sorular şunlardır: Bu bilgi nasıl ve hangi yöntemle elde edilecektir? Kişinin nefisini kemal mertebeye taşımasındaki rolü ne olacaktır?

İlk felsefeye dair bilgilerin elde edilmesi için öncelikle duyuşal ve akli bilgi süreçlerinin sağlıklı bir şekilde kurgulanması gerekmektedir. Aslında tüm bilgi edinme sürecinin sonunda değişmeyen bilgisine ulaşma arzusu vardır. Bu konuda Kindî, Aristoteles'in yolunu izleyerek "İlk Felsefe"yi yani "değişmez ve tümel olanın bilgisi"ni yani "teoria/metafizik" bilgiyi incelemiştir. Bunda deneysel alana ait bilgiler rastlantısallıklar ve düzensiz tikel oluşlar alanına ait olması nedeniyle genel geçerlik sıfatını taşıyamayacağı ön kabulü önemlidir. Bu konuda pek çok İslam filozofu gibi Kindî de değişmeyen bilgisinin elde edilmesi üzerinde durur. Bu da bilginin kaynağı meselesini müzakere etmeyi gerektirir. Bilginin kaynağı konusuna değindiğimizde iki akımın olduğunu görüyoruz. Bunlardan bir tanesi tecrübe ve deneye dayalıdır, diğeri ise, bilginin tecrübeden önce zihinde olduğu anlayışına dayanır.¹³⁵

Kindî'ye göre, insanlara ait algılar ikiye ayrılır. Buna göre bunların birisi maddi olana daha yakın, akli olana daha uzak olandır. Bu gelişmemizin başladığı andan itibaren sahip olduğumuz, tüm cinsimizin ve bizim dışımızdaki çoğu canlıların sahip olduğu *duyu algılarıdır*. Duyu algılarımız, zaman kavramı ve her hangi bir güçlük olmaksızın duyu organının obje ile doğrudan ilişkisi sonucu meydana gelir. Bunun sebebi ise, suje ve obje ilişkisinin sürekli olmaması, objelerin akıcılığı ve hareket türlerinden birinin etkisiyle her an değişikliğe uğramasıdır. Bu değişiklikte azlık, çokluk, eşitlik, eşitsizlik gibi nicelik faktörlerinin; benzerlik, benzemezlik, çok

¹³⁴ Kindî, "Göklerin Allah'a Secde ve İtaat Edişi Üzerine", s. 238, 239..

¹³⁵ Kindî, "İlk Felsefe", s. 126; Aristoteles, *Metafizik*, çev.: Ahmet Arslan, Sosyal Yay., İstanbul 1996, s. 82, 83, pn.: 982ab, s. 190, 191, pn.: 1003b, s. 296, pn.: 1026a; Mevlüt Uyanık, *Bilginin İslamileştirilmesi ve Çağdaş İslam Düşüncesi*, Ankara Okulu Yay., Ankara 1999, s. 70; a.g. mlf., *Felsefi Düşünceye Çağrı*, Elis Yay., Ankara 2012, s.16; a.g. mlf., *İslam Bilgi Felsefesinde Anlaması*, s. 79; Aygün Akyol, "İbn Haldun'un İlim Anlayışında Felsefe ve Tarih Tasavvuru", *Hitit Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi*, c. 10, sayı: 20, 2011/2, s. 51, 52.

şiddetlilik, az şiddetlilik gibi nitelik unsurlarının da etkisi vardır. Zira zaman, daimi bir zeval ve sürekli bir değişim içindedir.¹³⁶

Duyu algıları tasarlama/musavvira gücünde oluşur, tasarlama gücü de onları hafızaya ulaştırır. Böylece duyu algıları canlının zihninde kavram olarak yer alır. Her ne kadar bunlar akli kavram olmaktan uzak ve onun verileri gibi değişmez değillerse de suje ve obje ilişkisi sonucu algılandıkları için duyu organına bağımlıdırlar. Duyu algılarına konu teşkil edenlerin hepsi daima madde ve her zaman cisim durumundadırlar. Kindî, insana ait algıların diğerinin *akli algılar* olduğunu ifade eder. Bunlar akli kavramlara daha yakın, maddi olana daha uzak olandır. Bu, aklın algıları olarak nitelenir. İnsan algısı iki kısım üzeredir, çünkü varlık külli/tümel ve cüzilerden/tikellerden oluşur.¹³⁷

Kindî'nin akıl konusunda müstakil bir risalesi de vardır. Bu risalesinde Aristoteles tarafından ortaya konulan akıl tasavvurunu inceler. Burada kişinin akli melekesinin nasıl üst mertebelere ulaşacağı detaylı bir şekilde incelenir. Bunun temeli de nefsin sureti algılamasıyla oluşur. Nefis; sureti algılayınca, o artık nefistedir. Bu şekilde nefis bilgi edinmiştir. Çünkü o nefiste güç halinde bulunmaktadır. Nefis, onu kullanmaya başladığında güç halinden fiil haline geçer. Nefis akli kullanmaya başladığında ise, suret nefisle birleşir. Yani güç halinde bulunan şey fiil haline geçmiş olur. Nefis varlığın türlerini bilen akli ise, sürekli fiil halinde olan faal akıldan almıştır. İlk akıl verici nefis ise alıcıdır. Çünkü nefsin akletmesi güç halinde ilk aklın ise fiil halindedir. İnsan, nefis ve akıl ilişkisini kavradığında aklının faal akıldan bir takım bilgileri elde etmesine de katkı sağlar. Bu, kişinin hikmet ilimlerini elde etmesine ve üzüntüden kurtulmasına da temel bir unsur teşkil etmektedir.¹³⁸

Kişi duyu bilgisinden akli olan bilgilere yükseldiğinde değişmeyi yakalama imkânına sahip olacaktır. Bu insanın nefisini eğitmesini ve bu sayede hem bu dünyada hem de bundan sonraki âlemde huzur ve mutluluğu elde etmesine vesile olacaktır. Burada önem arz eden husus ise, değişmeyen bilginin bilgisine vakıf olabilmektir. Bu sağlandığı takdirde insan hayat içerisinde karşılaştığı bir takım zorlukları suhuletle

¹³⁶ Kindî, "İlk Felsefe Üzerine", s. 7.

¹³⁷ Kindî, "İlk Felsefe Üzerine", s. 7, 8.

¹³⁸ Kindî, "Akıl Üzerine", s. 150, 151.

kabul edebilecek, bu dünya hayatı sonrası durumlar hakkında bilgi sahibi olacağı için bunlarla baş etmeyi başarabilecektir.

Görüldüğü üzere, geleneğimizde insanların mutluluğu nasıl elde edeceklerine dair bir usul gösterilmiştir. Günümüzde modern dönemin öngördüğü yaşam tarzının, bu konudaki çaresizliğe çözüm üretmediği ifade edilmektedir Yaşadığımız yüzyılda insanlar depresyona giriyor. Sonra da tedavi oluyorlar, ama mutlu olmak depresyondaki birinin tedavi olmasından daha farklı bir durumdur. Bu gözden kaçırılıyor. Artık günümüzde insanın mutlu olmasının sadece ilaç ve tedavi ile olmayacağını, bunun bütüncül bir çerçevede ele alınması gerektiği gerçeğini kabul edilmektedir. Bu nedenle de insanın mutluluğu elde etmesinin hayattan zevk almasına, ailesinden, işinden memnun olmasına bağlı olduğu belirtilmektedir. Aslında tüm bunlar kişiye geleneksel bilgi aktarımıyla, ahlak ve din tasavvuruyla sağlanıyordu. Ancak bu bilgi aktarımı, günümüzün getirdiği şartlar sebebiyle kopukluklara maruz kalıyor. Bu noktada çözüm ortaya konulmak isteniyorsa, insanın hayatı huzurlu ve mutlu devam ettirebilmesi için kendisinden önce sağlanan tecrübeleri alması sağlamalı, bilginin kuşaklar arası aktarımı öncelenmelidir. Yoksa öğrenmedeki en zahmetli yol olan deneme yanılma ile insan hayatını düzenlerse, elde edeceği sonuçlar onu hüsrana uğratabilir.¹³⁹

3.2. Nefis ve Ahlak

Ahlak kelimesi, halk/hulk teriminin çoğuludur. Ahlak kavramının sözlük anlamına baktığımızda, insanın tabiatı, yaratılış, huy ve seciyesi gibi anlamlar verildiğini görürüz. Bu nedenle Müslüman filozoflar, nefiste yerleşmiş olan yatkınlıklara ahlak der, bu yatkınlıklar sayesinde fiiller, eylemler nefisten herhangi bir fikri veya iradi güçlüğü gerek duymasızın sadır olur. Eğer bu yatkınlıklar iyi olursa, nefisten faziletler; kötü olursa reziletler ortaya çıkar. Bu nedenle ahlak ilmi, insanın davranış tarzı, tutum ve tavrı, bir cemiyette makbul ve iyi sayılan davranış kurallarını inceler. İnsan ruhunun yetilerini olması gereken gerçek değerine ve mükemmelliğe sevk eden ilkelerden bahseder. Bu bağlamda nefis hakkında bilgiler vererek, nefsi

¹³⁹ Tarhan, *Duyguların Psikolojisi*, s. 106.

kendisinden erdemli eylemler ortaya çıkacak şekilde terbiye etmek de ahlak ilminin meselelerine dâhildir.¹⁴⁰

Nefis ve ahlak ilişkisi, nefsin kâmil mertebeye ulaşmasıyla ahlaken üstün bir konuma gelmesini de sağladığından çok önemlidir. İslam felsefe geleneğinde nefsin rolü, sadece bu âlem ile ilgili bir tasavvur olarak karşımıza çıkmaz, nefse insanın varlık ve değer dünyasını anlamlandırması noktasında önemli görevler yüklenmiştir. Ancak üzerinde en çok durulan hususlardan birisi nefsin ahlak üzerindeki etkisidir. Burada nefsin nasıl olgunlaştırılacağı ve yetkin bir mertebeye getirileceği sorun edinilir ve bununla ilgili çözüm önerileri ortaya konulur. Bunlar ameli felsefe olarak tarif edilen birey, aile ve siyasetten oluşan yapının nasıl bir kurgu içinde olması gerektiğini de içine alan bir tartışma alanı ortaya koyar.

Bu noktada esas olan ise kişinin neyi seçerek iyiyi elde edeceğini, ne yaparsa doğru davranış biçimini ortaya koyabileceğini, ne isterse mutlu ve huzurlu bir yaşam elde edebileceğini akıl ve muhakeme gücüyle nefesine kabul ettirmesidir. Tüm bu sorular ve cevapları aslında nefsin kendisini tanıması ve beklentileriyle ilgili durumlardır. Bunun için insanın öncelikli olarak yapması gereken şey, nefsin terbiyesini ve ıslahını gerçekleştirmektir.¹⁴¹

İnsanoğlu varlığını bir bütün olarak kavradığı takdirde bu dünyada huzuru ve mutluluğu elde etmesi mümkün olacaktır. Eğer akıl ve muhakeme gücü bu dünya üzerindeki eylemlerini anlamlandıramaz ise, kişi ruhsal huzursuzluklardan kurtulamayacak ve üzüntü kişinin peşini bırakmayacaktır. Bu dünyada mutlak anlamda üzüntüden kurtulmak mümkün değil, bunu tezimizin ileriki bölümlerinde de açıklayacağız. Ancak kişi, varlığını anlamlandırmayı becerebilirse, ortaya çıkan üzüntü ve keder durumlarının bu dünyanın tabiatından olduğunu kabullenmesi de kolaylaşacaktır.

¹⁴⁰ İbn Manzur, *Lisânu'l-Arab*, c. 10, s. 85; İbn Miskeveyh, *Ahlâkı Olgunlaştırma*, s. 36; Gazali, *İhyâu Ulumu'd-Din*, c. 3/1, s. 125; Tusi, *Ahlak-ı Nasrı*, çev.: Anar Gafarov, Zaur Şükürov, Litera Yay., İstanbul, 2007, s. 87, 88; Şeref, *Ahlak İlmi*, s. 17; Mustafa Çağrı, "Ahlak" mad., *İA.*, TDV Yay., İstanbul 1989, cilt: 2; s. 1, Mehmet Aydın, "Ahlak mad.", "Felsefi Ahlak", *İA.*, TDV Yay., İstanbul, 1989, cilt: 2, s.10; Recep Kılıç (edit.), *Din ve Ahlak Felsefesi*, Ankuzem, İlitam, Ankara, 2007, s. 173; Uyanık, Akyol, *İslam Ahlak Felsefesi*, s. 35, 36.

¹⁴¹ Uyanık, Akyol, *İslam Ahlak Felsefesi*, s. 37.

Kindî'nin bedeni, nefsin hapishanesi olarak gördüğünü ifade etmiştik. Bu nedenle nefsin bedenini maddi ilintilerden ayrıldıktan sonraki durumuyla ilgili yapılan değerlendirmeler önemlidir. Kindî'ye göre, eğer nefis arınırsa, uykuda ilginç rüyalar görür, bedenden ayrılmış nefisler onunla konuşur. Yaratıcı nurundan ve rahmetinden ona verir. Bu durumda nefiste ahlaki arınma gerçekleşecek, maddi hazlardan uzaklaşacak ve kendisinde yeme, içme, evlenme, duyma, görme, koklama ve dokunma duyularının verdiği lezzetin üstünde sürekli bir zevk duyacaktır. Kindî'ye göre, duyu organlarının verdiği hazlar, kirli duyu hazları olarak kabul edilmektedir ve yerlerini sıkıntıya bırakırlar. Nefsin asıl ait olduğu, yönelmesi gereken hazlar ise, ilahi, ruhani ve meleklere has lezzetlerdir, yerlerini en büyük şerefe bırakacaklardır.¹⁴²

Kindî'nin ahlak tasavvurunun temel dayanağı, nefsin bedensel isteklerden uzaklaşarak yetkinliğini elde etmesine, yani kemal mertebeye ulaşmasına bağlıdır. Filozofa göre, aldanmış, bahtsız olan kişi, cahillerin tevessül edeceği duyu lezzetleriyle yetinen ve onlara kavuşmayı en büyük amaç edinen kimsedir. İnsanlara bu noktada uyanık olmak düşmektedir. İnsanlar, bu âlemden bir arabanın geçitten geçtiği gibi geçer giderler, uzun süre kalmazlar. Burada farkında olmamız gereken en önemli şey, bizlerin Yüce Yaratıcının nurani varlığını görmemizi sağlayacak olan şey duyu gözü değildir, bunu sağlayacak olan insandaki akıl gözüdür.¹⁴³

Kişinin ahlakı mutluluğuna ve üzüntüsüne de etki edecektir. Eğer yanlış bir hayat tasavvuruna tâbi ise, bu insan, bedensel isteklerinin ve behimi duygularının peşinden gideceği için doymak bilmez bir yapıya yönelecektir. Bedensel hazlar ve istekler insanın sürekli olarak isteyeceği birisini elde ettiğinde bir diğerine koşacağı, işin kötü tarafı ise, tüm bunların neticesinde mutluluğu da elde edemeyeceği bir yapı ortaya çıkaracaktır. Bu nedenle de kişinin ahlaki karakterini değişmez olana, yani nefsinin kemal mertebeye ulaştırılmasına yöneltmesi gerekmektedir.

Kindî, nefis için önerilen yolu bir ahlak tasavvuru olarak sunar, buna göre, kişi kirlerden temizlenince, onun nefsi gaybı ve gizli şeyleri bilecek derecede parlaklık kazanır. Nefsin bu gücü, Tanrı'nın gücüne yakın bir benzerlik gösterir. Çünkü nefis, bedenden ayrılıp soyutlanınca kendi âlemine intikal edecektir. İnsanın bu âlemden

¹⁴² Kindî, "Nefis Üzerine", s. 246, 247.

¹⁴³ Kindî, "Nefis Üzerine", s. 247, 248.

sonraki âlemle ilgili durumunun bu kadar belirgin bir şekilde izah edilmesine rağmen, ahlaki öğelerden yüz çevirerek yaratıcısından uzaklaşması filozof tarafından şaşkınlıkla karşılanır.¹⁴⁴

Kindî'nin Eflatun, Pythagoras ve Aristoteles'ten mülhem oluşturduğu nefis ile ilgili fikirleri, İslam inanç esaslarıyla da çelişmeyecek şekilde kurgulanmıştır. Bunlar bir bütün olarak görülmüş ve insanın gerçek mutluluğunu elde etmesi konusunda önerilerde bulunulmuştur. İnsanın ahlaki faziletleri elde etmesi için unutulmaması gereken, bu âlemdeki kalışının kısa süreli bir durum olduğu, asıl olanın ise ebedi âlem olduğunun bilincine varmasıdır.¹⁴⁵

Nefsin ahlaki olgunluğa ulaşması konusunda müzakere edilecek en önemli unsur, nefsin güçleridir. Zira mutluluk ve üzüntü nefsin güçlerinin yönetimiyle alakalı bir durum olarak karşımıza çıkar. Kindî, nefsin güçleri konusunda Platon tarafından zikredilen üçlü tasnifi benimsemektedir. Hatırlanacağı üzere, Platon nefsin güçlerini *düşünme*, *öfke* ve *şehvet* olarak nitelemiş; bunların ifrat ve tefritten uzak bir şekilde itidalle/adaletle orta yolu bulmaları neticesinde ise, bunların *hikmet*, *şecaat* ve *ıffete* dönüşeceğini belirtmektedir. Platon bu erdemlerin devletin ve doğru yönetimin temel esasları olarak zikretmektedir.¹⁴⁶

Kindî, bu konudaki görüşlerini sadece nefsin mahiyetini tartıştığı *Nefs Üzerine* isimli risalesinde zikretmemiş, *Risale fi'l-Hudûd* adlı risalesinde de zikretmiştir. Kindî'nin bu konudaki dördü tanımlaması, *Hikmet*, *Necdet*, *İffet* ve *İtidal* olarak karşımıza çıkmaktadır. İnsanın mutlu ya da hüzünlü olmasının temelinde de bu üç güç merkezi bir konuma sahiptir.

Kindî'ye göre hikmet, düşünce gücünün düzgün kullanımı sonucu ortaya çıkan bir erdemdir. Bu noktada her hikmet sahibinin bilen olduğunu, ancak her bilenin hikmet sahibi olmadığını ifade etmemiz gerekiyor. Çünkü yöntemsiz ve sistemsiz bir bilgi malumat yığından başka bir anlama gelmez. Hikmet sahibi kişi, sahip olduğu bilgiler arasında bir denge ve düzen sağlayan ve bunların neticesinde de sağlıklı sonuçlar elde

¹⁴⁴ Kindî, "Nefis Üzerine", s. 249.

¹⁴⁵ Kindî, "Nefis Üzerine", s. 249, 250

¹⁴⁶ Platon, *Devlet*, s. 125, 126, pn.: 428ab; a.g. mlf., *Lakhes*, çev.: N. Şazi Kösemihal, MEB. Yay., Ankara 1997, s. 24, 25, 27, pn.: 192ed, 193d; Uyanık, Akyol, *İslam Ahlak Felsefesi*, ss. 72-76.

edebilen kişidir. Eğer sahip olunan bilgiler kişiyi doğru sonuçlara ulaştırmıyorsa, bu kişi hikemi bilgilerden uzaklaşmış olmaktadır. Bu anlamda Kindî tarafından zikredilen hikmet tanımında öne çıkan yön, külli varlıkların hakikatini bilme ve bu bilgiyi hakikat doğrultusunda gerektiği gibi kullanmaktır.¹⁴⁷

İslam filozofları bu nedenle olsa gerek kişinin sağlıklı bir akıl ve muhakeme kabiliyetinin gelişmesi noktasında mantık ilminin çok önemli olduğunu vurgulamışlardır. Bu nedenle Farabi, *İhsâu'l-Ulûm/İlimlerin Sayımı* adlı eserinde mantık ilminin akli düzelttiğini, yanlış yapılması mümkün akledilir şeylerde doğru karar vermesini sağladığını vurgulamıştır. Mantık ilmini öğrenen kimse, tercihlerini yaparken doğru ve yanlış ayırt edecek, böylece kararlarını düzgün verebilecektir.¹⁴⁸

Nefsin bir diğer gücü olan şehvetin akıl melekesi vasıtasıyla kullanılmasının neticesinde iffet erdemi ortaya çıkmaktadır. Kindî, iffeti tanımlarken, “bedeni eğitmek için alınması gereken şeyleri edinmek, sonra bunları korumak ve benimseyip uygulamak, buna aykırı olanları yapmamak” şeklinde bir tanım kullanmaktadır. Bu üç hususta ifrat ve tefrite düşmemek erdem olarak nitelenmiştir. Bu insanın bu âlemdeki bedensel varlığını sağlıklı ve ahlaklı bir çerçeveye oturtması için istenen temel unsurdur. Günümüzde iffet denildiğinde cinsel anlamda ahlaksızlık olarak nitelenen şeylerden kaçınmak anlaşılmaktadır. Hâlbuki Kindî tarafından ortaya konulan iffet erdemi, insanın bedensel ve ruhsal sağlığının bir gereği olarak görülmektedir. Bu nedenle de öncelikle kişinin yeme içme, bedensel sağlığı ve ahlaki karakter bakımından üstün bir yapıya sahip olması kastedilmektedir. İffet erdemi kişiyi ahlaksızlıklardan koruyacağı gibi, iffetli bireylerden oluşan bir toplumda da insanlar huzurlu ve mutlu bir yaşam sürdürebileceklerdir.¹⁴⁹

Kindî, insandaki şehvet gücünün zaman zaman insanı bedensel isteklere yönlendirdiğini, fakat akli nefsin bu konuda onun hata ettiğini ve bu halin kendisini bayağı durumlara sürükleyeceğini hatırlatarak engel olduğunu belirtir. Bu da şehvet gücünün nefisten farklı bir durum olduğunun ispatı olarak görülür. Eğer kişi, şehvet gücünün isteklerine kendisini bıraksa, bu durumda nefsi kendisinde bulunan kemal mertebeye ulaşma arzusunun da kaybedecektir. Bedeni istekler arzu gücüyle

¹⁴⁷ Kindî, “Tarifler Üzerine”, s. 187.

¹⁴⁸ Farabi, *İlimlerin Sayımı*, s. 67.

¹⁴⁹ Kindî, “Tarifler Üzerine”, s. 187.

gerçekleştigiinden insanın sağlıklı ve erdemli bir hayat sürdürebilmesi için öncelikle arzu gücünü iffet erdemine dönüştürmesi gerekmektedir.¹⁵⁰

Görüldüğü üzere şehvet gücü de insanın mutlu ya da hüzünlü olmasını gerektiren en önemli unsurlardan birisidir. Eğer insanlar bedenini nasıl kullanacağını bilmezse, sınırsız isteklerine boyun eğecektir. Maddi istekler ise sınırlı ve sonlu olduğundan kişi, hayatını her daim maddi hazları elde etmeye dönük olarak geçirecektir. Kindî tarafından da belirtildiği üzere kişi, kendisini ve isteklerini kontrolü altına alabilirse, yanıştan uzak kalacak ve mutluluğu elde etmiş olacaktır. Üzüntünün en önemli sebeplerinden birisi, kişinin sınırsız isteklerine gem vurmaması, onları serbest bırakmasıdır. Bu, öylesine bir durumdur ki kişi, istek ve arzularını serbest bıraktıkça mutlu olacağı vehmine kapılır, ancak serbest bıraktıkça üzüntüleri kederleri artar ve üzüntüyle yaşamaya başlar.

İnsanın varlığını devam ettirmesini sağlayan temel güçlerden bir tanesi de nefsin öfke gücüdür. Öfke gücü, insanın diğer insanlar arasındaki varlığını tamamlamasını sağlayan temel değerlerin oluşmasını sağlamaktadır. Kişi, öfke gücü sayesinde varlığına yönelik tehditleri bertaraf etmeyi becerebilir. Eğer öfke gücü olmasaydı, insanın kendini koruması ve varlığını devam ettirmesi mümkün olmazdı. Ancak bu, öfkenin kontrolsüz bir şekilde kullanımı anlamına gelememektedir. Kontrolsüz öfke, kişinin kendisinin ve etrafındaki insanların zarar görmesine sebep olacaktır. Bu da ne kişinin kendisine ne de diğer insanlara mutluluk getirecektir. Tüm bu sebeplerle kişinin üzüntü ve mutluluğunun temel sebeplerinden bir diğer unsurunu da öfke gücünü kontrol etmek oluşturur. Kindî’de öfke gücünün nasıl kontrol edileceğine değinmiş, kişinin ruhsal gelişimindeki rolüne ve önemine vurgu yapmıştır.

Kindî, öfke gücünün kontrol edilmesiyle kişide cesaret erdeminin belireceğini vurgular. Bu erdem, şecaat, necdet, yiğitlik olarak da ifade edilir. Kindî’ye göre bu, üstün gelme gücüne ait bir fazilettir. Yiğitlik yapılması gerekeni yapma ve önlenmesi gerekeni önleme konusunda ölümü göze almak olarak tanımlanmıştır. Bu, kişinin bu dünyadaki eylemlerinde onurlu ve ahlaklı bir yaşam sürmesindeki temel unsurlardan birisidir. Kişi, eğer cesaret sahibi olmazsa, şahsına ve onuruna karşı yapılan saldırılara yeterli oranda karşılık veremeyecek, onur ve haysiyetini zedeleyen bir duruma

¹⁵⁰ Kindî, “Nefis Üzerine”, s. 244, 245.

düŖecektir. Eğer öfke gücünü aşırı bir şekilde kullanırsa, bu durumda da insanlara karşı saldırgan, zalim biri durumuna düŖecektir. Bu da kişinin ahlaki karakterinin bozulmasına sebebiyet verecektir. Bunlar Kindî'ye göre, iki kısımdır, ya delice saldırganlık olur ya da korkaklık olur.¹⁵¹

Nefsin öfke gücü bazen insanı tahrik ederek çok kötü işler yapmaya sevk eder, fakat bu nefis ona karşı koyar ve öfkenin yapmak istediğine engel olur veya tıpkı süvarinin sert başlı atı dizginle zapt ettiği gibi, o da insanın kin ve intikam duygusuna kapılmasını önler. Kindî, buradan hareket ederek insandaki öfke gücünün, öfkeye engel olan nefisten farklı bir şey olduğu sonucuna ulaşır. Çünkü engel olan, hiç şüphesiz engel olunandan farklı olmalıdır. Ayrıca Kindî'ye göre, bir şey kendisine zıt olamaz.¹⁵²

İnsanın psikolojik durumunu etkileyen en önemli unsur, hayatına bir denge getirebilmesidir. Bu da filozoflara göre adalet erdemiyle gerçekleşecek bir durumdur. Akıl, şehvet ve öfke güçlerinin itidal/adalet erdemi çerçevesinde kullanılmasıyla kişide bu erdemler ortaya çıkar. Burada insana ait gerçek faziletin ortaya çıkması, biri kendisine ait huylarda diğeri de başkasını ilgilendiren tutum ve davranışlarda ortaya çıkacaktır. Tüm bu hususlarda adalet sağlandığı takdirde faziletler de belirecektir.¹⁵³ Görüldüğü üzere Kindî'nin nefis anlayışı Platoncu anlayıştan esinlenmekte nefsin güçlerinin nefis tarafından akılla yönetimi neticesinde erdeme dönüştürülmesine dayanmaktadır. Bu sağlandığı takdirde nefsin bu dünyada ve bu dünyadan ayrılışı sonrası mutluluğu da elde etmesi sağlanmış olacaktır.

Nefis bedenden ayrılınca âlemde ne varsa hepsini bilir, hiçbir şey ondan gizli kalmaz. Ancak bedeninden kamil bir tabiata ulaşabilmesi için yapması gereken şey, bedeninin isteklerine boyun eğmemek, tam tersine nefisini kamil bir mertebeye ulaştırmaktır. Yukarıda da ifade ettiğimiz üzere Kindî, nefis konusunda Platon'un fikirlerinden etkilenmiştir. Kindî bu konuda Platon'un "bu dünyada kişinin amacı leşe dönüşecek olan yeme ve içme ve cinsel isteklerden zevk almaksa, onun akli nefsinin değerli şeyleri bilmesine ve yaratıcıyı bilmesine yol yoktur" şeklindeki sözlerine yer verir. İfade edildiği üzere kişi, tüm bu istek ve arzulara boyun eğerse, kendi varlığını

¹⁵¹ Kindî, "Tarifler Üzerine", s. 187, 188.

¹⁵² Kindî, "Nefis Üzerine", s. 244, 245.

¹⁵³ Kindî, "Tarifler Üzerine", s. 188.

anlamlandıramayacak ve bu dünyadan ayrıldıktan sonra da mutluluğu elde etmesi mümkün olmayacaktır.¹⁵⁴

Nefsin yetkinliğini kazanması konusunda Kindî'nin atıf yaptığı bir diğer filozof da Phytogaras'tır. Kindî, filozofun şu ifadelerine eserinde yer verir: “Eğer nefis bedenle birlikteyken şehvi arzularını terk edip, kirlerinden temizlenir, varlığın hakikatini bilme konusunda çok düşünür ve araştırırsa, gerçekten o parlaklık kazanır ve Yaratıcı'nın nurundan bir formla birleşir. Temizlik sonucunda kazanmış olduğu parlaklık sebebiyle, tıpkı maddi nesnelerin görüntüsünün parlak aynada belirmesi gibi, varlığın bütün sureti ve bilgisi nefiste belirir. Ayna paslı olursa, hiçbir suret onda belirmeyeceği gibi, akli nefis de bu şekilde paslı ve kirli ise, son derece cahil demektir. Dolayısıyla onda bilgi formları ortaya çıkmayacaktır. Fakat nefis temizlenip arınırsa, o zaman onda bütün bilgi formları belirir. Nefsin parlaklığı arttıkça eşyanın bilgisi onda belirmeye başlar.”¹⁵⁵

Kindî'nin atıf yaptığı ifadelerden de anlaşılacağı üzere, maddi gerçeklik insanın asli görevlerini unutmasına sebep olabilir. Bunun için istenilen, insanın bu konuda uyanık olması, kendisinde bulunan ilahi cevheri gerektiği üzere yönetmesidir. Eğer bunun farkına varmaz ve kendi amacının dışına çıkarsa, maddi gerçekliğin asli olduğu yanılgısına düşecek ve bilmesi ve yapması gerekenlerden uzaklaşacaktır. Bu da kişinin kamil bir yapıya ulaşmasına ve bilgi anlamında da insani bilgi düzeylerinden uzaklaşıp diğer varlıklar mertebesine gerilemesine sebep olacaktır. Bu nedenle kişi nefisine disiplin kazandırma noktasında nefsin güçlerini bilmeli, onların nasıl eğitilip erdemlere dönüştürüleceği hususunda dikkatli olmalıdır.

Kindî'ye göre burada dikkat edilmesi gereken en önemli husus, nefsin hiç uyumadığının farkında olmaktır. Bu görüşe göre, nefis hiç uyumaz, uyku anı onun için duyuları kullanmadığı bir durum olarak ifade edilebilir. Bu nedenle nefis, kendi başına bağımsız değil, bedene hapsedilmiş bir durumdadır. Eğer nefsin uyuduğu kabul edilseydi, rüya gören insanın kendisinin uykuda olduğunu bilmemesi gerekirdi, hatta uykuda gördüğü ile uyanıkken yaşadıklarını birbirinden ayıramaması gerekirdi. Kindî bu konuda Eflatun ve Phytogaras'ın görüşlerini destekleyerek, insanın yüksek derecelere ulaşmasının kirlere temizlenmesiyle olacağını belirtir. Bu anlamda insan

¹⁵⁴ Kindî, “Nefis Üzerine”, s. 245.

¹⁵⁵ Kindî, “Nefis Üzerine”, s. 246, 247.

kirlerden temizlenince, onun nefsi gaybı ve gizli şeyleri bilecek derecede parlaklık kazanacaktır. Nefsin bu gücü, bu anlamda Tanrı'nın gücüne benzerlik arz eder. Kindî'ye göre, nefis bedenden ayrılıp soyutlanınca, kendi âlemine, yani Tanrılık âlemine intikal edecektir.¹⁵⁶

Kindî, nefsin durumunun iyileştirilmesini ahlakla ilişkilendirir. Bu konuda öğüt olarak da “yapıları üzücü şeylere ağlamaya yatkın olanlara, nefisini ihmal edenlere, aldatıcı, bayağı ve basit şehvi arzularını tatminde ileri gidenlere, bu önemli iş üzerinde düşünmeyenlere ve gücü yettiği kadar nefisini arındırmayanlara çokça ağlamalarını söyle! O şehvi arzular ki insana kötülük yaptırarak onun yapısını hayvanlaştırır. Gerçek temizlik beden temizliği değil, nefis temizliğidir. Çünkü bilge ve Yaratıcısına ibadet eden seçkin âlimin bedeni pis kokulu bir şeyle kirlenmiş olsa bile, bilginler şöyle dursun, cahiller katında dahi o bedeni misk ve amberle belenmiş cahilden daha şereflidir. Dünya ve dünyanın bayağı lezzetlerinden uzak durarak Allah'a ibadet edenin faziletlerinden biri şu ki bütün cahiller, -kendisiyle alay edenler- müstesna, onun fazilet sahibi olduğunu kabul eder ve yüceltir, onun hata yaptığını görmek bile cahili mutlu eder. Ey cahil insan! Bu âlemden kalışının sadece bir an olduğunu, sonra gerçek âleme intikal edeceğini ve orada sonsuza kadar kalacağını bilmez misin? Şanı yüce Yaratıcının iradesiyle sen bu dünyada sadece bir yolcusun!” ifadelerine yer vermektedir.¹⁵⁷

Görüldüğü üzere Kindî tarafından zikredilen nefsin güçlerinin insanın varlık âleminde ortaya koyduğu tüm eylemleriyle irtibatı vardır. Bunların en önemlisi ise, ahlak ile olan münasebetidir. Bu; bireyin, ailenin ve toplumun sağlıklı ve huzurlu bir yapıda gelişmesi için büyük önem arz etmektedir. Bu nedenle biz de nefsin ahlak üzerindeki etkisini tezimizin bu bölümünde müzakere edeceğiz.

3.3. Nefis ve Rüya

İnsanın mutluluk ve üzüntüsü sadece dış dünyadan elde ettikleri sebebiyle gerçekleşen bir durum değildir. Dışarıdan gelenler nedeniyle ortaya çıkan duygulanımların yanında kişinin geçmişte yaşadıkları, bilinçaltına ittiği tecrübeleri ve bunun zihinsel yansımaları da bizleri mutluluktan uzaklaştıran, huzursuz kılan şeyler olabilir. Bunun içindir ki Kindî, insanın varlık içindeki rolünü anlamlandırırken

¹⁵⁶ Kindî, “Nefis Üzerine”, s. 248, 249.

¹⁵⁷ Kindî, “Nefis Üzerine”, s. 249, 250.

unutulmaması gereken en önemli hususlardan birisinin nefsin hiçbir zaman uyumadığının bilinmesi olduğunu belirtir. Buna göre, nefis uyumaz; ancak beden uyur, nefis uyumadığı için bu dünyada gerçekleştirdiği eylemlerini beden uyurken de gerçekleştirir. Bu da insanın mutluluk ve üzüntüsünde rüyanın ve bilinçaltının etkisinin müzakeresi gerekmektedir.

Rüya, İslam düşünce geleneğinde önemli bilgi kaynaklarından birisi olarak kabul edilir. Rüyanın işlevsel yapısı Hz. Peygambere gelen vahiyde de aktif bir role sahiptir. Bu noktada nefisini arındıran insanların uykuda ve uyanıkken bir takım bilgilere vakıf olabileceği Kindî tarafından da ifade edilen bir husustur. Biz burada rüyanın bilgisel değeri üzerinde durmak yerine, onun insanın haleti ruhiyesi üzerindeki etkisi, yani mutluluğuna veya üzüntüsüne olan etkisi üzerinde durmak istiyoruz. Kindî'nin *Uyku ve Rüya'nın Mahiyeti* başlıklı risalesi bu konuda önem arz eder.¹⁵⁸

Kindî'ye göre, uyku ve rüya nefisle ilgili bir husustur. Bu konuda görüş beyan etmek için öncelikle nefis cevherini iyi bilmek, çeşitlerini anlamak, onunla ilgili birçok ifadenin yol açacağı karışıklıkların üstesinden gelmek gerekmektedir. Duyu ile akıl, nefsin birbirine uzak güçlerinden iki önemli güçtür. Büyüyen, canlı bir cisim olan insanda duyu ile akıl arasında aracı güçler de vardır. Bu ön bilgiler ve bu güçlerin meydana getirdikleri nefis tarafından anlaşıldığında, uyku ve rüyanın insan üzerindeki etkisi daha iyi anlaşılacaktır.¹⁵⁹

İnsanın hayatı anlaması ve anlamlandırmasında nefsin istifade ettiği unsurlardan birisi de tasarlama/musavvira gücüdür. Kindî, bununla tek tek nesnelere gayri maddi formlarını kazandıran gücü kastetmektedir. Duyu ile tasarlama gücü arasındaki farka bakıldığında, duyu nesnelere formunu maddi nitelikleriyle birlikte verirken; tasarlama gücü nitelik ve niceliğe ait tüm özellikler olmadan nesnenin soyut formunu kişiye kazandırır. Musavvira gücü, hem uykuda hem de uyanıkken fonksiyonunu yerine getirir; ancak etkisini uyanıkken değil uykudayken gösterir. İnsan ne kadar derin düşünür ve duyularını kullanmazsa zihninde musavvira gücü tarafından ortaya konulan

¹⁵⁸ İslam düşünce geleneğinde uyku ve rüya tecrübesi hem felsefi hem tasavvufi gelenekte önemli bir yere sahiptir. Rüyanın bilgisel temeli olup olmadığı meselesi, İslam düşünürleri tarafından müzakere edilmiştir. Bkz.: Gazali, *el-Munkız min'ed-Dalal*, s. 19; İsmail Cerrahoğlu, *Tefsir Usulü*, TDV. Yay., Ankara, 1995, s. 48; Aygün Akyol, *Şehrezûrî Metafiziği*, Araştırma Yay., Ankara, 2011, s. 154, 155.

¹⁵⁹ Kindî, "Uyku ve Rüyanın Mahiyeti Üzerine/Risale fi Mâhiyyeti'n-Nevm ve'r-Ru'yâ", *Felsefi Risaleler içinde*, met. ve çev.: Mahmut Kaya, Klasik Yay., İstanbul 2014, s. 253, 254.

suret o kadar belirginleşir. Parlak akıl gücüne sahip olanlar bundan dolayı duyu verilerine gerek kalmaksızın varlığın soyut formlarını kavrayabilirler.¹⁶⁰

Buradan anlaşılacağı üzere insanın düşünme ve tasarlama faaliyeti sadece maddi formlara dayalı olarak gerçekleşmez. Nefis, düşünme faaliyetini musavvira gücü vasıtasıyla da devam ettirir. Ancak duyu gücü ile tasavvur gücü arasında fark vardır. Duyu gücü duyularını ikinci bir araçla sağlar, bu araç iç ve dış etkenlere bağlı olarak güçlü ya da zayıf olabilir. Ama tasarlama gücünün güçlenecek veya zaafa uğrayacak ikinci bir aracı bulunmamakta ve o soyut nefisle kavramları elde etmektedir. Bu tasarlama gücü nefsin güçlerindedir. Kindî'ye göre, tasarlama gücünün verileri maddeye bağımlı olan duyu verilerinden daha sağlıklı ve daha tamdır. Kindî duyulur nesnelerin onu algılayana tabi olduğunu, ondaki belirsizlik, bozukluk ve her çeşit değişikliğin onun madde ile olan ilişkisinden kaynaklandığını belirtir. Tasarlama gücünde ise, maddeyle bir ilişki olmadığından onda bir bozulmadan bahsedilemez. Bu nedenle de uykuda insanların gördüğü şekiller daha mükemmeldir, daha güzeldir. Ayrıca tasarlama gücü, duyu verilerinin elde edemediği formları da tasarlar. O, formları birbiriyle birleştirir. Oysa duyu gücü bunu yapamaz. Bu nedenle de insan rüyasında boynuzlu ya da konuşan hayvan tasavvur edebilir.¹⁶¹

Kindî, rüya tecrübesini de nefsin düşünceyi kullanıp duyuyu kullanımı bırakması olarak ifade eder. Burada nefsin bilgi edinme sürecinde maddi bağlardan ve arzılardan kurtulmasına vurgu yapılır. Kindî'ye göre, nefis olayları algılama gücüne zarar verecek arzılardan temizlenmiş olarak, tam anlamıyla algıya hazırsa ve nefis de kendi etkisini o canlının organında gösterme gücüne sahipse, meydana gelmeden önce olayları haber verebilir. Kindî, eğer kişi nefsin olaylar hakkında verdiği haberi kabule hazır değilse, o kişiye sembol ifade eden rüyalar görünür.¹⁶²

Görüldüğü üzere insandaki tasarlama gücü, duyu verilerinden daha sağlam ve daha güvenilirdir. Ancak nefsini yeterli derecede yetkin bir mertebeye getirmeyenlerin tasavvur gücü ile elde edecekleri bilgiler de eksik bir durumda olacaktır. Buna bağlı olarak da hem uyanırken hem de uykuda iken ortaya çıkan formlar kişiyi ruhsal açıdan

¹⁶⁰ Kindî, "Uyku ve Rüyanın Mahiyeti Üzerine" s. 254; Nefis ve rüya ile ilgili olarak Platon'un *Timaios* diyaloguna bak.: Platon, *Timaios*, s. 103, pn.: 71, 72.

¹⁶¹ Kindî, "Uyku ve Rüyanın Mahiyeti Üzerine", s. 255, 256.

¹⁶² Kindî, "Uyku ve Rüyanın Mahiyeti Üzerine", s. 259.

huzursuzluğa sevk edecektir. Eğer bu ileri boyutlara varacak olursa, hastalık derecesine ulaşacaktır ki bu da çevresindeki insanlara huzursuzluk vermesine hatta zarar vermesine sebep olabilecektir.

Nefis, eğer yeterli düzeyde olgunlaşırsa, rüya vasıtasıyla bazı olayları gerçekleşmeden önce sembollerle ya da aynıyla haber verir. Nefis gerçeklikleri kavramaya tam olarak hazırsa hakikatleri aynıyla görür. Eğer bu bilgileri kabule tam olarak hazır değilse, bu durumda kişi bu durumları sembollerle rüyasında idrak edecektir. Kindî rüya ile ilgili ifadelerini insanın akletme melekesine benzetir, eğer nefis doğru önermelerle düşünmekten uzaksa, bu düşünce zan ifade eder. Aynı şekilde rüyada da eğer kişi nefisini yeterli oranda arındırmamışsa gördüğü şeyler gerçek bilgi olmaktan uzak olacaktır. Bu nedenle de bazen doğru, bazen yanlış sonuçlar çıkma ihtimali de söz konusu olur.¹⁶³

Duyu ile tasarlama gücü arasındaki fark Kindî'nin ifadelerinden de anlaşılacağı üzere tasarlama gücünün maddi formlarda bulunan nitelik ve nicelik gibi özelliklere bağlı olmamasıdır. Bu da tasarlama gücü kullanırken kişiyi özgür bırakmakta ve nefsin kendi dilediği şekilleri belirleyebilmesini sağlamaktadır. Bilgi ve değeri bakımından da duyu gücünün verileri dış dünyadaki ikincil bir varlığa bağlı iken, musavvira gücü bizatihi kendi formlarını kendisi belirlemekte ve bu nedenle de kişinin bir takım bilgileri üst düzeyde elde etmesini sağlamaktadır.

Bunun epistemolojik değerini müzakere edecek olursak, bu tarz bir bilgi edinme sürecinin üstün bir bilgi edinme metodu olduğu, diğer bilgi usul ve yöntemlerinin ise bilgi bakımından bir değer olduğu ancak bunun üstün bir bilme tarzı olduğu zikredilebilir. Ancak bu bilme tarzının nesnel gerçeklere dayanmadığı, bu nedenle de nesnel, herkes tarafından kabul edilebilir bir bilgi edinme şekli olmadığı zikredilebilir. Bu bilgi edinme sürecinde hangi bakış açısını temel aldığımızı bağlı olarak değişen bir durum olarak karşımıza çıkar. Ancak burada daha önemli bir sorun vardır. Bu kişinin bu tarz bilgileri elde ettiğinde bunun ne anlama delalet ettiğini bilmemesiyle ortaya çıkar. İşte bu bizim tezimizin konusu içine giren alanı oluşturur. Bu da kişinin dış gerçeklikle iç gerçeklik arasında uyum sağlayamaması sebebiyle psikolojik bir takım sıkıntılara sebebiyet verebilir. Zira kişi, iç dünyasında bir takım şeylere vakıf olabilir; ancak bunu

¹⁶³ Kindî, "Uyku ve Rüyanın Mahiyeti Üzerine, s. 259, 260.

dışarı ifade ederken nesnel gerçeklik âleminin kurallarını göz ardı ederse bu kişinin psikolojik bir takım sorunlar yaşamasına ve bunun sonucu olarak da üzüntüye maruz kalmasına sebep olabilir. Tüm bu nedenlerden olsa gerek Kindî’de uyku ve rüya konusuna büyük önem vermiş ve bu konunun kişinin varlığını anlamlandırmasında önemli olduğunu vurgulamıştır. Bu noktada önemli bir husus da Kindî’nin uyku ve rüya ile ilgili bizlere yaptığı önerilerdir ki kişi, uyku ve rüya konusunda belli bir dengeyi oturtamaz ise, ruhsal sorunlarla karşı karşıya kalmaktadır.

Görüldüğü üzere kişinin ruhsal ve psikolojik durumunu etkileyen tek faktör rüya değildir. Kişinin uykusu da kişiyi etkileyen onun üzüntü ve mutluluğunun sebebi olabilmektedir. Bu nedenle insan uyumak istediği zaman bedenin hareketine son verir, duyuları devre dışı bırakmak için gözlerini kapar, ses ve ışıktan uzak kalmaya çalışır. Eğer insan yeterli miktarda uyku alamaz ise, bedeninin sağlıklı bir şekilde işlevini görmesi mümkün olmayacaktır.

İnsanın mutlu ya da üzüntülü olması sadece gündelik hayatta yaşadıklarıyla ilişkili değildir, iç dünyası ve fiziksel durumu da kişinin gündelik yaşamını etkilemektedir. İslam felsefesinde uyku ve rüya ile ilgili değerlendirmelerde bu görülmektedir. Özellikle rüyanın bir bilgi aktarıcısı olarak ele alındığını ifade ettiğimizde rüyanın kişinin ruhsal dünyasındaki yeri ve önemi daha da belirginleşecektir.

III. BÖLÜM: ÜZÜNTÜ VE ÜZÜNTÜDEN KURTULMA

Müzakere edeceğimiz üzüntü kavramı insanın ruhsal yapısının sağlıklı bir şekilde gelişimi için önemli bir unsurdur. Bireyin ruhsal gelişimini sağlayan kişinin sevinç ve hüznün durumlarıdır. Bu da insanın kapasitesinin farkına varması, toplumla uyumlu ilişkiler kurabilme yetisinin olması, kendi şartları ve koşulları içerisinde başarılı olması, yaşamdaki sıkıntı ve streslere karşı tahammül gücü gösterebilmesi, sosyal çevreye uyum sağlayabilmesi, güç durumlarda ümidini kaybetmeyerek mücadele için gerekli moral ve manevi güce sahip olabilmesi, bilişsel yeteneklerini kullanabilmesi, kendi duygularını ifade edebilmesi, kendisine olan saygısının olumlu bir düzeyde olması ve tutarlı bir kişilik yapısına sahip olması olarak açıklanır.¹⁶⁴

Klasik sözlüklerde çoğunlukla “istenmeyen bir durumun başa gelmesinden veya geçmişteki bir kayıptan duyulan keder, üzüntü” şeklinde tanımlanan hüznün ya da üzüntü, sürur ve ferah kelimelerinin karşıtı olarak gösterilir.¹⁶⁵ Üzüntü, Cürcani tarafından *Kitâbu't-Ta'rifât* adlı eserde, “geçmişte, sevilen bir şeyin kaybı veya kötü bir şeyin meydana gelmesi sebebiyle ortaya çıkan hal” şeklinde tanımlanmaktadır.¹⁶⁶

Kur'an da hüznün kelimesinin geçtiği yerlere bakacak olursak “müminlerin ahirette üzüntüsüz bir hayat yaşayacakları” vurgulanmakta¹⁶⁷; Resul'ü Ekrem'e ve müminlere hitaben inkârcıların kendilerine karşı haksız söz ve davranışlarından veya maruz kaldıkları çeşitli sıkıntılardan dolayı üzülmemeleri, metin olmaları tavsiye edilmektedir. Ayrıca Yusuf Suresinin 84 ve 86. ayetlerinde Hz. Yusuf'un başına gelenler sebebiyle babası Ya'kup'un çektiği şiddetli acı ve üzüntü hüznün kelimesiyle ifade edilmektedir.¹⁶⁸

Hüznün ve türevleri hadislerde de farklı şekillerde kullanılmıştır. Bu hadislerin bazılarında ölüm gibi acılı olaylar karşısında hüznülenmenin normal olduğu, Kuran'ın hüznünlü bir ortamda indiği, insanları hüznülendiren sıkıntıların günahlara kefarete olacağı, Allah'ın musibetler sebebiyle yaş döken gözleri, hüznülenen kalplerin azaba

¹⁶⁴ Kemal Sayar, Mehmet Dinç, *Psikolojiye Giriş*, Dem Yay., İstanbul 2011, s. 161.

¹⁶⁵ Mustafa Çağrı, “Hüzn” mad., İA., c. 19, s. 73.

¹⁶⁶ Es-Seyyid eş-Şerif Cürcâni, *Kitâbu't-Ta'rifât*, çev.: Arif Erkan, Bahar Yay., İstanbul 1997, s. 86.

¹⁶⁷ 1/Bakara Suresi, 38; el-En'am Suresi 6/48; Yunus Suresi 10/62; Çağrı, “Hüzn” mad., s. 73.

¹⁶⁸ 3/Âl-i İmran Suresi, 139, 153; 15/Hicr Suresi, 88; 29/Ankebut Suresi, 33; Çağrı, “Hüzn” mad., s. 73.

uğramayacağı, Hz. Peygamber'in acı ve hüznü veren sıkıntılara uğramaktan Allah'a sığındığı ifade edilir.¹⁶⁹

Üzüntü kavramı ile ilgili yapılan kavramsal değerlendirmelerde üzüntü, hem insanın psikolojik olarak bir takım şeylerden duyduğu rahatsızlık olarak tanımlanırken; hem de insanı olgunlaştıran ve geliştiren bir unsur olarak tanımlanır. Burada kişinin karşılaştığı durumlara karşı duyarlı ve kaygılı olması merkeze alınmaktadır. Zira insanların insani yönü, gördüğü haksızlıklara ve zulümler karşısında duyarlı olmasını gerektirir. Bunu bir başka açıdan düşünürsek, insan kendi başına gelen ya da başkalarına verdiği zararlardan dolayı hiçbir üzüntü ve sıkıntıya maruz kalmıyorsa, o kişinin psikolojik olarak sağlığının yerinde olduğunu söylemek güçleşecektir. Çünkü üzüntü de sevinç de bu dünyada insanların insan olmasının gereği olan niteliklerdir.

Ancak burada dikkat edilmesi gereken husus, insanın hangi durumlarda üzülmesi, hangi durumlarda sevinmesi gerektiğini akıl ve gönül dengesine oturtarak tespit edebilmesidir. Eğer kişi, bunları yerli yerinde tespit ederse, yeryüzünde yapılan kötülöklere duyarsız kalmayacak, haksızlıklara karşı duracak, bunların önlenmesi noktasında çaba gösterecektir. Aynı şekilde iyiliklerle karşı karşıya kaldığı zaman ise, bunların yaygınlaştırılması ve sürekliliğini sağlamak için üzerine düşen vazifeleri yerine getirecektir.

1. KİNDİ'YE GÖRE, ÜZÜNTÜ KAVRAMI VE MAHİYETİ

Kindî, insanın bu dünyada nasıl bir tasavvur içinde olması gerektiğiyle ilgili fikirlerini diğer eserlerinde işlemekle birlikte, insan psikolojisini merkeze alarak bu konuyu detaylı bir şekilde değerlendirdiği çalışması *Risale fi'l Hile li Def'i'l-Ahzân* adlı eserdir. Filozof, eserinde öncelikle üzüntü kavramının anlamını inceler. Kindî, üzüntünün tanımını "üzüntü, sevilenlerin kaybindan ve isteklerin gerçekleşmemesinden kaynaklanan psikolojik bir rahatsızlıktır" şeklinde yaparken üzüntünün sebeplerini de ortaya koymaktadır. Burada esas olan kişinin neye ne kadar değer verdiğidir. Zira

¹⁶⁹ Çağrıncı, "Hüzn" mad., s. 73.

sevilenler ve yerilenler kişinin anlayışına göre değişebilen şeylerdir. Burada esas olan ise neye değer verilip verilmeyeceğinin kişi tarafından ayırt edilebilmesidir.¹⁷⁰

İnsanın bu âlemde mutlak bir mutluluk halini elde edebilmesi ise mümkün değildir. Kindî bunu açıklarken içinde yaşanan oluş ve bozuluş dünyasında değişmezliğin ve sürekliliğin olmadığını vurgular. Hatta filozofa göre, tabiattan böyle bir şey beklemek var olmayanı istemek anlamına gelir ki bu da budalalık olarak nitelenir. Şu halde hiç kimsenin bütün isteklerini elde etmesi ve sevdiği her şeyi sonuna kadar elde tutması mümkün değildir. Bu durumda huzur ve mutluluğu; değişmeyen, maddi alemde görünmeyen ve çürüyüp yok olmayan akli ve manevi hazlarda aramalı, güç ve iradeyi aşan olgu ve olayları doğal sayıp istekler gerçekleşmiyorsa olabileni istemeli ve olanla yetinmelidir.¹⁷¹

Görüldüğü üzere üzüntüden kurtulma yolu olarak gösterilen çözüm önerileri bu konuda bütüncül bir yaklaşımı gerektirmektedir. Bunun en önemli aşamasını ise, insanın neyi niçin istediğini anlaması olarak ifade edebiliriz. Bunun bir bilgisel temeli, bir de davranışsal temeli vardır. Bu filozoflar tarafından teorik ve pratik olarak da ifade edilmektedir. Daha önceki bölümlerde de ifade ettiğimiz üzere, insan öncelikle iyi ve kötüyü ayırt edebilecek seviyede bir bilgi düzeyine ulaşmalı ve bu bilgi seviyesine ulaştıktan sonra nefsinin kötülüklerden korursa Kindî tarafından zikredilen yetkinlik mertebesine mümkün görülmektedir.

Bu anlayışta merkeze alınan unsur, üzüntünün devamını değil, mutluluğun devamını sağlamaktır. Genellikle üzüntünün kaynağı çıkar duygusuna ve duyu hazlarına bağımlılık olduğuna göre, bunda alışkanlıkların etkisi büyüktür. Mesela dinin günah, hukukun suç ve ahlakın ayıp saydığı çirkin ve zararlı fiilleri işlemeyi alışkanlık haline getirenler bu durumlarından memnun ve mutludurlar. İşlemedikleri zaman üzüntü duyar ve huzursuz olurlar. Kişi yaptığı yanlış tutum ve davranışları benimsemiş ve bunu devam ettirmediği zaman üzüntüye kapılmaktadır. Bu da alışkanlıkların ahlak eğitiminde ne kadar önemli olduğunu göstermektedir. Öyleyse mutlu ve huzurlu bir

¹⁷⁰ Kindî, “Üzüntüyü Yenmenin Çareleri”, s. 295.

¹⁷¹ Kindî, “Üzüntüyü Yenmenin Çareleri”, s. 296.

hayat için güzel alışkanlıklar edinerek her hali gönül hoşnutluğuyla karşılamak gerekir.¹⁷²

Kindî'nin yaptığı bu vurgu günümüz psikiyatristleri tarafından da önemsenmektedir. Bu nedenle günümüzde insanın mutsuzluğunun temel unsurlarından birisi yanlış alışkanlıklar olarak gösterilmiştir. Bunun kaynağı ise özellikle çocukluktan itibaren gelen hatalı düşünce kalıpları ve davranışlardır.¹⁷³

Toplumsal hayatımıza baktığımızda bu yanlış alışkanlıkları her yerde gözlemleyebiliyoruz. Bu yeme içme şeklimizden, oturup kalkmamıza, insanlarla kurduğumuz ilişkilere kadar uzanan bir yapıda ortaya çıkıyor. Tüm bunlar insandaki insani yönün gerilere itilmesine sebep olmakta, kötü alışkanlıkların yaygınlaştığı, iyiliğin ve güzelliğin paylaşılmadığı sosyal bir yapıya doğru gidiyoruz. Ahlak açısından en önemli husus, iyi ve güzel olanın nefiste yerleşmesi ve ondan olağan bir şekilde ortaya çıkmasıdır. Yani insan, alışkanlıklarla nefisini öyle bir alıştırmalıdır ki kötü ile iyi olandan hangisini tercih edeceğim sorusu zihnine gelmemeli, doğrudan iyi olan davranışı gerçekleştirmelidir.

Bunun içindir ki, Kindî de üzüntüyü yenme konusunda alışkanlıkların etkisine büyük önem verdiğini görüyoruz. Bu, Kindî'nin kişinin ahlaken gelişmesini ve değişmesini kabul ettiğinin en önemli göstergelerindendir. Ahlak felsefesi sahasında genel kanaat, kişinin ahlakının olumlu ya da olumsuz yönde değişiklik gösterebileceği şeklindedir. Kindî'de kişinin mutlu ve huzurlu bir hayat sürdürebilmesinin yolunun alışkanlıklarını belli bir düzene sokmasına bağlı olduğunu ifade eder. Eğer kişi erdemleri benimsemiş ve bu erdemlere göre davranıyorsa, alışkanlıkları da bunlara uygun olacaktır. Eğer erdemli değil de erdemli olmaya gayret gösteriyorsa, alışkanlıkları kazanması ve devam ettirmesi ona güç gelecektir. Bu noktada yapılması gereken nefsi erdemli insan olmaya doğru yönlendirmek ve bu konuda yapılması gerekenleri kendi gücü ve bilgisi ölçüsünde yapmaktır.¹⁷⁴

¹⁷² Kindî, "Üzüntüyü Yenmenin Çareleri", s. 297, 298; Kaya, "Kindî mad.", s. 51.

¹⁷³ Tarhan, *Duyguların Psikolojisi*, s. 106.

¹⁷⁴ Farabi, *Fususul-Medeni*, çev.: Hanefi Özcan, İfav. Yay., İstanbul 2005, s. 53, 56; Uyanık, Akyol, *İslam Ahlak Felsefesi*, s. 64, 65.

Görüldüğü üzere, üzüntünün giderilebilmesi kişide ahlaki bir değişimi gerektirmektedir. İslam filozoflarının büyük bir kısmı kişinin ahlaki niteliklerini alışkanlıklarla değiştirebileceği kanaatindedirler. Birey, kendisinde bir takım bireysel nitelikler barındırır. Herkes aynı mizaca sahip değildir. Ancak bu, kişinin değişime ve gelişime açık olmadığı anlamına gelmez. Burada ahlaki değişimi gerçekleştirecek temel unsur ise, alışkanlıklar olarak ifade edilir. Ancak bazı düşünürler kişideki bu mizacın değişmeyeceğini de iddia etmişlerdir. Kindî de bizlere alışkanlıklarımızı dünyevi olan şeylere bağlanmak yerine, daimi olan ve değişmeyeceğe yönlendirmemiz gerektiğini vurgulamaktadır.¹⁷⁵

Bu noktada üzüntü ve mutluluğun insanlar arasında ortak bir tutum mu, yoksa bireysel niteliklere göre farklılığının olup olmadığının incelenmesini gerektirir. Bu da evrensel ahlak tasarımının olup olmadığını sorununu gündemimize taşır. Evrensel değerler dünyasının olabileceğini reddedenler olduğu gibi, kabul edenler de vardır. Evrensel değerler alanının olmadığını savunanlar; hazcılar, benciler, anarşizmi benimseyenlerdir. Kabul edenler ise, Sokrates, Platon, Farabi gibi düşünürlerdir.¹⁷⁶ Kindî tarafından burada vurgulanan durum ahlak yasasının genel geçerliği noktasında Platoncu bir yaklaşımı yansıtır. Ancak insanlar düzgün bir vicdani gelişim sağlayamazlarsa vicdanlarının körelmesi ve yanlış bir tasavvura ulaşmaları da mümkündür. Birey olarak bizim görevimiz bunun nasıl engelleneceği, körelmiş ise, nasıl tekrar duyarlı ve varlığı kavrayacak bir düzleme gelmesinin sağlanacağına dair çözüm önerileri üretmektir. Biz de öncelikle Kindî'nin üzüntü kavramıyla neyi kastettiğini incelemek istiyoruz. Bunu sağladığımız takdirde üzerinde anlaşılan bir üzüntü ve mutluluk kavramını elde edeceğimizi düşünüyoruz.

1.1. Üzüntü Kavramı

Kindî'nin üzüntüyü “sevilenlerin kaybından ve isteklerin gerçekleşmemesinden kaynaklanan psikolojik bir rahatsızlık” şeklinde tanımladığını ifade etmiştik. Bu rahatsızlığın nasıl giderileceği ise, günümüz insanı için de önemli bir sorun olarak karşımızda durmaktadır. Kindî, üzüntünün giderilmesi için ilk olarak üzüntünün ne olduğunun belirlenmesi gerektiğini ifade eder. Filozofun burada ortaya

¹⁷⁵ Uyanık, Akyol, *İslam Ahlak Felsefesi*, s. 51; Aygün Akyol, *Kutadgu Bilig'de Ahlak ve Siyaset*, Araştırma Yay., Ankara 2013, s. 70, 71.

¹⁷⁶ Uyanık, *Felsefi Düşünceye Çağrı*, ss. 196-205.

koyduğu çözüm önerisi analitik bir değerlendirme biçimini bizlere göstermektedir. Buna göre üzüntünün giderilebilmesi için öncelikle üzüntünün ne olduğunu düşünmek ve onu bazı bölümlere ayırmak gerekmektedir.

Kindî'ye göre, “üzüntü, bizim veya başkasının yaptığı bir şeyden kaynaklanır. Eğer bizden kaynaklanıyorsa bizi üzen o şeyi yapmamalıyız. Şayet bizi üzen bir şeyi yapmamak lehimize olduğu halde onu yaparsak, yapılmaması lehimize olan bir iş yapmış oluruz. Üzülmemek istediğimiz halde üzen şeyi isteyerek yapıyorsak o zaman istemediğimizi istiyor duruma düşeriz. Hâlbuki ruhunu üzen ona zarar vermiş olur. Ruhuna zarar veren ise kara cahil ve tam bir zalimdir. Şayet bunu bir başkası yapmış olsaydı cahil ve zalim sayılırdı. Fakat kendi ruhuna zarar verdiği için daha büyük suç işlemiştir. O halde cahilin cahili, katının da katısı ve zalimlerin zalimi olmaya rıza göstermemeliyiz”¹⁷⁷

Burada yapılan açıklamada görüldüğü üzere üzüntüden kurtulma, insanın aklını ve ayırt etme gücünü kullanma becerisine bağlanmaktadır. Bu nedenle kişinin öncelikli yapması gereken şey, kendisi için neyin doğru neyin yanlış olduğunu kavrayabilecek bir akletme becerisidir. Bu sağlandığı takdirde kişi, uygulamalarında yanlış olanı tercih etmeyecektir. Hayatın içinde insanları gözlemlediğimizde pişman olduğu halde aynı hataları tekrar tekrar yapan insanları hiç yadırgamayız. Kişisel ilişkileri bakımından büyük felaketlerin geldiği önünde aşikâr olduğu halde bunları ayıramayan, sürekli olarak yanlışlarını tekrar eden sonra da bu durumu ilahi takdire bağlayan insanlar hep hayatımızda yer almıştır.

Burada Kindî esaslı bir çözüm sunuyor bizlere, çözümün esası üzüleceğin bir şeyi yapma ve kendine yaptırtma, eğer bunu yapıyor ve yaptırtıyorsan sonra oturup ağlama halini kabullenmen gerektiğini anla şeklindedir. Bu bizim için önemli, makul bir insan iyyinin ve kötünün nereden geldiğini bilir, dostlarını seçerken ahlaki karakterine bakarak seçeceğinden üzüntüye maruz kalma ihtimali daha azdır.

Kindî tarafından burada zikredilen üzüntü tarifi kişinin kendi eylemleri ya da başkasının eylemleri neticesinde zarar görmesini merkeze alan bir yaklaşımdır. Dikkat çeken yön, üzüntüye karşı tutumun, eylem ve eylemin sonuçlarıyla belirlenmesidir. Bu

¹⁷⁷ Kindî, “Üzüntüyü Yenmenin Çareleri”, s. 299.

da insanın kendisinin gördüğü zararı ya da faydayı üzüntünün ve mutluluğun kaynağı olarak görmesindedir. Bu noktada dikkat edilmesi gereken insanın üzüntülerinin sadece kendisiyle ilgili olmamasıdır. Zira kişi, diğer canlıların maruz kaldığı durumları gördükçe onlar için de üzülme ve kederlenmektedir. Bu noktada ne yapılabilir onun üzerinde de konuşmak gerekmektedir. Yani insan kendi varlığıyla ilgili konularda kaygılandığı gibi insan olmasının gereği olarak diğer canlılara karşı yapılan zulüm ve haksızlıklara da üzülme. Bu insani değerlerin kişi tarafından benimsendiğinin de bir göstergesidir.

Bundan dolayı insanın hiçbir şekilde üzülmemesi gerektiği vurgusu da bizi yanı sıra götürür. Buradaki üzüntü, kişinin hayatı boyunca hiçbir zorluğa maruz kalmayacağı anlamına gelmemektedir. Kindî kişinin tutarlı ve sorgulanmış bir hayatı merkeze almasını ve bunu kavradıktan sonra da bunun gereği olarak geçici olan şeylerden uzaklaşmayı, daimi olana meyletmeyi öne çıkarmaktadır. Bu, bireyin hem kendi varlığına hem de diğer tüm canlılara karşı sorumlu davranmasının bir gereğidir. Bu noktada önemli düşünürlerden birisi de Ebu Bekir Zekeriya er-Razi'dir. Razi'de insanın hem kendisine hem de diğer canlılara zulmetmemesi gerektiği, bunun insanın tabiatına uygun olmadığını zikreder. Bu nedenle de canlılar zorunluluk sebebiyle öldürülecekse dahi, bunun makul gerekçelerinin olması gerektiğini zikreder. Bu, kişinin bütüncül olarak sağlıklı bir yaşam kurabilmesinin diğer varlıklarla olan ilişkisine de bağlı olduğunu bizlere açıkça göstermektedir.¹⁷⁸

Eğer bireysel hayatımızda bunlara dikkat etmez, düzgün hayat algısı oluşturamaz isek, üzüntünün insan üzerinde psikolojik etkileri olduğu gibi fizyolojik etkileri de görülmeye başlanacaktır. İnsan üzüntüleriyle, bunalıma, sağlık sorunlarına hatta ölüme kadar gidecek bir sürece girebilir. Günümüzde insanoğlunun psikolojik durumuyla fizyolojik durumu arasındaki ilişki daha belirgin olarak zikredilmektedir. Buradan hareketle insanların üzüntü ve korkularını yenmeyi başarmaları durumunda fizyolojik olarak da sağlam bir durumda olacakları ve hastaneleri hem psikolojik hem de fizyolojik rahatsızlıklar için meşgul etmeyeceklerdir. Hazımsızlık, ülser, migren, uykusuzluk, kısmi felç ve kalp hastalıklarına yakalanmış birçok insan üzüntü ve korkuların kurbanı olmuştur. Korkular, derin üzüntülere sebep olur. Üzüntü insanın

¹⁷⁸ Ebu Bekir Zekeriya er-Razi, "Filozofça Yaşam/es-Siretü'l-Felsefiyye", *İslam Filozoflarından Felsefe Metinleri*, çev.: Mahmut Kaya, Klasik Yay., İstanbul 2003, 77, 78.

hormonal dengesini alt üst eder. Bu nedenle Kindî'nin insanın kendisini ruh hastalıklarına açık bir hale getirmesini zalimlik olarak nitelemesi de anlaşılmaktadır. Çünkü insan ruh ve beden bütünlüğünü düzgün temeller üzerinde kuramadığında ruh ve beden sağlığını da kaybetmektedir.

Günümüzde tıp ve psikoloji sahasında çalışan uzmanlar da bu konuya işaret etmektedirler. Dr. Joseph F. Montague'ya göre, "Ülseri yapan yediklerimiz değildir. Ülseri yapan sizi yiyen şeylerdir."¹⁷⁹ Aynı şekilde üzüntü sebebiyle insanın dişleri dahi dökülebilir. Dr. William Mc Gonigle, bunu "Üzüntü, korku, endişe kalsiyum dengesini bazen de dişlerin dengesini bozarak dişleri çürütür" şeklinde ifade eder.¹⁸⁰

Hastalıklarda pozitif duyguların geliştirilmesinin beynin fizyolojik yapısına da etki ettiği, bu durumda beynin morfin benzeri doğal maddeler salgılar ve bu maddeler bağışıklık sistemini güçlendirdiği için hastalıkların daha kolay yenildiği ifade edilmiştir. Olumlu bakış açısının sadece hastalıklar için değil, günlük yaşam içinde beden sağlığına da faydası vardır. İyimser insanların daha genç yaşlandığı, zihin ve beden sağlıklarının diğerlerinden daha iyi olduğu bilinmektedir. Yine son yıllarda yapılan araştırmalarda olumlu düşünen kimselerin daha az hastalandıkları tespit edilmiştir. Günümüz bilim adamları tarafından yapılan tespitler bize üzüntü ve hastalıklar arasındaki yakın ilişkiyi göstermektedir. Bir araştırmaya göre, sık sık grip olmakla kötümser bakış açısı arasında paralellik kurulmuştur. İyimserlerin bağışıklık sistemlerinin güçlü olması, vücut dirençlerini yükseltmekte bu hastalıkları kolayca yenmelerine yardımcı olmaktadır.¹⁸¹

Ancak buradaki olumlu düşünme becerisi gerçeklikten kopma ve sürekli olarak bizi memnun eden davranışların ortaya çıkmasını isteme olarak anlaşılmamalı. Burada olumlu düşünme kişinin hayatın meşguliyetleri içinde doğru ve hakkaniyet çerçevesinde olayları değerlendirmesidir. Bu nedenle de her zaman olumlu sonuçtan ziyade anlamlı ve tutarlı olanın gerçekleşmesini istemektir. Bazı insanlar olumlu düşünebilmenin gereği olarak, sürekli olarak kendi tutum ve davranışlarının onay görmesini, takdir edilmeyi anlamaktadırlar. Halbuki tam tersini olumlu düşünebilme becerisi, zorluklar içerisinde olsa da bir çıkış yolu olacağına farkında olmak ve karşılaşılan duruma göre çözümler üretebilmeyi gerektirmektedir.

¹⁷⁹ Dale Carnegie, *Üzüntüsüz Yaşama Sanatı*, Timaş Yay., İstanbul 1997, s. 31.

¹⁸⁰ Carnegie, *Üzüntüsüz Yaşama Sanatı*, s. 32

¹⁸¹ Tarhan, *Duyguların Psikolojisi*, s. 93

Üzüntü ve korku sebebiyle oluşan rahatsızlıklar günümüz psikoloji literatüründe anksiyete bozuklukları olarak ifade edilmektedir. Bunun temel belirleyicisi ise, kişinin kaygı durumunu kontrol altına alamaması ve korktuğu durumla baş edememesidir. Bunun sürekli bir hal aldığına, artık kişi bu kaygı bozukluğunun üstünden gelemeyeceğini vehmederek, derin bir üzüntü ve devamında da psikolojik sorunlara doğru yol almaya başlar. İşte bu noktada yapılması gereken, üzüntüyü yenmeye çalışmak ve onun çarelerini bularak hayata geçirmektir. Bu noktada kişinin kendini tanıması büyük önem arz etmektedir.

Kindî üzüntünün yenilmesi ile ilgili yaptığı yorumlarında varlık düzenini kavramayı ana unsur olarak aldığını ifade etmiştir. Buna göre eğer kişi, varlık düzenini ve kendisinin bu varlık düzeni içindeki rolünü anladığı takdirde üzüntü ve benzer durumlardan kurtulacaktır. Ancak tüm insanların varlığın düzenini anlaması söz konusu olmadığından, üzüntü ve sebeplerini derinlemesine inceleme imkânı bulamayanların da bu dertten kurtulmaları gerekmektedir. Bu tür bir durumla karşılaştığımızda ise, Kindî, “üzüntüyle yaşayan veya üzüntü kaynağına yakın olan kimseyi üzüntü yıkmamışsa teselli vermek bir dereceye kadar onu korur” ifadelerine yer verir. Böyle bir durumda karşılaşılan problemle ilgili üzüntü yaşayan kişiye teselli edici sözler söylemek ve kişiyi teskin etmek kısa ve etkili bir çözüm önerisi olarak filozofumuz tarafından önerilir.¹⁸²

Burada insanın ailesinin ve dostlarının da önemi ortaya çıkıyor, karşılaşılan zorluklarla ilgili olarak ruh halini anlayan, onu tanıyan kişilerin yapacağı rehberlik belki de kişinin daha derin üzüntülere, hatta psikolojik rahatsızlıklara varmadan durumunu çözmesini sağlayacaktır. Görüldüğü üzere üzüntü ve onunla baş etmede en önemli şey, aile ve sosyal çevre olarak ifade edilebilir. Günümüzde de en büyük sorunları bu noktalarda yaşıyoruz, ailede ortaya çıkan parçalanma, sosyal hayatın ise bireyin karşılıklı olarak sorunlarını çözmekten çıkıp sanal hale gelmesi bu noktadaki eksikliği arttırmakta ve insanların gittikçe yalnızlaşmasına sebebiyet vermektedir.

Kimi zaman üzüntü bazı insanların ruh halleriyle alakalı da olabilmektedir. Bu tip durumlarda kişi sürekli bir üzüntü durumunda saplanıp kalır. Bu tip insanlarla ilgili Kindî'nin önerisi “üzüntü, kişinin tabiatındaysa o takdirde üzüntünün süresini kısaltmaya çalışmaktır” Çünkü oluşa tabi nesnelere sürekli değişmektedir. Eğer bu

¹⁸² Kindî, “Üzüntüyü Yenmenin Çareleri”, s. 300.

konuda kusur edecek olursak, başımıza gelmesini önleyebileceğimiz belayı önlemekte kusur etmiş oluruz. Bu ise bahtsız ve zalim olan cahilliğin alametidir. O halde mutlu olma gücüne sahipken bahtsızlığa rıza göstermemeliyiz. Yani insan kendi durumunu tespit edip bu durumun ortadan kaldırılması noktasında yapılması gerekenleri yavaş yavaş kendi nefesine de kabul ettirmelidir.¹⁸³

Burada dikkat çeken yön, kişinin mutlu olmasının aslında kendisini anlamasına bağlanmasıdır. İnsanlar hayatta karşılaştıkları sorunlarla ilgili tutum ve davranışlarının nasıl olduğunu değerlendirdiğinde, bu konudaki eksikliklerin farkına varacağıının vurgulanmasıdır. Bu da bir nevi iç terapi olarak ifade edilebilir. Birey, sorunlarının çözümü noktasında etrafındaki insanlardan çok daha fazla kendisiyle ilgili bilgi sahibidir. Bu nedenle insan, tabiatını bilip, buna dair ne yapılması gerektiğini bulmaya çalışırsa, bu konuda sonuç alması da mümkün hale gelecektir.

Üzüntünün kişinin ruh haline etki etmesinin altında yatan temel etmenlerden birisi Kindî'nin belirttiği kişinin ruh halidir. Günümüzde bu kötümserlik olarak da ifade edilmektedir. Basit bir örnekle bunu açacak olursak, iyimser bir kişinin bir arkadaşı selam vermeden yanından geçse, 'herhalde beni görmedi, eğer olumsuz bir şey düşünürsem yanılabilirim' der ve olayın üzerinde durmaz. Ama kötümser kişi aynı olaya farklı bir açıdan bakar 'bu adam zaten beni sevmiyor, hakkımda fenalık düşünüyor olmalı ki merhaba bile demeden yanımdan geçti' diyebilir. Bu nedenle insan ruhen kötümser bir bakış açısına sahip olmamalı, ancak iyimserliği de tedbirli bir iyimserlik olmalıdır.¹⁸⁴

Bu tedbirli iyimserliğin sağlanması noktasında Kindî'nin getirdiği öneriler bizlere ışık tutacak mahiyettedir. Görüldüğü üzere, üzüntüyle ilgili çareler arasında insanların hem kendisini hem de birbirini teselli ve teskin etmesi üzerinde önemle durulur. İnsanlar duygularını birbirleriyle paylaştıkça rahatlarlar ve üzerlerindeki yük de azalmış olur. Ancak günümüzde insanlar arasındaki iletişimin oldukça zayıf olması, insanların birbirlerine olan güvenlerinin azalması bu konuda ihtiyaç duyulan desteği elde etmede bizleri zorlamaktadır. Bu nedenle aile içi iletişim dahi zayıflamakta, ailenin birbirine olan bu konulardaki desteği dahi bireyler tarafından yakından hissedilememektedir.

¹⁸³ Kindî, "Üzüntüyü Yenmenin Çareleri", s. 300.

¹⁸⁴ Tarhan, *Duyguların Psikolojisi*, s. 92.

Durum böyle olunca bireyler arası iletişim bozukluğu, birbirini anlayamayan insanlar ortaya çıkarmakta, bu da insanların üzüntülerini arttırmaktadır. Yapılması gereken insanların birbirleriyle olan duygusal iletişimlerinin artırılmasıdır. Bu yapıldığında kişinin duyduğu sıkıntılardan kurtulacağı, rahatlayacağı, fikir alabileceği insanlar da etrafında bu şekilde yerini almış olacaktır.¹⁸⁵

İnsanın yeryüzündeki en büyük ihtiyacı güvendir. Bu da insanların etrafında iyi ve doğru olduğunda şüphe etmediği insanların olmasıdır. Güven ihtiyacını mutlak anlamda gideren mercii ise, Allah inancıdır. İnsanoğlu, eğer varlığı anlayıp her şeyin üzerinde olan ve her şeyi belli bir düzen içerisinde yaratan bir varlığın bilincine varabilse, diğer tüm şeyler bu çerçevede anlaşılacaktır. Bunun insanlar arasında nasıl olması gerektiği ise, Kur'an-ı Kerim'de Asr Suresinde bizlere açıklanmaktadır. Asr Suresinde müminlere "birbirlerine hakkı ve sabrı tavsiye etmek" önerilir.¹⁸⁶

Bu, müminlerin birbirlerine destek olmalarının gereğini ve insanın diğer insanlara hakkı ve sabrı tavsiye ederek onun üzerindeki sıkıntılarının giderileceğine işaret etmektedir. Burada zikredilen ayette özellikle tavsiye ifadesi yer almaktadır. Burada da görüldüğü üzere, insanların birbirlerine karşı yapmaları gereken şey, sadece tavsiye düzeyinde dahi olsa bu insanlar üzerinde büyük etki yapmaktadır. Zira insan korku ve sıkıntı zamanlarında doğru ve düzgün bir düşünce yapısından uzaklaşmaktadır. Bu nedenle olaylara dışarıdan bakan, makul değerlendirmelerde bulunabilen soğukkanlı insanlara ihtiyaç duymaktadır. Bu, kişinin daha çabuk toparlanmasına ve hayata dönmesine katkıda bulunacaktır.

Eğer bu hususlara dikkat etmezsek üzüntü bizim için bir tabiat haline gelebilecektir. Kişinin bundan belki bütünüyle kurtulma şansı da olmayacaktır. Kindî bu tip insanlar için üzüntünün süresinin kısa tutulması gerektiğini ifade etmektedir. Bu önemli bir husus, zira kişi sürekli olarak keder ve sıkıntılarla hayatını idame ettirdiğinde ruhsal çöküntü ve sıkıntılar, kişinin hayatını yaşanmaz bir hale getirecektir. Bundan kurtulmanın yolu ise, üzüntü ve sıkıntı süresinin daha az tutulmasına yönelik olarak hayatında değişikliklere gitmesi ve farklı etkinliklerle zamanını geçirmeye yönelmesidir.

¹⁸⁵ Akyol, "İslam Ahlak Felsefesinde Değerler Eğitimi", s. 42, 43.

¹⁸⁶ 103/Asr Suresi, 3.

Ancak bu noktada ifade edilmesi gereken önemli bir husus da üzüntünün bizlerin yaşam dengesini sağlayan bir unsur olduğudur. İnsan kimi zaman yanlışlar yapar, üzülür; kimi zaman da doğru tercihleri sebebiyle mutlu olur. Bu hayatın getirdiği bir durumdur. Bu iki durumda da dünya ve ahiret sorumluluklarını unutup, hayata kapılıp nefsinin kontrolünü bırakmamalıdır. Üzüntü bu konuda önemli bir sinyaldir, dur sinyalidir. Bir uyanış zilidir. İnsanı uyarır, Allah'ı hatırlatır, onun şükürünü, onun büyüklüğünü, onun kudretini hatırlatır. Her şeyin onun olduğunu hiçbir şeyin bize ait olmadığını hatırlatır. Onunla kendimize çeki düzen verir, onunla yaptığımız yanlışlar varsa düzeltiriz.

İnsanoğlu yukarıda da ifade edildiği üzere, mutluluk anında sorumluluklarını unuttur, darlık anlarında ise dayanacak bir merci arar. Eğer âlemin düzenini kavrayabilirse, mutluluk ve üzüntü anlarında sorumluluklarını da unutmaz. “İnsana bir zarar dokunduğunda yan yatarken, otururken ya da ayaktayken bize dua eder. Zararı üzerinden kaldırdığımızda ise, sanki kendisine dokunan zarar bizi hiç çağırılmamış gibi döner gider. İşte ölçüyü taşıranlara yapmakta oldukları böyle süslü gösterilmektedir.”¹⁸⁷ Ayette de belirtildiği üzere insanın bu dünyada sıkıntı anlarında başvurduğu mercii Allah'tır. Ancak insan görev ve sorumluluklarını unutursa, üzüntü kendisine daha çok isabet edecektir.

1.2. Birey ve Üzüntü Tecrübesi

Üzüntüyü yaşayan kişi, başına gelen olayın sadece kendi başına geldiği vehmine kapılarak üzüntüsünü derinleştirmektedir. Hâlbuki oluş ve bozuluş dünyası olarak tanımlanan bu âlemde herkes, hayat içerisinde bir takım olumsuz, beklemediği ya da beklenmedik durumlarla karşılaşabilmektedir. Kindî'nin bize bu konudaki önerisi bu yaşanan olumsuzlukların sadece bizim başımıza gelmediğinin bilinmesidir.

Birey ve üzüntü tecrübesi ile ilgili bir diğer husus günümüz insanının birbiriyle olan ilişkilerinde nitelikten ziyade, niceliğe önem vermesidir. Bu ise başarının sadece sayısal verilere bakılarak değerlendirilmesi sonucunu doğurdu. Bu nedenle de çocukluktan itibaren insanlarımız başarı olarak nitelenen bir takım sayısal değerlere odaklandılar, aileler çocuklarının başarısını sınavlardaki başarısına bağladılar. Hâlbuki

¹⁸⁷ 10/Yunus Suresi, 12.

insan, insan olmasının bir gereği olarak bireysel farklılıklara sahiptir. Kindî'de insanların hayatta bir takım şeyleri elde etmeleri ya da elde edememeleri durumunda zihinlerinde bulundurmaları gereken önemli unsurlardan bir tanesinin de üzüntü ve sevincin sadece kişinin kendisi tarafından yaşanmadığını kavramasının gereğine vurgu yapar. Bu nedenle insanın her şeyin sadece kendisinin başına geldiği algısından kurtulması ve tam tersine insan olan herkesin bu tür durumlarla karşılaşabileceğini anlaması gerekmektedir.

Bu baskı, günümüz insanlarında çeşitli şekillerde kendisini göstermektedir. Bunlardan bir tanesi de strestir. Stres, genelde başarı hırsı olan kişilerde daha yoğun görülmektedir. Stres, esasında insanın duyarlılığının bir sonucudur. Çünkü kişi, stresini belli bir düzeyde tutabilirse yaptığı işlerden huzur bulabilir. Ancak aşırı stresli kişilerin yaptığı işler, başarıyla sonuçlansa dahi kişiye huzur getirmeyecektir. Bu nedenle stres, kişi tarafından yönetilmesi gereken önemli duygulardan birisidir. Burada hatırd tutulması gereken, insanın kimi zaman hayal kırıklıkları da yaşayabileceğini kabullenmesidir. İnsan yaptığı hatalar ve başarısızlıklarla kendisini güçlendirir aslında bunlar onun gelecekte alacağı kararların sağlıklı olmasında yardımcı olacaktır. Onun için kişi sadece sevinçleriyle değil, üzüntüleri, başarısızlıkları, stresli halleri, kaygılarıyla kendisini bir anlamda inşa eder.¹⁸⁸

Üzüntünün sadece tecrübe eden açısından yaşanmış bir durum olmadığını ifade eden Kindî, bu sıkıntıdan kurtulmanın bir çaresinin de bireyin karşı karşıya kaldığı zorlukları düşünerek bunlardan nasıl kurtulduğunu düşünmesi, bunlara dayalı olarak da yeni durumdan kurtulmanın yollarını aramasıdır. Bunda kişi kendisine yönelebileceği gibi başkaları tarafından karşılaşılan zorlukları ve bunlardan nasıl kurtulduklarını da gözlemlemesi önemli bir unsurdur. Bu, kişinin üzüntüyü yenme noktasında hem kendi deneyimlerini hem de başkalarının deneyimlerini göz önünde bulundurarak çözümler üretmesine yardımcı olacaktır. Zira kişi, ilk musibete uğrayan ya da insanlar arasında bu olayın sadece kendi başına geldiğini düşünürse, bu durumda üzüntüsünü yenme ve çözüm üretme noktasındaki azim ve kararlılığı da kırılacaktır. Bu noktada yapılması

¹⁸⁸ Nihat Kaya, *Bastırılan Kişiliğimiz Depresyon ve Panik*, Nesil Yay., İstanbul 1998, s. 96, 99.

gereken, ilk musibete uğrayan ben değilmişim ve musibet de sadece bir insana mahsus değilmiş düşüncesini sürekli olarak zihninde tutmaktır.¹⁸⁹

Yaşadığımız olaylar, başımıza gelenler hadiseler, sadece bize mahsus değildir. Bizim gibi birçok insan musibetleri yaşamıştır, yaşıyordur ve yaşayacaktır. Bunu bilmek bize güç verir, üzüntümüzü yenmemizi sağlar. Bu dünyada tek olmadığımızı hissederiz. Bir insan bu musibeti aşabiliyorsa, ben neden aşmayayım sorusunu akla getirir ve bu bize üzüntüyle girdiğimiz savaşta başarılı olmamızı sağlar.

Bu husus günümüzde de uygulanmaktadır. Aynı sorunla karşı karşıya olan insanlar bir birliktelik oluşturarak hem yaşadıkları problemin sadece kendi başlarına gelmediğini görüyorlar, hem de bu sorunla nasıl başa çıkılabileceğini öğreniyorlar. Bu noktada ortaya çıkan birlikteliklerin hastalıkların seyrini ve hastalıkla başa çıkabilme gücünü artırmaktadır. İnsanların üzüntülerini yenebilmelerinde ortak tecrübeler de nitelikli sonuçlar ortaya çıkarabilmektedir.

Üzüntü insanın bireysel olarak kendisini geliştirmesinde pek çok tecrübe kazandırır. İnsanın yaşantılarından öğreneceği çok şey vardır. Üzüntü bizi iç dünyamızın daha önce keşfetmediğimiz ayrıntılarıyla buluşturabilir. Onu bir misafir olarak kabul etmek gerekir. Misafir size yeni bir dünya getirir ve size bir şeyler katarak ayrılır. Bu noktada Ahmet Haşim'in 'melali anlamayan nesle aşına değiliz' sözü bu noktada ilham vericidir. Melal içe doğru bir yolculuktur ve kişiyi zenginleştirir. Üzüntü ve melali tedavi etseydik, bugün pek çok edebi ve felsefi ürün ortaya çıkmazdı. İnsanın yaşantılarından öğreneceği çok şey vardır. Üzüntü bizleri iç dünyamızın daha önce keşfedemediğimiz ayrıntılarında buluşturabilir.¹⁹⁰

İnsanı mutluluğa götüren güç, zorlukları alt ederek kazanılır. Hayatta ne kadar lezzetli şey varsa hepsi bir yönüyle zararlıdır. Bu gerçeği kabullendiğimiz zaman zorlukların yaşamın bir parçası olduğunu daha iyi anlayabiliriz.¹⁹¹ Böylelikle üzüntü bize zarar vermez, aksine kendimizi anlama noktasında bize yol gösterir, sonuç itibarıyla de mutlu kılabilir.

¹⁸⁹ Kindî, "Üzüntüyü Yenmenin Çareleri", s. 301, 302.

¹⁹⁰ Sayar, *Hüzün Hastalığı*, s. 68, 86.

¹⁹¹ Tarhan, *Duyguların Psikolojisi*, s. 137.

Üzüntü, diğer bütün olumsuz duygular gibi iyi değerlendirildiği takdirde insanı düşünmeye ve gerçekleri araştırmaya sevk eder. Eğer kişi, üzüldüğü konuyla ilgili çözüm üretirse, hem gerçekleri bulur hem de hayatında işine yarayacak bir şeyler öğrenir. Böylece üzüntüsünü kazanıma çevirir. Bu nedenle belli dozdaki üzüntü, sorunlara çözüm üretmek ve kişiliği güçlendirmek için faydalı görülmüştür. Çünkü acılar insanı canlandırır, ümidin kesilmediği bir üzüntü insana farklı bakış açıları kazandırarak yaşadığı durumu başka seçeneklerle görmesini sağlar ve üretkenliğini artırır. Kişiyi araştırmaya iter ve kendini tanımasına yardımcı olur. Ancak burada anahtar nokta üzüntülü kişinin ümidini kaybetmemesidir. Eğer insan mücadeleden vaz geçmezse, vücut da vaz geçmez. Ümit kaybedilirse, bu durumda kişinin üzüntüyü bir hastalığa çevirmesi de mümkün gözükmektedir. Ayrıca üzüntü bulaşıcı bir duygu olarak nitelenmiştir. Bu nedenle bir ortamda üzüntülü biri varsa onun hali herkesi etkiler.¹⁹²

Üzüntünün bulaşıcı yönü, aslında insanın ruhsal olarak diğer insanlardan bağımsız kalmaması sebebiyledir. Eğer insan, kendisi dışındakilerin duygu ve düşüncelerine önem veriyorsa, karşısındakinin üzüntüsünü de paylaşacaktır. Ancak bu paylaşma, onun ağlamasına ağlama katmak değil, bilakis onun üzüntülerine çözümler getirecek, karşı karşıya kaldığı durumu nasıl atlatacağına dair çözüm önerisi sunmasıyla alakalıdır. Eğer çözüm bulmak yerine, onun üzüntüsüne ortak oluyorum diye arkadaşının karamsarlığını arttırıyorsa bu çözüm olmaktan çok, problemi büyütme anlamına gelecektir.

Aslında mutluluğu olumsuz tecrübelerin sonucu olarak elde edildiği de söylenilmiştir. Bunu geleneğimizde Razi'nin haz anlayışında görüyoruz. Günümüz de bir takım düşünürler buna vurgu yapmışlar. Bu anlayışa göre, mutluluk aslında olumsuz tecrübeler neticesinde ortaya çıkan bir durumdur. Mutlu olan insan rahatına ve daha sonraki başka bir mutluluğa odaklanacaktır. Bu nedenle de kişi tatminsizliğe ve mutsuzluğa düşer olacaktır. Oysa kişi, zorlukları gördükten sonra elde ettiklerinin kıymetini anlayacak ve onun değerini bilecektir.¹⁹³

Bu noktada Mevlana'nın "Taş taşlıktan geçmedikçe parmaklara yüzük olamaz. Yüzük olmak dileyen taş, ezilmeyi yontulmayı göze almalıdır" şeklindeki ifadeleri

¹⁹² Tarhan, *Duyguların Psikolojisi*, s. 196, 197; Schmid, *Mutsuz Olmak*, s. 30.

¹⁹³ Schmid, *Mutsuz Olmak*, s. 37.

bizlerin hayatın içinde bir takım zorluklardan geçerek olgunlaşacağımızın göstergeleridir. Zorlukla karşılaşmayan, bunlara çözüm aramayan insanın hayatı anlaması, katılması ve bir şeyler üretebilmesi de mümkün olmayacaktır.¹⁹⁴

1.3. Üzüntü ve Sağlıklı Yaşam İlişkisi

İnsanın sağlıklı bir hayat sürdürebilmesi için eylemlerini yaparken düşünüp tercih ettiği konularda mutmain olması gerekmektedir. Kişi bir eylem gerçekleştiriyor ve yaptıktan sonra pişman oluyorsa, o kişinin davranışlarını belli ilkelere göre düzenlenmesi gerektiği ortaya çıkar. Bu nedenle insanın mutluluğu elde etmesi için karşı karşıya kaldığı sorunları çözümlenmesi gerekmektedir. Zira insanın düşünce ve ayırt etme kabiliyetinde ortaya çıkacak bir sorun, kişinin hayatını sürekli olarak olumsuz yönde etkileyecektir. Bu nedenledir ki Kindî, sürekli bir üzüntü hali ile insanın yaşamasının mümkün olmadığını belirtir.

Kindî'nin üzüntüyü yenme ve mutlu bir yaşam için ortaya koyduğu öneri, insanların elde edemediği veya kaybettiği her şeyin başka birçok kimse tarafından elde edilememiş veya kaybedilmiş olmasının hatırdan tutulmasıdır. İnsanların geneli, kayıplarını kabullenmiş, üzüntüden uzak neşe içinde yaşamaktadır. İnsanların bu dünyada mal ve evlat gibi konularda pek çok imtihana maruz kaldığını görüyoruz. Ancak çoğu insan bu tip durumları çözmekte ve mutlu ve huzurlu bir hayat sürmektedir. Mal ve benzeri dünyevi her nimet ve insan ruhunun arzuladığı her şeyde durum yine böyledir. Bu nedenle Kindî, üzüntünün tabii bir durum olmayıp arızı bir durum olduğunu belirtir. Zira görülmektedir ki malı mülkü elinden alınan insan üzüldüğü halde o mala hiç sahip olmayanlar asla üzgün değildir.¹⁹⁵

Kindî, burada insanın üzüntüsünün kaynağını mal, mülk ve dünyevi meşguliyetlerden geldiğini ifade etmektedir. Bunların tümü geçici olan bu âlemin niteliklerindedir. Bunlara karşı insan dikkatli olursa, bunların kaybının gerçek bir kayıp olmadığını, bağlanmanın ebedi âlemi kaybetmeye sebep olacağını anlar. Böylece kaybedilenler için sürekli bir üzüntü halinden kişi kurtulmuş olacaktır. Bu husus

¹⁹⁴ Nevzat Tarhan, *Mesnevi Terapi*, Timaş Yay., İstanbul 2012, s. 9.

¹⁹⁵ Kindî, "Üzüntüyü Yenmenin Çareleri", s. 301, 302.

Kur'an-ı Kerim'de de çeşitli vesilelerle vurgulanır. İnsanların bu dünya hayatı içinde mal, mülk ve evlatların birer imtihan vesilesi oldukları ifade edilmiştir.¹⁹⁶

Bu noktada belirtilmesi gereken bir başka husus da insanın sürekli olarak mutlu olması beklenen ve istenen bir durum olsa da bu âlemde bunun mümkün olmadığıdır. Esasında bu dünya hayatı zıtlıklarla doludur. Üzüntü olmalı ki insan hayatta var olsun ve olgunlaşabilsin. Hiç üzülmeyen ve acı çekmeden yaşayan bir insanla hayatın içinde kimi zaman üzüntülerle karşılaşan insan kıyaslandığında hangisi hayatta daha olgun ve hayat karşısında daha dirençli olur. Üzüntüler kişinin olgunlaşmasında, olayları değerlendirmesinde, aynı hataları tekrar yapmaması noktasında büyük öneme sahiptir. Kişi karşılaştığı durumlardan çıkardığı dersler neticesinde daha olgun ve mutedil bir bakış açısına sahip olacaktır.

Üzüntü ve mutluluk yaşamamızın ayrılmaz bir parçasıdır. Yeri gelir üzülür yeri gelir seviniriz, biz böylelikle insan oluruz. Bu duyguları çocukluktan itibaren yaşamazsak daha büyük acılar yaşarız. Her üzüntü, gelecek diğer üzüntülere karşı bizleri güçlü kılar. Her üzüntü üzerimize bir zırh geçirir ve daha büyük üzüntülerle karşılaştığımızda onları en kolay biçimde atlatmamızı sağlar. Bizi bu hayatta güçlü kılar. Bu nedenle mal edinen bir kimsenin malının soyulması veya istediği şeyleri elde edememesi Kindî'ye göre esasında kişinin kendisi için üzüntü yaratmasıdır. Öyleyse değersiz şeyleri kendimize amaç edinmemeliyiz. Önceden ifade edildiği üzere üzüntü değersiz bir şeydir. Değersiz bir şeyi kendisi için amaç edinen ise Kindî'ye göre, akılsızdır.¹⁹⁷

İnsan hayatı boyunca, duyu dünyasının acı ve tatlı farklı noktalarını keşfetmeden kemale eremez. Sürekli olarak mutlu olduğunu ve yaşama sevincinin zirvede olduğunu hissetmek de insanı takatten düşürebilir. Yaşam kederinin sunduğu bir molaya insan ihtiyaç duyabilir. Üzüntüyü de insanın yaşaması, insan olmanın bütün imkânların yoklamak ve hayatın bütününe vakıf olmak için üzüntüyü de insanın tecrübe

¹⁹⁶ “Biliniz ki, mallarınız ve çocuklarınız birer imtihan sebebidir ve büyük mükâfat Allah'ın katındadır.”; 8/Enfal Suresi, 28; “Ey Muhammed! Sen onlara dünya hayatının misalini ver. Dünya hayatı, gökten indirdiğimiz bir su gibidir ki, bu su sayesinde yeryüzünün bitkileri (her renk ve çiçekten) birbirine karışmış, nihayet bir çöp kırıntısı olmuştur. Rüzgârlar onu savurur gider. Allah her şeye muktedirdir.” 18/Kehf Suresi, 45; “Mal ve evlatlar, dünya hayatının süsüdür; ölümsüz olan iyi işler ise Rabbinin nezdinde hem sevapça daha hayırlı, hem de ümit bağlamaya daha layıktır.” 18/Kehf Suresi, 46.

¹⁹⁷ Kindî, “Üzüntüyü Yenmenin Çareleri”, s. 301, 302.

etmesi gerekir. İnsan kendi iradesiyle de üzüntüye kapılabilir. Kişi, acı verici hatıralarını tekrar düşünüp tekrar bu konuda acı duyabilir.¹⁹⁸

2. VARLIĞIN ANLAMLANDIRILMASI VE ÜZÜNTÜ

İnsanın bu âlemdeki var oluşunu anlamlandırması hayatta karşılaştığı olumlu ve olumsuz durumların neticesidir. Eğer kişi, hayatı boyunca aynı olaylarla muhatap olursa onun gelişimi de karşılaştığı olayların gösterdiği ölçüde olacaktır. Bu nedenle insanların karşılaştıkları zorluklar ve kolaylıklar, kişinin hayatın anlamını kavraması ve tecrübesini kendisinden sonra gelenlere aktarabilmesi noktasında önem arz etmektedir. Bu noktada “Her zorluğun yanında bir kolaylık vardır”¹⁹⁹ ayeti kerimesi mucibince insanların karşılaştıkları bir takım zorluklar, onun olgunlaşmasına ileride ortaya koyacağı davranışların sağlıklı sonuçlar doğurmasına sebep olacaktır.

Bu nedenledir ki üzüntü duygusunun insan hayatı için katkı sağlayıcı niteliği vardır. İnsan üzüntü duygusunu dönüşüm için kullanmayı başarabilir. Bunu gerçekleştirirken de alışılmış fikirlerin dışında, fakat amaca uygun düşüncelere yönelmelidir. Tehlikeden çekinen stratejik düşünceden yoksun kimse, ezberlediği yoldan gider. Oysa amacına uygun orijinal düşünceler üretenler güçlüklerden kaçmayan insanlardır.²⁰⁰ Üzüntü, kişinin farklı durumlar için yeni çözümler getirmesini de sağlayan, kişiyi zorluklara karşı hazırlayan ve onun bireysel kemalini elde etmesine vesile olarak nitelenebilecek psikolojik bir gelişime de vesile olabilir. Aynı şekilde eğer üzüntüyü kontrol etmeyi sağlayamaz ve kontrolsüz bir şekilde ruhsal ve bedensel sağlığını tehlikeye atarsa aynı üzüntü kişinin hayatta başarısız ve mutsuz olmasına da sebep olabilir.

Bu konuda yapılması gerekenler ve alınacak tedbirler bizim için önem arz etmektedir. Diğer açıdan bakıldığı zaman kişi üzüntü ve mutluluk ilişkisini düzgün anlamlandıramadığında en ufak zorluk ve üzüntüyle karşılaştığında ümitsizliğe kapılacak, yapacağı işlerini yapamaz hale gelecektir. Bunu aşmanın yolu ise, öncelikle zorlukların ve sorunların nasıl aşılacağı ve kendisine yaptığı katkıyı bilmekten

¹⁹⁸ Schmid, *Mutsuz Olmak*, s. 52.

¹⁹⁹ 94/İnşirah Suresi, 5.

²⁰⁰ Tarhan, *Duyguların Psikolojisi*, s. 58.

geçmektedir. Bizde tezimizin bu bölümünde bu anlamın nasıl gerçekleşeceği noktasında Kindî'nin önerilerini inceleyeceğiz.

Modern toplumda insanlar hayatın anlamını kaybetmiş durumdular. Çalışma hayatını ve genel olarak hayatını anlamlandırmada sorunlar yaşıyorlar. Hâlbuki insanın hayatını anlamlandırması kişiye kuvvet verir, anlam yoksunluğu ise insanı kuvvetten düşürür. İnsanlar bir anlam görürlerse birçok şeyi alt edebilirler. Bir anlam görmezlerse hiçbir şeyin üstesinden gelemeler. Eskiden insanlar anlamı kaderde ve yüksek bir takdirde kabul edip anlamı sorgulamazlardı. Modern çağ insanın anlam dünyasını tüketmesi sebebiyle anlam daha işitilir biçimde sorgulanıyor. Mutluluğa erişme çabasındaki ısrar anlam yoksunluğunun yol açtığı çaresizliğin bir işaretidir. Modern hayatın yaşam koşullarının ağırlığı kişinin mutluluk beklentisinin belli noktalara odaklanmasını ve esasında anlam ve değer dünyasını yitirmesine sebebiyet vermektedir. Burada ortaya çıkan çöküşe karşı koyabilmek için çılgınlar gibi mutluluğun peşinde koşuyorlar, bu da başka bir stresi ortaya çıkarıyor. O da mutlu olma zorunluluğu olarak ifade edilebilir. Aslında mutsuz hissetmek kişinin anlam dünyasını sorgulamayı sağlayabilir.²⁰¹

2.1. İnsan Olabildiğince Mutluluğu Aramalı, Mutsuzluktan Kaçınmalı

Kindî insanda beliren mutluluk arzusunun yapısında bulunduğunu belirtir. Bu nedenle de kişi üzülse de ağlasa da sonra tekrar kendisini mutluluğa doğru yöneltir. Bireyin mutluluğunu engelleyen şeyler ise, musibet olarak değerlendirilmektedir. Ancak bu dünya düzeni içerisinde insanın bunlarla karşılaşması da gerekmektedir. Bu nedenle Kindî, bu dünyanın oluş ve bozuluş alemi olduğu için kişinin hayatın içinde hiçbir zorlukla karşılaşmamayı istemesinin aslında yaşamı anlamadığı ve var olmayı istemediği anlamına geleceğini belirtir. Çünkü musibetler ancak bozuluşa tabi varlıkların bozulmasıyla meydana gelir. Demek oluyor ki bozuluş yoksa oluş da yoktur. O halde musibetleri istemeyişimiz tabiatta oluş ve bozuluşu istemediğimiz anlamına gelmektedir. Tabiatta olanın gerçekleşmemesini istemek ise imkânsız istemek demektir. İmkânsız isteyen amacına ulaşamaz. Kindî'ye göre, mutlak anlamda üzüntüsüz ve mutlu bir yaşam isteği kötü bir huydur. Bu nedenle de kişi bu tür kötü huylardan utanmalı, bu düzeye yani cehalet ve bahtsızlık düzeyine düşmekten

²⁰¹ Schmid, *Mutsuz Olmak*, s. 60, 61.

sakinmalıdır. Çünkü bunlardan birincisi olan cehalet insanı bayağılaştırır. İkincisi olan bahtsızlık ise zillete yol açar ve böyle bir kötü hale düşmekle başkalarını sevindiririz.²⁰²

Kindî'ye göre, içinde yaşadığımız oluş ve bozuluş (kevn ve fesad) aleminde kayıplardan kurtulmak mümkün olmadığına göre, insan değişen ve elden giden geçici nimet ve imkanlar yerine her zaman kalabilen ahlaki ve akli erdemleri aramalı, seçeceği şeyleri “akıl alemi”nden seçmelidir. Değişken olan tabiat dünyasında duyusal haz ve menfaatlerin sürekli bizimle olmasını istemek tabiat düzenine aykırıdır. İnsanın olabildiğince mutluluğu araması ve mutsuzluktan kaçınması onun başlıca görevidir. Bunun içinde Stoacı bir deyişle “ihtiyaç ölçüsünde gerekli olduğu akıl tarafından benimsenen şeylerin ötesindeki fazlalıkların arayışı içinde olmamalı aksine yüksek erdemlere yönelmelidir.”²⁰³

İnsanın olabildiğince mutluluğu araması gerekir, ancak üzüntüsüz bir yaşam da yoktur. İnsanın üzüntü ile tanışması aslında annesinden doğduğu andan itibaren başlamaktadır. Doğum gerçekleştiğinde bulunduğu yeri terk eden insan ağlayarak hayata başlar. Bu fiziksel bir şey olduğu kadar, manevi anlamda da bir şeyler ifade etmektedir. İnsan ilk üzüntü tecrübesini doğduğunda yaşamaktadır. Aynı şekilde çocuk büyüme çağlarında da üzüntüyle birlikte olgunlaşır. İnsan çocukken düşer, kafasını bir yerlere vurur, istediklerini elde edemediğinde üzülür. Ancak bu yaşadığı şeyler onun olgunlaşmasını sağlar. Bunları yaşamamız bizim için nefis terbiyesinin aşamaları olarak karşımıza çıkar. Çünkü onlar bizlerin kişilik gelişimimizi ve karakterimizin olgunlaşmasını sağlamışlardır.

Çocuklarını hayata hazırlarken ebeveynler sürekli olarak çocuklarını kollasalar, çocuklarının üzülmeye hiçbir şekilde izin vermeseler, insan hayatta güçlü ve ayakları üzerinde duran, kendini ifade eden bir kişilik gelişimini nasıl oluştururdu? İlk emekleme ve yürüme sırasında insanın düşmesine engel olunsaydı, kişi düşmediği için acının ne demek olduğunu anlamazdı. İnsan bu durumda hayatta daha mı az üzülürdü, elbette ki hayır. Böyle büyüyen bir insan olsaydık, yaşamamızın ileriki safhalarında çok acı çeken, çok üzülen bir insan olmaya mahkûm olacaktık. Çünkü üzüntü insana çok şeyler

²⁰² Kindî, “Üzüntüyü Yenmenin Çareleri”, s. 301, 302.

²⁰³ Mustafa Çağrı, “Kindî'nin Def'ul-Ahzan adlı Risalesi”, *Marmara Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi*, İstanbul 1995, sayı: 7, 8, 9,10, s. 223.

öğretir. Bir daha onu yapmamaya veya daha büyük üzüntülerle karşılaştığımızda hazır bulunmaya bizleri sevk eder.

İnsanlar mutsuz oldukları için mutlu olmaya çabalarlar. Mutluluğu bulduklarında da mutsuzluk olmadan yapamazlar. Çünkü mutluluğun zıddına muhtaçtırlar. Mutluluk insanları terk ettiğinde tekrar mutsuzluğa düşerler. Mutluluk anları ve zamanları, mutsuzluğun nekahatı için anlamlıdır, ama mutluluğu sürekli istemek anlamsızdır. Çünkü mutluluğun ebediyen sürmesi mümkün değildir. Ne var ki mutluluğu daimi zevkte aramak mutsuz olmanın en emin yoludur.²⁰⁴

Bu konuda bilinen bir hikâye bize örnek teşkil edecektir. Bir tırtıl, bir gün zamanı gelince kozasını örer. Kelebek olacağı zamanı beklemeye başlamış, belli bir zaman geçtikten sonra tırtıl kelebek olup kozasından çıkmaya başlamış, tabi bu iş o kadar kolay bir şey değil. Sağına solun döne döne, acı çeke çeke çıkmaya çalışıyormuş kozasından o esnada dışarıdan onu izleyen biri onun çıkarken çektiği acıyı görmüş eline bir makas alarak ona yardımcı olmak istemiş. Kozayı kelebeğe zarar vermeden kesmiş, kelebek artık özgürmüş, kozasından çıktığı için sevinçliymiş, ama olumsuz giden bir şeyler varmış, kelebek uçmak istediğinde uçamamış ve buna bir anlam verememiş. Aslında olan şey, tırtıl kelebek olduğu zaman acı çekerek kozasından çıkarken kozadan kanatlarına bir sıvı salgılamış. Bu sıvı sayesinde kanatları can bulur, uçmasına yardım edermiş. Hayatta insan için buna benzer bir durumdur. İnsan acı olarak gördüğü şeyler vasıtasıyla koza ve kelebek örneğindeki sıvı gibi güçlü kılar. Bazen bazı şeyleri olduğu gibi kabul etmek bizi mutluluğa götürür.²⁰⁵

Bu nedenle bizlerin tecrübe ettiği üzüntü ve mutluluk bu âlem için devamlılığı olan durumlar değildir. Bunu bilip kabul ettikten sonra insanın yapması gereken doğru tercihler ve doğru bir akıl yürütme mekanizması ortaya koymaktır. Tırtıl örneğinde olduğu gibi etrafımızı dikensiz gül bahçesi haline getirmek esasında insanların yapabileceklerini sınırlamak, onları korurken tehlikeye atmak anlamına gelecektir.

²⁰⁴ Schmid, *Mutsuz Olmak*, s. 27.

²⁰⁵

http://mebk12.meb.gov.tr/meb_iys_dosyalar/72/05/747592/dosyalar/2014_12/16071137_11030223_keleb_einryas.pdf

İnsan her daim mutluluğu arar, ancak mutsuz olduğunda çareyi dışarıda arayan insanların mutluluğa erişemediğini görüyoruz. Çözümler genelde sorunun içinde gizlidir. İnsanın da sorunlarını çözmek için önce iç dinamiklerine bakması gerekmektedir. İnsanın kendi içinde bir yolculuğa çıkması ve kendini fark etmesi iki aşamalı bir süreç olarak nitelenmiştir. Birinci aşama farkındalık ikincisi ise bilgilendirmedir. İnsanın bir şeyin üzerinde çalışabilmesi için önce onun farkına varması gerekir. Bu da insan olmasının gereği olan niteliklerini fark etmesine bağlıdır.²⁰⁶

2.2. Hiçbir şey senin değil

Hatırdan çıkartmamamız gereken bir husus daha vardır. Başkalarının ulaşabildiği her şey bütün insanlar arasında ortak olup bizim onlara ulaşmamıza başkalarından daha layık olduğumuzu göstermez. O şey ona sahip olanın elinde bulunduğu sürece onundur. Başkalarının ortak olmadığı, diğerlerinin değil de yalnız bize ait şeylere gelince onlar bizim psikolojide güç ve değerlerimizdir. İşte kaybedecek olursak üzülmede mazur sayılmamız gereken bu psikolojik değerlerdir. Çalışıp kazandıklarımızın elden gitmesine gelince onlara üzülme bize yakışmaz. Çünkü insanların doğal olarak malik olmaları gereken şeylere sahip bulunmalarından üzüntü duyan kimse hasetçinin biridir. O halde kıskançlık duygusuna kapılarak kendimize zulmetmeyelim zira kıskançlık kötülerin en kötüsüdür.²⁰⁷

Kindî insanların bu dünya hayatında elde ettiklerine sahip olduğu yanılığının insanı üzüntüye sevk ettiğini belirtmektedir. Bu, insanoğlunun en büyük yanılığlarından birisidir. Zira bu dünyaya gelen her insan yeryüzünde bir şeyleri sahiplenmiştir. Bunun için atışmalar, kavgalar, savaşlar yapmıştır. Ama geri dönüp baktığımızda bunların hiçbirisi kalmamıştır. Kişinin yanında götürdüğü tek şey, yaptığı iyilikler ve kötülüklerdir. Bu nedendir ki kişinin öncelikle bilmesi gereken kendisinin bir emanetçi olduğudur.

İnsanın hayatını yaşarken dikkat etmesi gereken en önemli hususlardan birisi de sahip olduğu ve kontrol edebildiği tek zaman diliminin içinde bulunduğu an olmasıdır. Kimsenin yarın aynı yerde olacağının garantisi yoktur. Bu nedenle dikkatimizi

²⁰⁶ Nevzat Tarhan, *Yunus Terapi*, Timaş Yay., İstanbul 2013, s. 115.

²⁰⁷ Kindî, “Üzüntüyü Yenmenin Çareleri”, s. 302. met. ve çev.: Çağrı, s. 75.

bulduğumuz yere ve o ana vermemiz bizim hayatımızı daha verimli ve anlamlı hale getirmemize yardımcı olacaktır. Kişinin kendisinin dışındaki herkes ve her şey insana bir şey öğretir, yanlış kişiler ve davranışlar insana doğru davranışın nasıl olması gerektiğini öğretebilir.²⁰⁸ Burada dikkat edilmesi gereken nokta hayatın bir bütün olduğu aslında hiçbir şeyin bize ait olmadığını bilincinde olmak ve kendimiz açısından doğru ve hak olanı gerçekleştirmektir.

2.3. Her Şeyin Sahibini Bilmek

Bu noktada Mevlana'nın üzüntüyle ilgili yaptığı tasvir Kindî'nin söylemleriyle benzerlik arzettiğini hatırlayarak hazırbulunuşluk sağlamak istiyoruz. Mevlana, insanların yaşadıkları olumsuz tecrübelerin, esasında onun içinde rahmetler barındıran bir durum olduğunu vurgular. "Sopayla kilime vurmanın gayesi kilimi dövmek değil, kilimin tozunu almaktır. Allah sana sıkıntı vermekle tozunu kirini alır."²⁰⁹ İnsanların oluş ve bozuluş âleminde karşılaştıkları zorluklar da insanların olgulaşmasına, kâmil insan olmalarına katkıda bulunmaktadır. Aslında tüm bunların altında yatan güven duygusudur. İnsanoğlu yeryüzünde varlığını devam ettirirken karşılaştığı sorunlarla ilgili sıkıntı ve endişeye düşer, bu da kişinin sürekli bir korku içine düşmesine sebep olabilir. Bunlar maddi sefaletler, hastalık ve ölüm korkusu gibi durumlarla desteklenen insanı içten ve dıştan tehdit eden ve temel güven duygusunu zedeleyen her ciddi durumda kendisini gösteren temel üzüntü durumlarıdır. Bu noktada karşımıza iki tür çözüm önerisi çıkmaktadır. Bunlardan birisi *kaçma tepkisi*, diğeri ise, *sorumluluğu üstlenme* tepkisidir. Sorumluluğu üstlenme tepkisi ise, kendi içinde Allah'a güvenip dayanma ve sefahat ve eğlence düşkünlüğü olarak iki kısımda incelenmiştir.²¹⁰

Üzüntünün giderilmesi noktasında Kindî tarafından bize önerilen ise, sorumluluğu üstlenme ve her şeyin sahibini bilmek ve ona göre hareket etmek olarak ifade edilebilir. Zira kişi, her şeyin sahibini bildiği takdirde kendisini güvende hissedecektir. Modern psikologlar da din inancının insanın temel güvensizliğini aşması

²⁰⁸ Richard Carlson, *Ufak Şeyleri Dert Etmeyin*, çev.: E. Ören, Alkım Yay., İstanbul 1999, s. 37, 38.

²⁰⁹ Tarhan, *Mesnevi Terapi*, s. 9.

²¹⁰ Hayati Hökelekli, *Din Psikolojisi*, TDV. Yay., Ankara 1996, s. 112.

için toplumda yerini almış bir kurum olarak ifade etmişlerdir. Bu sevgide insanda yalnızlıktan kurtulma ve beraberliğe ulaşma ihtiyacı sebebiyle ortaya çıkar.²¹¹

Kişi, her şeyin sahibini bildiğinde ve buna uygun bir şekilde hareket ettiğinde, ortak menfaatlerden olup da elimizde bulunan her şeyin nimeti yaratan şanı yüce Allah'ın bize verdiği emanet olduğunu ve bu emaneti dilediği zaman geri alıp istediğine verebileceğini kavrayacaktır. Burada zikredilen husus kişinin üzüntüden kurtulmasını Tanrı inancına bağlamaktadır. Yukarıda da ifade ettiğimiz üzere günümüz psikologları da inanç ve mutluluk arasında ilişki kurmaktadır.

Allah yeryüzünde insanlara nimetlerini dağıtırken varlığın nizamı ve intizamı çerçevesinde bunları ulaştırmaktadır. Ancak insanoğlu iyi olan her şeyin kendisinde olmasını ister. Bu nedenle de herhangi bir şeyi kaybettiği zaman bu ona büyük üzüntü verir. Ancak Kindî'ye göre, Allah nimetlerini dilediğine verir, zaten dilediğine vermemiş olsaydı o nimet bize asla ulaşmazdı. Bazen düşman eliyle o nimeti geri alınca bize kötülük ettiğini sanırız. Unutmamalıyız ki, emanetini alıp onu istediğine vermek emanet sahibinin hakkıdır, bu durum bize yönelik ne bir utanç ne de hakaret içerir. Asıl utanç ve hakaret, emanetin bizden geri alınışına üzülmemizdir. Çünkü böyle bir ahlaka cimriler ve iyiyi kötüden ayırt edemeyenler sahiptir. Kendisine bir emanet bırakılan kimsenin onu kendi malı sanması şükür dışı bir anlayıştır. Zira en azından emanet sahibine yapılacak şükür, geri almak istediğimde emaneti gönül rızasıyla, memnuniyetle ve tez elden ona iade etmektir. O halde emaneti iade etmekten üzüntü duyanın şükürü az demektir.²¹²

Kindî'nin bizlere üzüntüyü yenme noktasında ortaya koyduğu bu argüman elimizin altında bulunan imkânların asıl sahibinin Allah olduğunu kabul etmek ve o sahibi bulunduğu emaneti dilediği yolla bizden alarak dilediğine verebileceğini içselleştirmektir. Buna üzülen insan, aslında hem Tanrı'ya karşı şükür borcunu ihmal ediyor, hem de kıskançlık yapıyor demektir.²¹³ Şunu bilmeliyiz ki dünyadaki hiçbir şey buna bedenimizde dahil bizim değildir. Herşey Allah'a aittir. Kur'an'ı Kerim'de Allah şöyle buyurmaktadır. “Hamd göklerde ve yerde bulunanların hepsinin sahibi olan

²¹¹ Hökelekli, *Din Psikolojisi*, s. 114; Erich Fromm, *Sevme Sanatı*, çev.: Ö. S. Karadana, İlya Yay., İzmir 2012, s. 77.

²¹² Kindî, “Üzüntüyü Yenmenin Çareleri”, s. 302, 303.

²¹³ Çağrı, “Kindî'nin Defu'l-Ahzan Risalesi”, s. 224.

Allah'a mahsustur." Sebe Suresi 34/1 Biz sadece emanetçiyizdir. Şunu da bilmeliyiz ki, emanet sahibi (Allah) bizden sadece geçici ve önemsiz olan nimetlerini geri almakta, sürekli ve değerli olanını bize bırakmaktadır. Sonuç olarak Sokrat'ın dediği gibi üzüntü ve acılarımızı azaltmanın yolu "kaybettiğimiz takdirde üzüntüsünü çekeceğimiz şeylerin arayışı içinde olmamaktır."²¹⁴

Kindî'nin 'her şeyin sahibini bilme' olarak ifade ettiği, bu çözüm önerisi ile ilgili kaynaklarda geçen bir bilgi konuyu bizim için daha anlaşılır kılacaktır. Buna göre İstanbul'un su problemini çözen Mimar Sinan'ın evindeki su, mimar yaklaşık yüz yaşlarındayken Sadrazam kararıyla kesilir. Kanuni'nin büyük başarısı için Mimar Sinan'a tanıdığı ayrıcalık sonraki yıllarda bir vefasızlık örneği olarak elinden alınır. Mimar Sinan'ın bu olaya cevabı ben her şeyi İlahi Rıza için yaptım insanların rızası için değil diyerek karşılığını bulmuştur.²¹⁵ İnsanlar dünyevi eylemlerini bu dünyadaki maddi beklentiler için yaptıklarında bunlar ellerinden gittiklerinde üzürlüdürler. Hâlbuki Rızayı Bari'yi öncelerlerse ebedi olan, değişmeyen gerçek mutluluğu örnekte de anlatıldığı üzere elde edeceklerdir. Bunun için bu noktada 'her şeyin sahibini bilmek' de üzüntüyü yenme noktasında önemli bir çözüm önerisidir.

İnsanlar her şeyin sahibi bilmeleri durumunda "Kalpler yalnız Allah'ı zikretmekle mutmain olur"²¹⁶ ifadesi gereğince davranacaktır. Burada bilinmesi gereken nefsin aç olduğudur. Nasıl midemiz acıktığında sinyal verir, bizi rahatsız ederse, aynı şekilde bedenimiz de anormal durumlarda bize bir takım rahatsızlıklar veriyorsa; nefis de aynı şekilde doyurulmadığında, bedendeki rahatsızlıklarda olduğu gibi açlığını bize hissettirir. Bizden gıdasını ister, onun gıdası da Allah'ı zikir ve onu anmakla mümkün olur. Allah'ı anmak ve zikretmenin insan nefsindeki rahatlatıcı etkisi, kişinin bu dünyaya geliş amacını anlamasını ve yaratılış hakikatini kavramasını sağlamasıdır. Yaratılış hakikatini kavrayan insan, nefisini bilmektedir, nefisini bilen insan Rabbini bilir. Rabbini bildiği zaman bütün yapıp etmelerini anlamlı bir hale getirir ve hayatı, gerçek âlemi kavrar.

Düşünce geleneğimizdeki ümit kavramı da aslında bizlerin üzüntüyü yenmesi noktasında en önemli müracaat kavramlarından. Ümit duygusunun kaynağı ise

²¹⁴ Çağrıncı, "Kindî'nin Defu'l-Ahzan Risalesi", s. 224.

²¹⁵ Tarhan, *Duyguların Psikolojisi*, s. 118.

²¹⁶ 13/Ra'd Suresi, 28.

esasında her şeyin sahibini bilmektir. Allah'ın bizi her zaman gördüğünü bilmek, yaşanan sıkıntıyı yüce bir kudrete havale etmek yolunu açar. Bunu Yunus Emre'nin şiirlerinde de görüyoruz. Bu anlayışta da Kindî'nin ifade ettiklerine benzer, “acı gerçek olmazsa, aşk da gerçek olmaz” anlayış öne çıkar. Her sıkıntının karşılığında bir mükâfatın varlığı da kabul edilmiş olur.²¹⁷

3. TEMEL ÜZÜNTÜ NEDENLERİ VE ÇÖZÜMLERİ

İnsanın üzüntüyü yenmesi için çok yönlü bir yaklaşım gerekiyor, yukarıda da açıkladığımız üzere, öncelikle kişinin nefis ve bedenden müteşekkil insanın yapısını kavraması gerekmektedir. Bu kavrandıktan sonra üzüntünün ne olduğu, insanın varlığını anlamlandırmasının mahiyetinin bilinmesi gerekmektedir. Tüm bunlar birey tarafından kavrandığında üzüntüyü yenmede daha kolay bir süreç ortaya çıkacaktır. Biz bu bölümde insan hayatında etkili olan temel üzüntü unsurların müzakereye açacağız.

3.1. Yitirilenler ve Elde Edilemeyenler/Korkunç Çelişki

Bu noktada insanın en fazla zorluk çektiği durumlardan birisini hayatın içinde yitirdikleri ve elde etmek isteyip de elde edemedikleridir. Üzüntü'nün tanımında da zikrettiğimiz üzere, insan için en büyük üzüntü sebeplerinden birisini bu husus oluşturur.

Bu konuya büyük önem veren Kindî yitirdiklerimize ve elde edemediklerimize üzölmek gerekseydi, bu durumda ya sürekli üzölmemiz veya hiç üzölmememiz gerektiğini ifade eder. Bu ise korkunç bir çelişkidir. Çünkü eğer üzüntü, elde ettiklerimizin kaybından ve elde edemediklerimizden kaynaklanıyorsa, üzüntüye düşmemiz de hoş bir şey değilse ve üzüntünün sebebi de bahsettiğimiz husus ise, bu takdirde bize dışımızdan gelip bizim olmayan, istemediğimiz bir şey bizi üzmemelidir. Zira elden giden ve elde edemediğimiz şey bizi ilgilendirmez. Öyleyse hiç üzölmek için bir şey edinmemeliyiz. Şayet bir şeye sahip olmamak gerekiyorsa ve sahip olmamak da bizi üzüyorsa, sahip olmadığımız zaman sürekli üzölmek gerekir. Buna göre sahip olsak da olmasak da asla sürekli üzölmek kaçınılmazdır. Demek oluyor ki sürekli üzölmek gerekiyorsa asla üzölmememiz gerekir. Biz bir şeye sahip olsak da

²¹⁷ Tarhan, *Yunus Terapi*, s. 50.

olmasak da asla üzülmemeliyiz. İşte bunların hepsi birer çelişkidir. O halde üzülmememiz gerekmiyor. Akli başında olan kimseye düşen, gerekli olmayan, özellikle zararlı ve ızdırıp veren şey üzerinde düşünmemek ve onunla uğraşmamaktır.²¹⁸

Aksine tüm bunların üstesinden gelip hayata devam etmektir. Süt kavgasına düşen iki küçük kurbağanın hikâyesi bu anlamda çok önemlidir. Kurbağalardan biri korkuyla doluydu ve kovaya düşmenin üzüntüsüyle hiçbir şey yapmadan düştüğü kovada duruyordu. Az biraz içinde yüzmeye çalıştı ama çok geçmeden vazgeçti. Sütün içinde nefes alamadı ve boğuldu. Diğer kurbağa ise ön ayaklarını kovanın kenarlarına yerleştirdi ve arka ayaklarını çırpmaya başladı. Kısa zamanda altında bir yağ tabakası oluştu. Altındakini hisseder hissetmez dışarıya atladı. Bu işin üstesinden gelmenin bir yolu olduğunu biliyordu. Orda öylece durup oraya düşmenin veya başına gelen musibetin üzüntüsünü yaşamayı tercih etmeyerek akıllı bir seçim yaptı ve musibetin üstesinden geldi. Orda durup haline üzülseydi sonu diğer arkadaşı gibi olacaktı. Evet, ne olduğu değil, nasıl tepki gösterdiğimiz önemlidir.

Bu noktada Kindî de üzüntü konusunda Sokrates'ten örnekler verir. Buna göre, Atinalı Sokrat'a, "Neden üzülmüyorsun?" demişler, o da; "Çünkü kaybedince üzüleceğim şeyler edinmiyorum" diye cevap vermiştir. Sokrates'ten aktarılan bir diğer rivayete göre de, filozof Sokrat buldukları kampta kırık bir fiçı içinde barınmış. Günlerden bir gün yanındaki, sanatkârlarla konuşurken "üzülmek için bir şey edinmemeliyiz" der. Sanatkârlardan biri "fiçı kırılırsa" deyince Sokrat "fiçı kırılırsa, mekân kırılmaz ya!" diye cevap verir. Filozofun dediğini dikkate almamız gerekiyor; çünkü her kaybolanın yerine geçen bir başka şey vardır.²¹⁹

Kindî'nin bu konuda bizlere aktardığı bir diğer hikâyeye göre, adamın biri Roma imparatoru Neron'a yapımı ilginç, değeri yüksek kristal bir küre hediye eder. Hediye bir topluluk üzerinde İmparator'a sunulur, aralarında o çağın filozofu da bulunmaktadır. İmparator kendisine sunulan hediyeden büyük bir memnuniyet duyar, huzurundakiler de hediyeğin güzelliği üzerine çok şey söylerler. Bu sırada imparator filozofa dönerek, "bu kristal küre hakkında ne dersin" diye sorar. Filozof "bu küre sizde gizli bir ihtiyacı ortaya çıkarmış ve sizin de bildiğiniz büyük bir musibete işaret etmiş bulunuyor" diye

²¹⁸ Kindî, "Üzüntüyü Yenmenin Çareleri", s. 302, 303

²¹⁹ Kindî, "Üzüntüyü Yenmenin Çareleri", s. 303, 305.

cevap verir. İmparator “bu nasıl olur” deyince filozof, “kristal küre kaybolduğunda bir benzerini elde etme imkânı bulunmadığından bu durum senden onun gibi bir küreye sahip olma ihtiyacını doğurur, şayet bir kazaya uğrayacak olsa, ondan mahrum kalmak senin için büyük bir musibet sayılır” demiştir. Hikâyenin devamı da filozofun dediği gibi gelişme gösterir ve imparator bahar mevsiminde yakındaki adalardan birine gezintiye çıkar, istirahatgahına taşınacak eşya arasında kristal kürenin de bulunmasını ister. Fakat kürenin bulunduğu gemi batar ve bir daha kürenin izine rastlanmaz. Çevresindekiler olayın imparator, üzerinde büyük bir felaket etkisi yaptığına şahit olmuştur. O ölünceye kadar kürenin benzerini elde etmeye çalışmışsa da başaramamıştır. Bu nedenle Kindî başına az musibet gelmesini isteyen, üzüntüden uzak olmak isteyen kimse dışarıdan edindiği şeyleri azaltmalı ve devamlılığı olan şeylere rağbet etmelidir.²²⁰

Bu yüzden insanın her şeyin yaratıcısı şanı yüce Allah’ın, yarattıklarını eksik tabiatlı değil, kendi kendine yeterli olarak yarattığını bilmesi gerekmektedir. Kindî bizlere bu konuda doğadan örnekler verir, zira Allah Teâlâ’nın yarattıkları arasında koskocaman balık (balina) ve ilginç yaratılıştaki filden her birinin, gerekli olan sürekli besin, barınak ve sığınak bakımından kendilerine yeterli olduğunu görmekteyiz. Bunların başında yaratıkların ihtiyaçları da rahat yaşayacakları ölçüde hazırlanmış, düşünen kudret onlarla ilgili, hiçbir şeyi eksik bırakmamıştır. İnsandan başka bütün canlılar, kendilerini inciten bir şey olmadıkça güven içinde iyi bir hayat sürmektedirler. İnsanın diğer canlılardan farkı düşünebilmesi ve eylemlerini gerçekleştirirken geleceği de hesaba katabilmesidir. Bu insana büyük sorumluluklar vermektedir.²²¹ Fakat insanın öteki canlılar üzerinde egemen olmasını ve onları yönetmesini sağlayan akıl becerisinin bir noktadan sonra kendisini yönetmekten alı koyması kişinin aklını gereği gibi kullanmadığını göstermektedir.

Bundan dolayı Kindî, akılsız duruma düşmekten utanç duymamız gerektiğini belirtir. İnsan akletme becerisini kullandıkça hayatını sürdürmek ve iyileştirmek için hiç de gerekli olmayan pek çok şeyi edinmek ister. Dünya hayatındaki çeşit çeşit yemekler, göz alıcı varlıklar, görüp zevk alınan süslemeler, kişiyi gerçek yarardan alıkoyan ve huzurunu bozan güzel sesler, hoş kokular bunlardandır. İnsanın bunları elde etmesi onu

²²⁰ Kindî, “Üzüntüyü Yenmenin Çareleri”, s. 305.

²²¹ Kindî, “Üzüntüyü Yenmenin Çareleri”, s. 303, 305.

mutluluğa ulaştırmak yerine; tasaya, kayba, acıya, tahassüre götürür. Çünkü yitirilen her şeye gelen bir musibet; elde edilemeyen her şeyin yol açtığı bir hasret; yok olup giden her şeyi görüp gözlemenin sebep olduğu bir hüznün ve sıkıntı, her güvenliğin sonunda da bir korku vardır. Zira korkan kimsenin kafası meşgul, kalbi de huzursuzdur. Bu yüzden diyoruz ki, dışarıdan gereksiz şeylerle kendini oyalayanın ebedi hayatı yıkılır. Fani dünyada yaşantısı stresle geçer, hastalıkları artar ve acıları dinmez.²²² Şunu da unutmamalıyız ki hazinelere de sahip olsak yiyeceğimiz üç öğün yemek, yatacağımız bir yatak, götürebileceğimiz ise, hiçbir şey yoktur.²²³

İnsanların kararsız, kendini tüketen, hayalleri boşa çıkaran, sonu başlangıcını yalanlayan, kendisine güvenini hayal kırıklığına uğratan, ona kananı acınır hale düşüren bu fani âlemden geçişleri Kindî tarafından temsil edilen hikâyedeki topluluğun durumuna ne kadar benziyor. Bir grup insan yaşadıkları ormandaki yere gitmek üzere bir gemiye binerler. Bazı ihtiyaçlarını karşılamaları için geminin kaptanı bir limana yanaşır demirler. Yolcular ihtiyaçlarını temin etmek için gemiden çıkarlar bir kısmı ihtiyacını temin edip başka bir şeyle ilgilenmeden gemiye döner ve hiçbir engelle karşılaşmadan, kimseyle çekişmeden ve herhangi bir izdihama maruz kalmadan geminin en rahat yerine yerleşir. Bir kısmı da rengârenk çiçek türleriyle donanmış araziye seyretmeye, o çiçeklerden yayılan değişik nefis kokuları içlerine çekmeye, bol ve nadide ağaçların ilginç meyvelerinden yemeye, güzel sesli kuşların hoş ötüşlerini dinlemeye giderler. O bölgede değişik renk ve görünümdeki taşların göz alıcı manzarasına, ruhu okşayan ilginç şekildeki sedeflerinin seyrine dalarlar. Fakat ihtiyaçlarını karşıladıkları o yerden pek fazla ayrılmazlar. Gemiye döndüklerinde de en geniş ve en rahat yerlere yerleşirler.²²⁴

Diğer bir kısmı ise ihtiyaçlarını karşıladıkları o yerden ayrılmamakla birlikte o sedefleri, değerli taşları çevredeki meyve ve çiçekleri toplamaya koyulurlar. O bölgenin taş ve sedeflerinin, biraz sonra aldanıp toplamaktan utanç duyacakları solan çiçeklerinin, az sonra çevredekilerin iğrendiği pisliğe dönüşecek olan meyvelerin ağır yüküyle gemiye dönerler. Fakat başkalarının önceden geminin geniş ve rahat bölümlerine yerleştiklerini görürler. Bunun üzerine dar, engebeli ve sert bir yere

²²² Kindî, “Üzüntüyü Yenmenin Çareleri”, s. 306.

²²³ Carregie, *Üzüntüsüz Yaşama Sanatı*, s. 184.

²²⁴ Kindî, “Üzüntüyü Yenmenin Çareleri”, s. 306, 307.

tıkışırılar. Üstelik değerli gördükleri taş ve sedefler, çiçek ve meyveler o sert ve dar ortamda kendilerine yük olmaya başlar. Öyle ki yerlerini daraltacak taşları toplamadan gemiye erken dönenlerin sahip oldukları rahatlıktan büsbütün mahrum kalırlar. Ayrıca önce dönenler, berikiler gibi topladıklarını koruyup kollamak ve onların zarar görmelerini önlemek gibi bir hizmete katlanmıyor, onlardan uzak kalmanın, aşırı bağlanmanın verdiği sıkıntı ve kaybolma korkusu ile meşgul olup istirahatlarının çoğunu onlara ayırmıyorlardı. Dahası onlardan bir veya bir kaçını kaybolmadıkça toplayanları üzüntü ve kedere sevk etme durumu da bunlar için söz konusu değildi.²²⁵

Bazıları ise, gemilerini ve gitmek istedikleri vatanlarını unutup o geniş araziye ve ormana dalmışlardı; o taşları sedefleri toplamak ve meyveleri yemek, onların vatanlarına dönmeyi ve gemide müsait yer bulmayı düşünmelerine engel oluyordu. Ayrıca bu durumda onlar, kendilerini bekleyen sürekli korku, felaket ve acıdan da emin değillerdi. Şöyle ki yırtıcı hayvanlar, zehirli yılanlar, ürküntü veren sesler, yüzlerini ve diğer organlarını çizip yaralayan ağaç dalları veya boy boy dikenlerin ayaklarında açacağı ve uzun tedaviyi gerektiren yaralar yahut yürümelerini engelleyen bataklık, mahrem yerlerini örten elbiseyi kirleten çamur ya da giysilerini yırtan dallar yahut da ilerlemelerine engel olan sarmaşıklar onları bekliyordu.²²⁶

Kaptan geminin kalkacağını onlara bildirince bir kısmını toplayıp devşirdiği yükleri döndüler, fakat anlattığımız sıkıntılarla karşılaştılar. Gemide müsait yer olmadığından ancak dar, sıkıcı, rahatsız edici ve tehlikeli hastalıklara yol açan yer bulabildiler. Bir kısmı ise, ormanın içlerine çok daldıkları ve araziye dağıldıkları için kaptanın sesini duymadılar. Nihayet gemi kalktı ve böylece onlar vatanlarından ayrı düşerek buldukları yerde ölümcül tehlikelerle ve müthiş güçlüklerle karşı karşıya kalıverdiler. Onlardan kimini yırtıcı hayvanlar parçaladı, bazısını yılanlar soktu. Sonunda hepsi iğrenç leş haline geldi. Varmak istedikleri vatanlarından ayrı organları dağılmış ve iğrenç duruma düşmüş olan bu kimseler tanımayanlar için rahmet, tanıyıp bilenler için ibret oldular.²²⁷

Öte yandan bir kısmının toplayıp yüklenerek gemiye döndükleri o akıllarını çelen, hürriyetlerini kısan, rahatlarını kaçırıp ve yerlerini daraltan çiçekler çok

²²⁵ Kindî, “Üzüntüyü Yenmenin Çareleri”, s. 307.

²²⁶ Kindî, “Üzüntüyü Yenmenin Çareleri”, s. 307, 308.

²²⁷ Kindî, “Üzüntüyü Yenmenin Çareleri”, s. 308.

geçmeden soldu ve taşların rengi matlaştı. Çünkü çiçekleri ve renkleri canlı kılan rutubet artık yoktu. O sedefler de bozulup fena halde kokuştular. Böylece topladıkları şeyler hem kendilerine yük hem de rahatsız edici bir çevre oluşturdular. Artık onları denize atmaktan başka çare kalmamıştı. Çünkü onlar sahip olanın hareketini engellemiş, hayatını zehir etmiş, bulunduğu yere üzüntü vermiş ve hürriyetini kısıtlayan bir yük haline gelmişti. Onları denize atınca da elleri bomboş kalmıştı. Onlar henüz gidecekleri yere varmadan o kötü kokuların kendilerini etkilemesi ve yorgunluktan güçlerini kaybetmeleri yüzünden birçok hastalığa yakalandılar.²²⁸

Yerin darlığı, sertliği ve verilen hizmetin ağır oluşunun da onların zarar görmelerinde payı vardı. Bu yüzden bir kısmı gidecekleri yere ulaşmadan öldü, bir kısmı da hasta ve bitkin olarak varabildiler. Çevreyi seyre dalıp, güzel kokuları teneffüs ederken gecikenler ise, buncacık meşguliyet yüzünden geniş ve rahat yer bulamamış oldular. İhtiyacını görmek için dışarıya çıktığında gözüne işenlerden başka herhangi bir şeyle meşgul olmayanlara gelince, onlar oyalanmadan erkenden gemiye dönüşler, en geniş ve rahat yerleri tutmuşlar, huzur içinde vatanlarına kavuşmuşlardır.²²⁹

Burada dışarıda olan insanların farklılıkları keşfettiği, gemiye dönen insanların ise farklılıkları keşfetmek yerine mevcut durumları koruduğu bunun da insanları yeni şeyler öğrenmekten alıkoyacağı iddia edilebilir. Bu ilk bakışta doğru bir yaklaşım olarak gelebilir, ancak Kindî'nin hikayenin devamında asıl vatanlarına dönme olarak tarif ettiği durum, yani döndüklerinde ebedi vatanlarında kalmaları yine orada da başka şeyleri keşfedecekleri düşünüldüğünde burada verilmek istenen amacın yeniliklerden uzaklaşmak ya da onlardan yüz çevirmek değil, tam tersine geçici olan şeyleri bir yana bırakıp daimi olan şeyleri incelemektir.

Bizim bu âlemden gerçek âleme geçişimizin örneğini teşkil eden bu misaller, bu âlemden gelip geçenlerin durumuna benzemektedir. O halde yeryüzündeki çakıl taşlarına sudaki istiridyelere, ağaçlardaki çiçeklere ve kısa süre sonra yük haline dönüşecek olan kuru otlara kapılıp aldanmamız bizim için ne kötüdür. Görüyoruz ki bu şeylerin verdiği sıkıntıdan kurtulmamız ancak onları uzak yerlere, denizlerin dibine ve alevli ateşe atıp kendimizden uzaklaştırmakla olur. Bunu yaparken onların pis

²²⁸ Kindî, "Üzüntüyü Yenmenin Çareleri", s. 308, 309.

²²⁹ Kindî, "Üzüntüyü Yenmenin Çareleri", s. 309.

kokusundan burnumuzu tutmalı, çirkinliklerini görmemek için gözlerimizi kapamalı, yakınlarında bulunmanın verdiği huzursuzluk ve görmenin bizde uyandırdığı nefretten dolayı onlardan uzak durmalıyız.²³⁰

Yaratılan şeyler er geç yok olacaktır. Bu felsefeyi kabul etmek insana huzur verir. Bir şeyin kırılacağını önceden bekliyorsanız, o şey kırıldığı zaman kırılıp üzülmezsiniz. Sevdiğiniz şey yok olduğunda kederleneceğinize onca zaman ona sahip olduğunuz için dinginlik ve kısmen de olsa bundan dolayı bir mutluluk duyarsınız.²³¹ Ortada bir hüznün vardır ve kaybın verdiği bir duygudur, ama üzüntü ve kedere dönüşmemesi, insanı birçok olası sıkıntıdan kurtarır.

İşte başımıza geldiğinde bizim için üzüntü kaynağı olacak şeyler bunlardır. Eğer üzüleceksek, gerçek vatanımızdan ayrıldığımız ve geminin bizi gerçek vatanımıza ulaştırmasına engel olan bir yükü yüklediğimize üzülelim. O gerçek vatan ki, oradaki yokluklar, özlemler ve kayıplar bulunmadığı için sıkıntı ve üzüntüler de yoktur. Zira gerçek olmayan bir şey orada bulunmaz, istenmesi uygun olmayan şeye karşı da istek duyulmaz. İstek duyulan şey ise hemencecik isteyen yan başındadır, hem de ondan hiç ayrılmamak ve zarar ziyana uğramamak üzere. Gerçekte biz üzülmemeye direncimizi yitirdiğimize üzülmeliyiz, çünkü bu aklın özelliğidir. Bize üzüntü veren şeylerin yokluğuna üzülmek ise, cehaletin özelliğidir.²³²

Bu bağlamda Mevlana'nın "İstediğin bir şey olmuyorsa ya daha iyisi olacağı için... Ya da gerçekten de olmaması gerektiği için olmuyordur..." ifadesi insanların aslında hayatın içinde yaşadıklarının kendilerini daha kötü durumlardan koruyan şeyler barındırdığını ifade etmektedir. Bu Kur'an'da da zikredilen bir husustur. Buna göre neyin hayır neyin şer olduğunu bilmek bizler açısından mümkün değildir. Bizim için önemli olan işlerimizde, tavır ve tutumlarımızda hayra niyet etmek ve hayır için çaba göstermektir. Sonuç ise bizi aşan, daha büyük bir düzenin de parçasıdır.²³³

²³⁰ Kindî, "Üzüntüyü Yenmenin Çareleri", s. 309.

²³¹ Carlson, *Ufak Şeyleri Dert Etmeyin*, s. 124.

²³² Kindî, "Üzüntüyü Yenmenin Çareleri", s. 309.

²³³ Tarhan, *Mesnevi Terapi*, s. 9.

3.2. Ölüm Korkusu

Korku, insan organizmasının psikolojik ve fiziksel bütünlüğünü tehdit eden; içten ve dıştan gelen uyarılara karşı gösterilen doğal tepkidir. İnsanın kişisel bazı istek ve arzuları, toplumsal yargılar ve baskılardan dolayı yerine getirilemez. Bir kısım arzular zaten bilinç dışıdır. Sürekli benliği zorlamaya ve bilinç düzeyine çıkmaya çalışır. Bu dürtüler çevresel baskılardan dolayı kişiyi sıkıntı ve korkuya sevk eder. Bu kimi zaman çevreden gelen saldırılar veya tehlikelerden de kaynaklanabilir.²³⁴

İnsanı korkuya, kaygıya ve üzüntüye sevk eden unsurlardan birisi de ölüm korkusudur. İnsanın ölüm tecrübesi iki türdür. Bunlardan birincisi kişinin kendisinin hayatını kaybetmesine dair korkudur. Diğeri ise, sevdiği bir kişiyi kaybetme korkusudur. Birincisi kişinin kendi hayatını anlamlandırması ile ilgilidir. Yani kişi eğer varlık düzenini kavrayamaz ise, kendi ölümünü yeryüzünün en kötü olayı olarak görecektir. Bu konu özellikle filozofların dikkatini çekmiş, ölüm korkusundan kurtulma yolları ile ilgili çözüm önerileri ortaya koymuşlardır. Ölüm korkusuyla ilgili bir diğeri husus ise, kişinin sevdiği insanları kaybetmesi sebebiyledir.

Kindî ölümle ilgili yaptığı değerlendirmelerde korkulması gerekenin ölüm değil ölüm korkusu olduğunu belirtir. Bu nedenle de bizler için kötü olan şeyden değil, sadece kötüden nefret etmemiz gerektiğini işaret eder. Bu husus hafızamızda yer edecek olursa, duyulardan kaynaklanan üzüntüleri yenmemizde büyük yarar sağlar. Bu konuda kötü olan ölüm korkusudur. Ölüm, aslında insan tabiatının tamamlanmasından ibrettir. Zira eğer ölüm olmasaydı kesinlikle insan da olmazdı. Çünkü insan “düşünen, canlı, ölümlü varlıktır” diye tarif edilir. Tarif tabiat temel alınarak yapılır. Buradan hareketle düşünmek, canlılık ve ölümlü olmak insanın temel yapısıdır. O halde ölüm yoksa insanda yoktur. Zira bir varlık ölümlü değilse, o insan olarak nitelenemez. Bu da olmamız gereken durumda olmamaktır. Öyleyse kötü olan ölümün olmayışıdır. Çünkü ölüm yoksa insan da yoktur. O halde ölüm kötü değildir.²³⁵

Ölüm tecrübesi İslam felsefe ve tasavvuf düşüncesinde önemli yer bulmuş bir kavramdır. Özellikle varlığın hakikatini kavrayanların ölümden korkmaması gerektiği, ölümün sadece ebedi âleme, âlemlerin yaratıcısına kavuşma olduğu düşüncesi çeşitli

²³⁴ Kaya, *Bastırılan Kişiliğimiz Depresyon ve Panik*, s. 78

²³⁵ Kindî, “Üzüntüyü Yenmenin Çareleri”, s. 310, 311.

vesilelerle eserlerde işlenmiştir. Bu düşünürlerden birisi de Mevlana'dır. Mevlana Mesnevi adlı eserinde, "Ben ölüp de tabutumu getirdikleri zaman, benim bu cihanın derdiyle uğraştığımı zannetme, cenazemi görünce ayrılık ayrılık diye ağlama, benim sevgimle kavuşmanın zamanıdır." Ölümü anını "düğün gecesi" olarak adlandıran Mevlana, ölüm sonsuzluğa açılan bir pencere olarak takdim ederek ondan korkmamayı telkin eder. Beni kabre indirip bırakınca, sakın elveda deme; zira, mezar cesetler topluluğunun perdesidir." ifadelerine yer vermektedir. Bu ifadeleriyle Mevlana her şeyden önce ruhun soyut bir varlık olarak zamana ve mekâna bağlı olmadığını dile getirir. Ruha bu sıfatı bahşeden Allah'tır, ölüm ile beden yok olur ve böylece yaratıcı ile aradaki perde kalkar ve ruh aslına döner. Birçok İslam filozofu da ölüm ve korkusuna değinmiştir.²³⁶

Herkesin en kötü şey sandığı (ölüm) kötü olmadığına göre, bunun dışındaki yoksunluklar ve maddi kayıplar da kötü olmaz. Yukarıda ölümün kötü olmadığı iyice anlaşılmıştı; öyleyse ölümün kötü olduğu yolundaki kanaatin sebebi hayat ve ölüm hakkındaki bilgisizlikten kaynaklanıyor olmalıdır. Kindî insanın ölüm ile olan imtihanını daha detaylı açıklamak için verdiği örnekte alışkanlık vurgusu yapar. Buna göre şayet karaciğer bulunan ve fakat başka hiçbir şeyi tanımamış olan bir besin maddesinin aklı olsaydı, sonra başka yere nakledilmek istenseydi, gelişmesi için daha uygun bir bünyeye nakledilse bile o bu durumdan üzüntü duyardı. Eğer o madde yumurtalara ulaşır canlılık kazansa, sonra yumurtalardan daha geniş bir yer olan rahime nakledilmek istense, elbette bu durum onu fazlasıyla üzerti. Rahime yerleştikten sonra o maddeye "yumurtalara döneceksin" dense, rahimdeki duruma nispetle yumurtaların dar olduğunu ve gelişmiş olan insan suretinden uzak bulunduğunu hatırladığı için bu söz onu öncekinden kat kat fazla üzecektir. O maddenin rahimden bu geniş aleme çıkması istendiğinde durum aynıdır. Bu da onu fazlasıyla üzecektir. Şayet o, bu geniş ve güzel âleme çıksa ve sonra da rahime düşmesi söylense, dünya ve dünyadaki her şey onun mülkü olsa rahime geri dönmek için derhal hepsini verirdi.²³⁷

İşte bunun gibi dünya denilen bu yerden ayrılış da kişiyi üzecektir. Şayet o madde, duyusal ve psikolojik acıları art arda doğuran duyusal varlık ve acıların

²³⁶ Mevlana, *Mesnevi*, çev.: Velid İzbudak, İstanbul 1991, c. IV, s. 292; Müfit Selim Saruhan, *İslam Filozof ve Düşünürlerinde Ölüm Korkusu ve Tedavisi*, AÜİFD., sayı: 47/1, 2006, s. 101.

²³⁷ Kindî, "Üzüntüyü Yenmenin Çareleri", s. 310.

bulunmadığı akıl âlemine intikal edecek olsa ki oradaki kazanımlara hiçbir el uzanmaz ve felaketler ona ulaşamaz, sahip olanın elinden onları hiçbir şey asla alamaz. Yine ona: “önceki bulunduğun âleme döndürüleceksin” denilecek olsa, “bu geniş dünyada karanlık rahime döndürüleceksin” denildiği zamanki üzüntüsünden kat kat daha fazla üzecektir.²³⁸

Tüm bu örnekler Kindî tarafından ayırt etme gücü zayıf ve duyusala yatkın olan ruhların gerçekte kötü olmadığı halde ölümü kötü görmeye nasıl yanıldıklarını göstereceği iddiasıyla ifade edilir. Demek oluyor ki dünya hayatının dışındaki bütün maddi kazanımların kaybedilmesi kötü değildir, tersine onların kaybına üzülme kötüdür. Çünkü böylelikle biz zorunlu olmayan o acıları kendimize reva görmüş oluyoruz.

Ölüm korkusu ve üzüntü ilişkisi Kindî sonrası da müzakere edile gelmiştir. Bunu müzakere edenlerden birisi de Ebu Bekir Zekeriya er-Razi'dir. Razi, Kindî'ye benzer şekilde ölüm korkusunu ve üzüntüsünü yenmenin kişiyi ölümden sonra bu dünyadaki hayattan daha iyi bir hayata ulaşılabileceğine ikna etmek suretiyle tam olarak giderilebilir. Öldükten sonraki hayatın dünya hayatından daha üstün olduğu şeklindeki düşünce insanın müstakil bir ruha sahip olduğu düşüncesine dayanmaktadır. Ancak insan bu hususta hevasına tabi olduğunda bunu kavrayacaktır. Bu da onun ölüm ve sonrasını idrak edememesi sebebiyle ortaya çıkan bir durumdur. Bu nedenle Razi'de meydana gelmesi zorunlu bir şeyden dolayı üzülmeye gereksiz olduğuna vurgu yaparak, ölümden zorunlu bir şey olduğuna göre, ondan korkarak üzülmeye gereksizdir der. Ölüm üzerine düşündükçe insanların tekrar tekrar öleceğini, bu nedenle bu korkuyu nefsimizden çıkarıp atmamız daha makul görünmektedir. Razi ölümden sonra hayatın olmadığını düşünenlerin ise zaten ölümden korkmasına gerek olmadığını belirtiyor. Ölümden sonra hayatı kabul edenler ise, gerçek bir dine tabi iseler ve gereklerini yerine getirip faziletli ve erdemli bir yaşam sürüyorlarsa, filozofumuza göre, bunlarında ölümden korkmaları için herhangi bir gerekçe yoktur.²³⁹

Ölüm korkusu ve insanın psikolojik yaşamına etkisi üzerine yazanlardan birisi de İbn Miskeveyh'tir. Filozofa göre, ölüm korkusunu, gerçek ölümü veya nefsinin ne

²³⁸ Kindî, “Üzüntüyü Yenmenin Çareleri”, 311.

²³⁹ Razi, *Ruh Sağlığı*, s. 139, 140.

olduğunu bilmeyenler ya da bedeni çürüyüp dağıldığı zaman özüyle nefsinin de yok olup gideceğini sananların duyacaklarını belirtir. Filozofa göre, ölüm nefsin aletlerini kullanmayı bırakmasından başka bir şey değildir. Nefsin aletlerine organlar denir ve bunların tümüne de beden adı verilir. Nefis ise, cismani olmayan bir cevherdir, araz değildir, yok olup gitmez. Nefis bedenden ayrıldıktan sonra kendisine has olan hayatını sürdürür, tabiatın kirlerinden temizlenir, tam mutluluğa ulaşır ve yok olması kesinlikle söz konusu olmaz. Zira cevher, cevher olması itibariyle yok olmaz. Ancak arazlar, nispetler ve bu özle cisimler arasındaki ilişkiler yok olurlar.²⁴⁰

Ölüm korkusu sebebiyle üzüntülere düşenler, nefsinin ne olacağını bilmediğinden veya bedeni çözümlenerek dağıldığı zaman özünün ve nefsinin de yok olacağını zannettiğinden dolayı ölümden korkmaktadır. Bu kişi, nefsin ölümsüzlüğünü ve kıyametin nasıl olacağını bilmemektedir. Esasında burada korku ve üzüntü ölümden değil, cehaletten kaynaklanan bir durumdur. Bu nedenle İslam filozoflarının bu konudaki kanaati, buradaki korkunun asıl sebebinin ölüm olmadığı bilgisizlik olduğudur. Filozofların ilim öğrenme ve bu uğurda zahmet çekme sebebi de budur. Bunlar ilimleri elde etmek için bedeni zevkleri ve rahatlıkları bırakmışlar, zahmet ve uykusuzluğu tercih ederler.²⁴¹

Ölmemek için hırs göstermek, gelip geçici bir şey için çaba harcamak ve boşa uğraşmaktır. Hayat da ölüm gibi iki türdür. Bunun için filozoflar, ölümün iki türlü olduğunu ifade ederler. Birisi iradi ölüm, diğeri ise, tabii ölümdür. Filozoflara göre, iradi ölüm şehvi istekleri öldürmeyi ve onlara götüren şeylerden vazgeçmeyi, tabii ölümle de nefsin bedenden ayrılmasını kastederler. İradi hayatla insanın yeme, içme ve diğer istekler gibi dünya hayatı için uğraştığı şeyleri, tabii hayatla da onu bilgisizlikten kurtaran gerçek ilimleri kazanarak, nefsin sonsuz ölümsüzlüğe kavuşmasını ifade etmek isterler.²⁴²

Akıllı kimsenin yapacağı şey, eksiklikten kaçınmak ve nefsini kâmil mertebeye ulaştırmaktır. İnsan bu âlemde kendisini tamamlayan, yetkinleştiren, şerefliendiren ve derecesini yücelten şeyleri aramalıdır. Kendisini esir edecek, onu sıkıca dünyaya

²⁴⁰ İbn Miskeveyh, *Ahlâkı Olgunlaştırma*, s. 186, 187.

²⁴¹ Kindî, “Üzüntüyü Yenmenin Çareleri”, s. 310, 311; Razi, *Ruh Sağlığı*, s. 139, 140; İbn Miskeveyh, *Ahlâkı Olgunlaştırma*, s. 188.

²⁴² İbn Miskeveyh, *Ahlâkı Olgunlaştırma*, s. 188, 189.

bağlayan şeylerden ise kurtulmaya çalışmalıdır. Kendisini bekleyen azaptan dolayı ölümden korkan kimse ise, ölümden değil azaptan korkuyordur. Azap çürüyüp giden bedenden sonra geriye kalan şey için söz konusu olur. Bu kişi kendisinin bir takım kötülükler yaptığını da itiraf etmektedir. Bu nedenle de o ölümden değil günahlarından korkmaktadır. Bir kimse bir günah dolayısıyla azaptan korkuyorsa, onun bu günahahtan sakınması ve uzaklaşması gerekir.²⁴³

Bu noktada sonsuzluk duygusu üzerinde de biraz durmak gerekir: Sonsuzluk duygusuyla ümitsizliğe sürüklenen insan dengesi bozulacağından depresyona girer. Psikiyatrinin insana öğretmeye çalıştığı ümidini kaybetmeden ölümü düşünmesidir. Ölüm kaçınılmaz bir gerçektir. Ebediyet arzusu da içimizden sökülüp atılmayacağına göre hepimizin fanilikle yüzleşmesi gerekir. İnsan herkesin geçtiği yoldan kendisinin de geçeceğini bilir. Bu sıkıntıyı ölümden sonra hayat var düşüncesi ve bunun beraberinde gelecek olan ümit duygusuyla giderir.²⁴⁴

Günümüz insanı özellikle ölümden kaçıyor. Ölümü yok sayarak mutlu olmaya çalışıyor. Ölüm aklına geldiğinde bu gerçeğin üzerini örtmek için eğlenceye, tüketime bazen de uyuşturucu maddelere dahi başvurur. Popüler kültürün teşvik ettiği eğlence anlayışı kişinin var oluş bunalımını yenmeye çalışmanın araçları olarak karşımıza çıkar. Kişi ruhen uyuşturulunca kendini geçiciliğin bunalımından uzaklaşmış hisseder. Oysa bu bir rahatlama değil, kendini aldatmaktır. Ölüm gerçeği önünde sonunda kişiyi bulacaktır.²⁴⁵

3.3. Elinde Kalanlara Bak

İnsanlar hayat içerisinde eylemlerini gerçekleştirirken sevilme, takdir edilmek, beğenilmek isterler. Ancak tüm bunları insanın devamlı olarak elde etmesi mümkün olmayacaktır. Bu nedenle hayat, elde edilenler ve kaybedilenlerden oluşan bir döngü gibi görülebilir. Aslında insanın bu âlemde elde ettiği her şey geçicidir. Tüm bu olanların farkına varmasına rağmen yaşama sarılması da bu âlemin yapısı açısından önem arz etmektedir.

²⁴³ Kindî, “Nefis Üzerine”, s. 245, 246; İbn Miskeveyh, *Ahlâkı Olgunlaştırma*, s. 189-191

²⁴⁴ Tarhan, *Duyguların Psikolojisi*, s. 138.

²⁴⁵ Tarhan, *Yunus Terapi*, s. 100.

Tüm bunları dikkate alarak insanın, hatırdaki tutması gereken en önemli husus, elde edemediğimiz ve yoksun kaldığımız her şey için büyük üzüntülere düşmek, insanın ruh âlemini bozacaktır. Bu tip bir yaklaşım yerine, duyuşal ve akli kazanımlarımızla yetinmek, zihnimizi o şeyleri anıp saymakla meşgul etmemiz gerekir. Çünkü elde kalanları düşünmek musibetlere karşı bir tesellidir.²⁴⁶

Bu konuyla ilgili ortaya konulan yaklaşım biçimleri günümüz düşünürleri tarafından da vurgulanmaktadır. Dale Carregie'in ifadeleriyle, limonunuz varsa limonata yapınız. Limonunuz olduğuna şükrediniz. Eline bir limon verildi diye bittim yıkıldım diye inleyen sayısız insan vardır. Akıllı bir insan ise, eline bir limon verilmişse, "başıma gelenlerden nasıl bir ders alayım? Bu limonu nasıl limonata yapayım? Diye düşünür ve ekşi bir limondan ferahlatıcı bir limonata yapar.²⁴⁷

Kişi, yaşam tecrübesi içinde üzüntülü durumlarla karşılaşacaktır. Ancak bu onun hayatının gidişatını etkileyecek, toplumsal hayattan koparacak bir boyuta varmamalıdır. Bu nedenle üzüntüye takılıp kalınmamalı üzüntüyü en kısa zamanda üzerimizden atıp geride kalanlarla yola devam edilmelidir. Musibetleri ve üzüntüleri üzerimize yük yapmaktan vaz geçmeliyiz. En kısa zamanda yüklerden kurtulup hafiflemeli, rahatlamalıyız. Eğer kişi bu üzüntülü durumların getirdiği yükü kendi psikolojisini de bozarak etki oranını arttırırsa, mutluluğunu kaybedeceği gibi ruh sağlığını da kaybedecektir. Üzüntüleriyle yüzleşip yoluna devam ederse, bu durumda mutluluğu yakalaması, beden ve ruh sağlığını elde etmesi de mümkün olacaktır.

İnsan kendisinde olan melekeleri görmeyi geri plana atar. Bu noktada ayakları olmayan bir adamı görünceye kadar ayakkabım yok diye sızlanan kişinin durumu iyi bir örnektir. Bu nedenle kişi kendisinde olan yetilerin farkına varalı ve bunları nasıl kullanacağını düşünmelidir. Üzüntüyü yenmek için kişinin sahip olduğu hazine olan sağlığına bakması yeterlidir. Düşündüğümüzde hiç birimiz, kolunuzun birini, yüzümüzü, ayaklarımızı, tek bir parmağımızı dahi yeryüzündeki servetlere değişmeyiz. Ancak biz elimizdeki bu hazinemizi takdir edebiliyor muyuz? Biz sahip olduklarımızı az, sahip olmadıklarımızı çok düşünürüz. Bu nedenle kişi kendi nefsinde bir takım

²⁴⁶ Kindî, "Üzüntüyü Yenmenin Çareleri", s. 304.

²⁴⁷ Carregie, *Üzüntüsüz Yaşama Sanatı*, s. 105.

şeyleri halledebiliş hayatın kendisine verdiği nimetler için şükredebilen biri olmalıdır. Eğer bu gerçekleşmezse, tatminsiz ve mutluluktan uzak bir yaşam olacaktır.²⁴⁸

İnsanın elde ettikleri ve kaybettiklerine karşı üzüntüsünün temel sebeplerinden birisi de komplekstir. İnsan bu elde edilen şeylerle yaşamda varlığını gerçekleştirdiğini kendisini kemal mertebeye taşıdığını düşünür. Burada kemali elde etmeyle ilgili dikkatli olunması gereken bir husus kişinin öncelikle kemal mertebenin ne ile elde edileceğinin farkına varmasıdır. Eğer yanlış bir takım tasavvurlarla birey kendisini mutlu hissediyorsa, bu onun ebedi mutluluğu elde etmesine bir engel olarak yeterli olacaktır. Zira insan bu yanlış tasavvurlara meylederse, menfaat, zevk, güç ve şeref gibi hususları gerçek mutluluk zannedecektir ki bu noktalarda elde ettikleri ya da kaybettikleri ona ya üzüntü verecek ya da mutlu edecektir. Bireysel ve toplumsal yaşamda mutluluğu bu ifade edilenlere dayanarak elde etmeye çalışacaktır. Hâlbuki bunların hepsi amaç olan mutluluk olmayıp, araç mutluluk olarak ifade edilir.²⁴⁹

Modern psikologlar bu istenilenlerin elde edilememesi veya kaybedilmesi gibi durumların kişide kompleksli davranışlara sebep olabildiğini belirtmişlerdir. Bu kimi zamana aşağılık kompleksi ya da üstünlük kompleksi olarak karşımıza çıkabilmektedir. Alfred Adler'in bu konudaki ifadelerine göre, bunlar çeşitli şekillerde tezahür edebilmektedir. Buna göre, aşağılık kompleksine rastlanan durumlarda az veya çok gizli bir üstünlük kompleksi keşfedilirse bu bizi şaşırtmamalıdır. Diğer taraftan üstünlük kompleksi incelendiğinde ve sonuçları araştırıldığında, hep az veya çok saklı kalmış aşağılık kompleksiyle de karşılaşılabilir.²⁵⁰

Kompleksin altında yatan temel etken de yetersizlik duygusu olarak ifade edilir. Eğer yetersizlik duygusu insanı sarmış ve yararlı eylemlere teşvik etmek şöyle dursun, söz konusu insanı bunalımlı ve gelişemez hale getirmişse hastalıklı bir durum ortaya çıkar. Bu durumda üstün olma kompleksi belli şartlarda aşağılık kompleksi olan bir insanın zorluklardan kaçabilme yoludur. Böylece kişi hiç olmadığı zamanda üstün olduğunu hayal eder ve bu aldatici başarı onun tahammül edemediği yetersiz olma durumunu telafi eder. Normal insanda üstün olma kompleksi yoktur, onun kendini üstün hissetme duygusu bile yoktur. O üstün olmaya, hepimizin başarı kazanma hırslımız

²⁴⁸ Carregie, *Üzüntüsüz Yaşama Sanatı*, s. 95, 97.

²⁴⁹ Uyanık, Akyol, *İslam Ahlak Felsefesi*, s. 213.

²⁵⁰ Alfred Adler, *Yaşam Bilgisi*, çev.: Lütfi Yarbaş, İlyay Yay., İzmir 2012, s. 41.

anlamında çaba gösterir ama bu çaba ifadesini çalışmakta bulunduğu sürece kesinlikle ruhsal hastalıkların kökünü oluşturan yanlış değerlendirmelere götürmez.²⁵¹

Kindî tarafından da ifade edilen kişinin elinde olanların farkına varması, olmayanlar ve kaybettikleri için üzülmemesi ile ilgili söylemi günümüz psikologları tarafından da önerilmektedir. İnsan eğer elinde olanların farkına varmaz ise, bu ikileme ya kendini beğenmiş ve ukala tavırlar içinde olan bir birey haline gelecek ya da kompleksli ve alıngan tabiatlı bir insan haline gelecektir. İki durumda da yaşam kalitesi bozulacak ve etrafındaki insanlara da rahat vermeyecektir. Bu nedenle kişinin elinde kalanlara bakması psikolojik ve ruhsal dengesi açısından önem arz etmektedir.

3.4. Ruhun Hastalığı

Üzüntü konusunda söylenenlerin hepsi esasında insanın ruh sağlığının korunmasına yöneliktir. Zira ne üzüntüsüz ne de üzüntüyle yaşıyor. Bu nedenle de bu konuda da orta noktayı bulup üzüntünün mahiyetini ve derecesini kavramamız gerekmektedir. Eğer bu bizim tarafımızdan tam olarak kavranamaz ise, ruhsal dengemiz bozulacağından yaşam kalitemizde düşecektir.

Ruh sağlığına etki eden önemli unsur ise, sürekli kaygı ve endişe durumudur. Biz maddi kazanımların kaybından doğacak sıkıntıların endişesini taşıyoruz. İşte elde edilemeyenlerin veya duyuşsal alışkanlıkların kaybının yol açtığı her üzücü olay sonucunda artık o endişe ortadan kalkmış ve böylece bazı üzüntü kaynakları azalmıştır. Şayet bu düşünce zihnimizde iyice yer ederse, üzücü şeylerin musibet karakterini, zihnimiz, nimet karakterine dönüştürür. Böylece başımıza gelen her musibet bizim için nimet olur. Zira musibetler musibetimizi azaltıyorsa, o musibet nimet sayılır.

Kindî kişinin sağlığını koruması noktasında musibetlerin de olumlu bir çerçeveye oturtulabileceğini ifade eder. Kindî'ye göre, her ne kadar bize göre, musibet üzücüyse de üzüntüyü azaltan her şey nimettir. O halde kaybedilmesi bize musibet gelen her duyuşsal kazanımın azaltılması bir nimettir. Bundan dolayı diyoruz ki kendi dışındaki varlıkları edinmeyen kimse, kralların köleleştiren güce, bütün kötülüklerin ve acıların kaynağı olan öfke ve şehvet gücüne hakim olur. Öyleyse en büyük hastalık, ruhun hastalığıdır. Biraz önce dediğimiz gibi ruhun hastalığı beden hastalıklarından daha

²⁵¹ Adler, *Yaşam Bilgisi*, s. 42.

büyük bir tehlikedir. Çünkü öfke ve şehvet güçleri bir kimse üzerinde kötü etkilerini gösteremiyorsa, artık o şahsın üzerinde bu duyguların bir baskısı yok demektir. Buna mukabil öfke ve şehvet bir kimseyi etki ve baskı altına alarak ona egemen olursa, bu duygular onu dilediği gibi yönetir. Gerçekten kendi varlığı dışındaki şeylere sahip olmayan kimse, kralların köleleri üzerindeki hâkimiyeti gibi bir üstünlük kazanır. Kalesinde kendisiyle birlikte bulunan ve demir korunaklarda dahi silahların etkisinden kurtulamadığı, onlarla birlikte iken en çirkin günahları işlemekten ve büyük tehlikelerle karşılaşmaktan emin olmadığı en büyük düşmanlarına üstün gelmiş olur.²⁵²

Görüldüğü üzere hastalıkların en tehlikelisi nefsin hastalıklarıdır. İnsanın başlıca ödevi de bu duyguları yenerek gerçek özgürlüğü elde etmesidir. İki dünyanın mutluluğu da buna bağlıdır.²⁵³ Kişi nefsin hastalıklarını tespit etmelidir, şehvet ve öfke bu hastalıkların temelidir. İnsan bunların farkına varıp bunları kontrol altına almalıdır. Kontrol altına almayan “üzüntü” duymaya mahkûm olacaktır, bunun ileri boyutlara taşınması ise kişinin bedensel ve ruhsal dengesini bozacak ve tıbbi yardım almasını gerekli kılacaktır.

Günümüzde insanların ruh sağlığını bozan en önemli unsurlardan birisi de bunalım ve hayattan haz almamaktır. Bunaltı, duygusal bir durumdur, yani haz-hazsızlık dizisinden bir takım duyguların onlara uygun gelen boşalmaların birleşimidir. Bununla birlikte onların algılanması kuşkusuz ki kalıtsal bir iletimle bazı önemli olayların kalıntısını temsil eder. Bu durum bireysel olarak edinilmiş isteri taşkınlıklarına benzetebilir. Bu eğer kontrol edilmez ise kişinin ruh sağlığını bozan bir hal almaya başlayacaktır.²⁵⁴

Aslında insanlar hayata bakarken onu bir şekle sokmak için zorlamalara girmek yerine onu kabullenmek ve ona uygun çözümler bulmak zorundadırlar. Thomas Szasz’ın ‘Hayat çözülmesi gereken bir sorun değildir. Her gün olabildiğince akıllıca, olabildiğince bütün ve olabildiğince duyarlılıkla yaşanması gereken bir şeydir. Hayat, katlanmamız gereken bir şeydir. Onun çözümü yoktur’²⁵⁵ sözleri bizim hayatı anlama

²⁵² Kindî, “Üzüntüyü Yenmenin Çareleri”, s. 312.

²⁵³ Çağrı, “Kindî’nin Defu’l-Ahzan Risalesi”, s. 224.

²⁵⁴ Sigmund Freud, *Psikanaliz Üzerine*, çev.: A. Avni Öneş, Say Yay., İstanbul 1998, s. 101, 102.

²⁵⁵ Sayar, *Hüzün Hastalığı*, s. 47.

şeklimizin çözümlenmesi gereken bir sorun olmayıp bizatihi yaşanması gereken bir durum olduğumuz anlamamıza vesile olacaktır.

Günümüzde hayatın anlamı üzerine yapılan araştırmalarda hayatın anlamını ve değerini insanın sorguladığında hasta olduğunu söyleyenler olduğu gibi, yaşamın anlamını merak eden bir insanın ruh hastalığını dışa vurmaktan çok insanlığının gereği olduğunu düşünenler de vardır. Aslında buradaki sorun yukarıdaki tespitte olduğu gibi anlam arayışı değil, anlam arayışını sağlıklı bir şekilde noktalayamamasıdır.²⁵⁶ İslam felsefesinde insanın ruhsal sağlığının temini de ancak bu sorgulamanın sağlıklı bir şekilde yapılmasıyla gerçekleşeceği söylenmiştir.

²⁵⁶ Victor E. Frankl, *Duyulmayan Anlam Çağı*, çev.: S. Budak, Öteki Yay., Ankara 1999, s. 23, 25.

SONUÇ

İnsanoğlu varoluşsal olarak bir anlam arayışı içindedir. Bu, kişide tutarlı ve anlamlı eylemlerle ortaya çıkan bir durumdur. Bunun için yapılan mücadeleler, kavgalar, savaşlar kimi zaman insanı mutlu etmekte kimi zaman ise, hiçbir varlık tarafından ortaya konulamayacak üzüntülere sevk etmektedir. Burada yapılması gereken ise, insanoğlunun varlığı ve kendi varlığını tanıması ve anlamlandırmasıdır. Eğer bizler bunu gerçekleştirebilirsek, eylemlerimizi yaparken doğru bir davranış ve tutum elde etmiş oluruz. Bu da iyiyi/güzeli tercih etme ve çirkin/kötü olandan uzak durmada bizleri koruyacaktır.

Tezimizde de görüldüğü üzere, insanın öncelikle yapması gereken anlam dünyasını netleştirmektir. Kişi öncelikle neyin mutluluk, neyin hüznü olduğunu ne yapılırsa mutluluğun elde edildiğini, ne yapılırsa üzülmeye gerektiğini öncelikle bilmelidir. Eğer bu sağlanamazsa kişi hazzı mutluluk zannedecek, mutluluğu da haz zannedecektir. Günümüz insanının en temel problemlerinden birisi de budur, yani kişi mutluluğun ne olduğunu bilecektir, bu bilgi temin edildikten sonra buna uygun bir yaşam biçimi ortaya koyması gerekmektedir. Görüldüğü üzere mutluluğun elde edilmesinde temel unsur bilgi merkezlidir.

Tanımlar ve anlamlar kişide belirlediğinde ikinci husus kişinin nefis ve beden ilişkisini buna göre kurgulamasıdır. Eğer bizler nefsin ne olduğunu ve güçlerinin nasıl kullanılması gerektiğini tahlil edebilirsek o zaman gücümüzün ve etkimizin de farkında olacağımız hususu açıktır. Zira sinirlenmemesi gereken yerde sinirlenen, sinirlenmesi gereken yerde tepkisini ortaya koymayan; beşeri ihtiyaçlarını gidermek için hayati unsurları dahi takip etmeyen, aklını kullanmayan bir insanın mutlu olması söz konusu olmayacaktır. Bu nedenle üzüntüden kurtulmanın ve mutluluğu elde etmenin temel noktalarından bir tanesi de kadim dönemden beri filozoflar tarafından önemsenen iffet, secaat ve hikmet erdemlerine ulaşabilmektir. Bu sağlandıktan sonra kişi bilgi sahibi olacak melekelerini de bu bilgisine göre kullanma imkânına sahip olacaktır. Kişi bunu gerçekleştiremez ise, yanlış yerde yanlış tutumlar sergileyeceği için hem dost edinemeyecek hem de edindiği dostlarını kaybedecektir.

Bu nedenle olsa gerek Kindî'nin üzüntüyü yenme noktasındaki çözüm önerileri epistemolojik ve aksiyolojik bir alt yapıya sahiptir. Kindî'nin sadece Üzüntüyü Yenmenin Çareleri başlıklı risalesi merkeze alınır, meselenin filozofun bilgisel altyapısındaki derinliği kaçırılacaktır. Onun için Kindî'nin üzüntüyü yenme ve mutluluğa ulaşma noktasındaki önerilerini anlayabilmek için öncelikle İlk felsefe konusundaki görüşlerinden hareketle Tanrı tasavvurunu, ikinci olarak bireyin bu âlemdeki varlığını anlamlandıran nefis anlayışını, bununla bağlantılı olarak da mutluluk anlayışını bir bütün olarak anlamayı gerektirir.

Filozofun özellikle nefsinin bilen Rabbi'ni bileceği anlayışı, bizleri varlıktaki anlamını çözmüş bir insan tasavvuruna götürmektedir. Bu kişinin hayatın içinde karşılaştığı zorlukların farkında olan, onlarla mücadele edebilen bir kişilik gelişiminin sağlanmasında rehberlik edecektir. Eğer bu bilgiye sahip değilse bireyin mutlu olma imkanı da behimi haz ve isteklerle sınırlı kalacaktır. Bu noktada bizlerin farkında olması gereken en önemli husus, behimi arzuların günümüz insanı için mutluluk olarak nitelenmesidir. Bu bizce toplumsal hayatta üzerinde ısrarla durulması gereken bir unsurdur. Yani geleceğimizle ilgili, eğitim öğretim ile ilgili kararlar alırken, gelecek nesilleri yetiştirirken geleneğimizde ortaya konulan bu yaklaşım biçimlerini dikkate almakta ve eğitim ve öğretim sistemimizin bir parçası haline getirmekte fayda olduğunu düşünüyoruz.

Bizler de üzüntü denilen şeyin, aslında bizi yıpratın ve hayatımızı zehir eden bir şey olduğunu bilmeliyiz. Yaşam denilen şu kısa zaman diliminde yaşam gayemizi unutmamalıyız. Bu nedenle de ahlak ve değerler dünyamızı oluştururken, ibadetlerimizi yerine getirirken, Allah'a olan yönelimimizde her şeyi büyük bir samimiyetle yapmak gerekmektedir. Korku ve kaygının kişide yaratacağı tahribat yerine irade ve tercihi merkeze almak gerekmektedir. Bu nedenle Allah'a olan kulluğumuz dahi korku ve baskı nedeniyle değil tam tersine yakın/dost/veli/yoldaş olmayı sağlayan hususları merkeze almak gerekmektedir.

Kindî'nin üzüntü konusundaki çözüm önerilerinin esasında bilgisel bir arka plana sahip olduğunu söylemiştik. Ancak bilgi sahibi olmak buna uygun davranmak anlamına gelmiyor. Onun için bizler *Üzüntüyü Yenmenin Çareleri* başlıklı risalede önerilen yöntemleri de hayata aktarmalıyız. Kindî bu risalesinde herkesin basit bir takım

önlemlerle üzüntüden nasıl kurtulacağını bizlere gösteriyor. Bu nedenle risaleyi Kindî'nin felsefi düşüncesinden haberdar olmayan insanlar okuduğunda, risaledeki maksadı çok rahat bir şekilde anlarken, Kindî'nin felsefi düşünce sistemini bilen kişiler okuduğunda bu risalenin bilgisel arka planının derinliğini varlık, bilgi ve değer alanlarıyla olan irtibatını görebilmektedir. Onun için risalenin anlaşılabilir ve herkese hitap eden çerçevesi, risalede kullanılan örneklem hepimiz tarafından dikkate alınması gereken bir eser olduğunu yine ortaya koyuyor.

Bu noktada kişinin karar vermesi gereken temel husus hayatını nasıl geçirmek istediğidir. Bu noktada hazzı, menfaate ve erdemlere dayalı varlık tasavvurları alternatifler olarak karşımıza çıkıyor. Kindî tarafından ortaya konulan yaklaşım erdemlerin merkeze alınması gerektiğini vurguluyor. Zira diğer iki unsur geçici olduğu için bunların kişi üzerindeki etkisi geçici olacak durum ortadan kalktığında daha büyük üzüntülere katlanmak zorunda kalacaktır. Hâlbuki erdemlere dayalı bir varlık tasavvuru geçici olanlara takılmayacağı için elde ettiği şeyler asla kaybolmayacaktır. Bu alemin oluş ve bozuluş alemi olduğunu kavrayan insan tüm eylemlerini bu bilinç ve tasavvurla gerçekleştirecektir.

Bu noktada işaret edilmesi gereken bir diğer husus da Kindî'nin bu risalesinin ek kısmında da verdiğimiz Platon'un risalesinden mülhem olduğu iddiasıdır. Bu iddia önemli bir iddiadır. Biz felsefe tarihine bakıldığında felsefenin eklektik bir yapısının olduğunu kabul ettiğimizden böyle bir etkiyi kabul ediyoruz. Çalışmamızda da gösterdiğimiz üzere iki çalışma arasında bir takım benzerlikler bulunmakla birlikte Kindî'nin kendi çalışmasında ortaya koyduğu özgün ve sistematik katkılar üzüntü konusunu anlaşılır kıldığı gibi çözümünde de analitik katkılar sunmaktadır. Biz tezimizin ek bölümünde iki risaleyi de tam metin olarak verdik, okuyucular daha yakından inceleyebilirler.

Son söz olarak şunu ifade edebiliriz, mutluluk ya da üzüntü kişinin dışarıdan elde ettiği, edeceği şeylerde gizli değil işin esası tüm bunlar kişinin kendi içinde olup biten şeyler. Bizler hızlı bir yaşam koşuşturması içinde bırakın etrafımızdakileri kendimizi bile kaybediyoruz. Bu nedenle yapmamız gereken durup bir kendimizi ve hayatımızı düşünmektir. Bunu sağlarsak eğer aslında mutluluğu elde etme noktasında ilk çareyi de üretmiş oluruz.

KAYNAKÇA

- Adler**, Alfred, *Yaşam Bilgisi*, çev.: Lütfi Yarbaş, İlya Yay., İzmir 2012.
- Akyol**, Aygün, *Şehrezûrî Metafiziği*, Araştırma Yay., Ankara 2011.
- *Şehristânî'nin Filozoflarla Mücadelesi*, Araştırma Yay., Ankara 2011.
- *Kutadgu Bilig'de Ahlak ve Siyaset*, Araştırma Yay., Ankara 2013.
- “Farabi ve İbn Sina'ya göre Mead Meselesi”, *Hitit Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi*, c. 9, sayı: 18, 2010/2.
- “Şehrezûrî ve Adalet Anlayışı”, *Hitit Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi*, sayı: 13, 2008/1.
- “İbn Haldun'un İlim Anlayışında Felsefe ve Tarih Tasavvuru”, *Hitit Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi*, c. 10, sayı: 20, 2011/2.
- “İslam Ahlak Felsefesinde Değerler Eğitimi –İbn Miskeveyh Merkezli Bir Okuma-”, *Muhafazakâr Düşünce Dergisi*, yıl: 9, sayı: 36, Nisan, Mayıs, Haziran 2013.
- Aristoteles**, *Metafizik*, çev.: Ahmet Arslan, Sosyal Yay., İstanbul 1996.
- *Eudemos'a Etik*, çev.: Saffet Babür, Dost Kitabevi, Ankara 1999.
- *Nikomakhos'a Etik*, çev.: Saffet Babür, Bilge Su Yay., Ankara 2007.
- *Anima/Ruh Üzerine II*, Ara Yay.,
- Atay**, Hüseyin, “Nefis”, *Ankara Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi*, c. 37, sayı: 1, yıl: 1997.
- Aydın**, Mehmet, “Ahlak mad.”, “Felsefi Ahlak” İA., TDV Yay., cilt: 2, İstanbul 1989.
- Bayraktar**, Mehmet, *İslam Felsefesine Giriş*, TDV. Yay., Ankara 1999
- “İbn Sînâ'nın Cevher Kavramının Sorunları”, *Uluslararası İbn Sînâ Sempozyumu Bildiriler Kitabı içinde*, İstanbul Büyükşehir Belediyesi Kültür A. Ş. Yay., c. I, İstanbul 22-24 Mayıs 2008.
- Blachere**, Regis, “Nefs Kelimesinin Kur'an'da Kullanılışı Hakkında Bazı Notlar”, *Atatürk Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi*, çev.: Sadık Kılıç, sayı: 5, Atatürk Üniversitesi Basımevi, Erzurum 1982.
- Câhiz**, *Cimriler Kitabı*, çev.: Selahattin Hacıoğlu, Bordo Siyah Yay., İstanbul 2012.
- Carlson**, Richard, *Ufak Şeyleri Dert Etmeyin*, çev.: Esat Ören, Alkım Yay., İstanbul 1999.
- Carnegie**, Dale, *Üzüntüsüz Yaşama Sanatı*, Timaş Yay., İstanbul 1997.

- Cerrahoğlu**, İsmail, *Tefsir Usulü*, TDV. Yay., Ankara 1995.
- Cürcani**, Seyyid Şerif, *Kitâbu't-Ta'rifât*, tahk.: Abdu'l-Munim Hafna, Daru'r-Reşad, Kahire ts.
- Çağrı**, Mustafa, "Hüzün" mad., *İA.*, TDV. Yay., c. 19, İstanbul 1999.
- "Ahlak" mad., *İA.*, TDV Yay., cilt: 2, İstanbul 1989.
- "Kindî'nin Def'ul-Ahzan adlı Risalesi", *Marmara Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi*, İstanbul 1995.
- Dağ**, Mehmet, *İbn Sînâ'nın Psikolojisi*, İbn Sina'nın Ölümünün Bininci Yılı Armağanı 1984'ten Ayrı Basım, Türk Tarih Kurumu Basımevi, Ankara 1984.
- Daiber**, Hans, "Siyaset Felsefesi", *İslam Felsefesi Tarihi 3*, ed.: Seyyid Hüseyin Nasr, Oliver Leaman, çev.: Şamil Öçal, Hasan Tuncay Başoğlu, Açılım Kitap, İstanbul 2007.
- Durusoy**, Ali, *İbn Sinâ Felsefesinde İnsan ve Âlemdeki Yeri*, İfav. Yay., İstanbul 2012.
- el-Ehvani**, Ahmed Fuad, "Kindî", *Klasik İslam Filozofları ve Düşünceleri içinde*, ed.: M.M. Şerif, çev.: Osman Bilen, İstanbul 1997.
- Fahri**, Macit, *İslam Felsefesi Tarihi*, çev.: Kasım Turhan, Ayışığı Kitapları, İstanbul 1998.
- Farabi**, "Felsefe Öğrenmeden Önce Bilinmesi Gerekenler", *İslam Filozoflarından Felsefe Metinleri içinde*, çev.: Mahmut Kaya, Klasik Yay., İstanbul 2003.
- *Fususul-Medenî*, çev.: Hanifi Özcan, Dokuz Eylül Üniversitesi Yay., İzmir 1987.
- *Fususul-Medeni*, çev.: Hanefi Özcan, İfav. Yay., İstanbul 2005.
- *es-Siyasetü'l-Medeniyye*, çev.: M. S. Aydın, A. Şener, M. R. Ayas, Büyüyen Ay Yay., İstanbul 2012.
- *Uyunu'l-Mesâil*, tahk.: Muhittin Hatib, Abdu'l-Fettah Geylan, Kahire 1910.
- *Ta'likât*, neşr: Dâiretü'l-Meârifî'l-Üsmâniyeti'l-Mekâine, yy. 1346
- *Tenbih alâ Sebîli's-Sa'âde*, çev.: Hanefi Özcan, İFAV. Yay., İstanbul 2005.
- *Mufârik Varlıkların İspatı Hakkında Risale*", *Cumhuriyet Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi*, çev.: Nuri Adıgüzel, sayı: 2, Sivas 1998.
- *Kitâbu'l-Hurûf*, çev.: Ömer Türker, Litera Yay., İstanbul 2008.
- *İhsâu'l-Ulûm/İlimlerin Sayımı*, çev.: Ahmet Ateş, MEB. Yay., İstanbul 1990.
- Frankl**, Victor E., *Duyulmayan Anlam Çağı*, çev.: Selçuk Budak, Öteki Yay., Ankara 1999.

- Freud**, Sigmund, *Psikanaliz Üzerine*, çev.: A. A. Öneş, Say Yay., İstanbul 1998.
- Fromm**, Erich, *Sevme Sanatı*, çev.: Özden Saatçi Karadana, İlya Yay., İzmir 2012.
- Gazali**, *İhyâu Ulumu'd-Din*, çev.: Ahmed Serdaroğlu, Bedir Yay., İstanbul trs, c. , 3/1, 4/1.
- *el-Munkız min'ed-Dalal*, çev.: Hilmi Güngör, MEB. Yay., İstanbul 1990.
- Hökelekli**, Hayati, *Din Psikolojisi*, TDV. Yay., Ankara 1996.
- İbiş**, Fatih, “Kur'an Bağlamında Nefs Olgusu ve İnsanın Teo-Ontolojik Yapısı Üzerine Bir Deneme”, *Toplum Bilimleri Dergisi*, Temmuz, Aralık, 2012, c. 6, sayı: 12.
- İbn Fatik**, *Muhtaru'l-Hikem*, çev.: Osman Güman, Türkiye Yazma Eserler Kütüphanesi Başkanlığı Yay., İstanbul 2013.
- İbn Manzur**, *Lisânu'l-Arap*, Dâru's-Sadr, Beyrut 1990.
- İbn Miskevî**, *Ahlâkı Olgunlaştırma/Tehzibu'l-Ahlak*, çev.: Abdulkadir Şener, İsmet Kayaoğlu, Cihad Tunç, Kültür ve Turizm Bakanlığı Yay., Ankara 1983.
- İbn Nedim**, Ebü'l-Ferec Muhammed b. İshak, *Fihrist*, Dâru'l-Marife, Beyrut ts.
- İbn Rüşd**, *Faslu'l-Makâl*, çev.: Süleyman Uludağ, Dergah Yay., İstanbul 2004.
- İbn Sina**, *Mutluluk ve İnsan Nefsinin Bir Cevher Olduğuna İlişkin On Delil*, met. ve çev.: Fatih Toktaş, TDV Yay., Ankara 2011.
- *Metafizik I/Kitâbu's-Şifâ*, met. ve çev.: Ekrem Demirli, Ömer Türker, Litera Yay., İstanbul 2004.
- *Metafizik II/Kitâbu's-Şifâ*, met. ve çev.: Ekrem Demirli, Ömer Türker, Litera Yay., İstanbul 2005.
- *İşaretler ve Tembihler*, met. ve çev.: Ali Durusoy, Muhittin Macit, Ekrem Demirli, Litera Yay., İstanbul 2005.
- *Nefs/Kitâbu's-Şifâ*, tahk.: Jan Bafkos, Prag 1956.
- *Necât*, tahk.: Macit Fahri, neşr. Daru'l-Afaki'l-Cedide, Beyrut 1985.
- *Kitâbu'l-Hudûd/Tanımlar Kitabı*, ed.: Mevlüt Uyanık, met. ve çev.: Aygün Akyol, İclal Arslan, Elis Yay., Ankara 2013.
- *Mantiğa Giriş/Kitâbu's-Şifâ*, met. ve çev.: Ömer Türker, Litera Yay., İstanbul 2006
- Kaya**, Mahmut, “Kindî: İslam Dünyasının Felsefeyle Tanışması”, *İslam Felsefesi Tarih ve Problemler içinde*, ed.: M. Cüneyt Kaya, İsam Yay., İstanbul 2013.
- “Kindî” mad., *İA.*, TDV. Yay., c. 26, İstanbul 2002.

- , “Kindî’nin Hayatı”, *Felsefî Risaleler içinde*, Klasik Yay., İstanbul 2014.
- Kaya**, Nihat, *Bastırılan Kişiliğimiz Depresyon ve Panik*, Nesil Yay., İstanbul 1998.
- Klein-Franke**, Felix, “Kindî”, *İslam Felsefesi Tarihi içinde*, ed.: Seyyid Hüseyin Nasr, Oliver Leaman, çev.: Şamil Öçal, Hasan Tuncay Başoğlu, Açılım Kitap, İstanbul 2007.
- Kılıç**, Recep (edit.), *Din ve Ahlak Felsefesi*, Ankuzem, İlitam, Ankara 2007.
- Kindî**, Ebu Yusuf Ya’kub b. İshak, *Resâilu’l-Kindî el-Felsefiyye*, neşr: Ebu Ride, Kahire, c. 1. 1950, c. 2. 1953.
- *Felsefî Risaleler*, met. ve çev.: Mahmut Kaya, Klasik Yay., İstanbul 2006.
- “Üzüntüyü Yenmenin Çareleri/fi’l-Hile Li Def’il-Ahzân”, *Felsefî Risaleler içinde*, met. ve çev.: Mahmut Kaya, Klasik Yay., İstanbul 2014.
- *Üzüntüden Kurtulmanın Yolu*, met. ve çev.: Mustafa Çağrı, TDV. Yay., Ankara 2012.
- “Tarifler Üzerine/Fi’l-Hudud ve’r-Rusûm”, *Felsefî Risaleler içinde*, met. ve çev.: Mahmut Kaya, Klasik Yay., İstanbul 2014.
- “Nefis Üzerine/Risâle fi’n-Nefs”, *Felsefî Risaleler içinde*, met. ve çev.: Mahmut Kaya, Klasik Yay., İstanbul 2014.
- “Nefis Üzerine Kısa Birkaç Söz/Fi’n-Nefs Muhtasar Veciz”, *Felsefî Risaleler içinde*, met. ve çev.: Mahmut Kaya, Klasik Yay., İstanbul 2014.
- “Göklerin Allah’a Secde ve İtaat Edişi Üzerine/Risale fi’l-İbâne an Sucûdî’l-Cirmi’l-Aksâ”, *Kindî Felsefî Risaleler içinde*, met. ve çev.: Mahmut Kaya, Klasik Yay., İstanbul 2014.
- “Uyku ve Rüyanın Mahiyeti Üzerine/Risale fi Mâhiyyeti’n-Nevm ve’r-Ru’yâ”, *Felsefî Risaleler içinde*, met. ve çev.: Mahmut Kaya, Klasik Yay., İstanbul 2014.
- “Akıl Üzerine/Fi’l-Akl”, *Felsefî Risaleler içinde*, met ve çev.: Mahmut Kaya, Klasik Yay., İstanbul 2014.
- Kutluer**, İlhan, “Cevher”, *İA*, İSAM., c. VII, İstanbul 1993.
- Luka**, Kusta b., “Ruh ile Nefs Arasındaki Fark Ruhun ve Nefsin Mahiyeti”, *Ankara Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi*, çev.: Hüseyin Aydın, c. 40, sayı: 1, 1999.
- Mevlana**, *Mesnevi*, çev.: Velid İzbudak, c. IV, İstanbul 1991,
- Olguner**, Fahrettin, “Mektup Hakkında Birkaç Söz”, *Filozof Platon’dan Porphyrios’a Mektup içinde*, Atatürk Üniversitesi İslami İlimler Fakültesi Dergisi, sayı: 4, yıl: 1980.

Platon, *Devlet*, çev.: Selahattin Eyüboğlu, M. Ali Cimcoz, Remzi Kitabevi, İstanbul 1971.

----- *Timaios*, çev.: Erol Güney, Lütfi Ay, Meb. Yay., İstanbul 1997.

----- *Gorgias*, çev.: Reyhan Erben, Meb. Yay., İstanbul 1997.

----- *Lakhes*, çev.: N. Şazi Kösemihal, MEB. Yay., Ankara 1997.

----- “Porphyrios’a Mektup”, çev.: Fahrettin Olguner, *Atatürk Üniversitesi İslami İlimler Fakültesi Dergisi*, sayı: 4, yıl: 1980.

----- *Sokrates’in Savunması*, çev.: Furkan Akderin, Say Yay., İstanbul, 2011.

er-Razi, Ebu Bekir Zekeriya, *Ruh Sağlığı*, çev.: Hüseyin Karaman, İz Yay., İstanbul 2004.

----- “Filozofça Yaşam/es-Siretü’l-Felsefiyye”, *İslam Filozoflarından Felsefe Metinleri*, çev.: Mahmut Kaya, Klasik Yay., İstanbul 2003.

Saruhan, Müfit Selim, *İslam Filozof ve Düşünürlerinde Ölüm Korkusu ve Tedavisi*, AÜİFD., sayı: 47/1, 2006.

Sayar, Kemal, *Hüzün Hastalığı*, Timaş Yay., İstanbul 2012.

Sayar, Kemal, Mehmet Dinç, *Psikolojiye Giriş*, Dem Yay., İstanbul 2011.

Schmid, Wilhelm, *Mutsuz Olmak –Bir Yüreklendirme-*, çev.: Tanıl Bora, İletişim Yay., İstanbul 2014.

eş-Şehrezûri, Şemseddin Muhammed bin Mahmud, *Târihu’l-Hukemâ*, tahk.: Abdülkerim Ebu Şuveyrib, Paris 2007.

Şeref, Abdurrahman, *Ahlak İlmi*, met. ve sad.: Mevlüt Uyanık, Aygün Akyol, Elis Yay., Ankara 2012.

Şulul, Cevher, *Kindî Metafiziği*, İnsan Yay., İstanbul 2003, ss. 36-38.

Tusi, Nasıreddin, *Ahlak-ı Nasiri*, çev.: Anar Gafarov, Zaur Şükürov, Litera Yay., İstanbul 2007.

----- *Ahlak-ı Muhteşemi*, ed-Dâru’l-Alemiyye, Beyrut 1981.

----- *Seçkinlerin Ahlakı*, çev.: Anar Gafarov, İz Yay., İstanbul 2009.

Tarhan, Nevzat, *Duyguların Psikolojisi*, Timaş Yay., İstanbul 2012.

----- *Mesnevi Terapi*, Timaş Yay., İstanbul 2012.

----- *Yunus Terapi*, Timaş Yay., İstanbul 2013.

Türker, Ömer, “Nefis”, *İA*, İSAM. Yay., c. 32, İstanbul 2006

Uludağ, Süleyman, “Nefis”, *İA*, İSAM. Yay., c. 32, İstanbul 2006.

Uyanık, Mevlüt, “İlk İslam Filozofu Kindî’ye Göre Âlem’in Mahiyeti Sorunu”, *İslam Felsefesinin Sorunları içinde*, Elis Yay., Ankara 2003.

----- *İslam Bilgi Felsefesinde Kalbin Anlaması –Gazzali Örneği-*, Araştırma Yay., Ankara 2005.

----- “İslam Felsefesinin Teşekkül Dönemi Varlık Anlayışında Birinci ve İkinci Cevher Kavramı”, *Gazi Üniversitesi Çorum İlahiyat Fakültesi Dergisi*, , c. 1, sayı: 1, Çorum 2002/1.

----- *Bilginin İslamileştirilmesi ve Çağdaş İslam Düşüncesi*, Ankara Okulu Yay., Ankara 1999.

----- *Felsefi Düşünceye Çağrı*, Elis Yay., Ankara 2012

Uyanık, Mevlüt, **Akyol**, Aygün, *İslam Ahlak Felsefesi*, Elis Yay., Ankara 2013.

Uyanık, Mevlüt, **Akyol**, Akyol, “Hakkın ve Hayrın Bilgisine Sahip Olmak: Muhsini Tavır –Cibril Hadisinin İslam Ahlak Felsefesi Bağlamında Değerlendirilmesi”, *Uluslararası İnsani Değerlerin yeniden İnşası Sempozyumunda Sunulan Bildiri Metni*, 19-21 Haziran 2014.

Uysal, Enver, “İlk İslam Filozofu: Kindî”, *İslam Felsefesi Tarihi I içinde*, Grafiker Yay., Ankara 2012.

EKLER:

EK 1:

PLATON- FİLOZOF PLATON'DAN PORPHYRIOS'A MEKTUP*

-Üzüntü ile Kederin Kaldırılması ve Zühdün İspatı Hakkında Sorulmuş Bulunan Bir Soruya Cevap olarak Filozof Platon'un Porphyrios'a Mektubu-

Çeviren: Fahrettin OLGUNER

Allah'ın adı ile... Gerçek Melik, Hakiki İlah! Ayrı kelimelerle çağrılan ve ittifakla istenen tek Maksud! İlk hareketlerin başlangıçlarının tükenmez kaynağı olan Kadim. Yapıcı ve bozucu zıtların yaratıcısı. Böylece kuvvetini ortaya koyup kudretini açıkladı. Akıl, düşünce ve hayal sınırlarını aştı. Sıfatlandırılmayan Zat ve kavranamayan sıfat. Şanı Yüce, unsurların unsuru, kuvvetlilerin kuvvetlisi, hareketlerin hareket ettiricisi. İsmi mukaddes, kadri yüce. Nurların nuru, zamanların zamanı ve dehrlerin dehri. Ulu ve mutlak münezzeh. Değişikliği olmayan, müddetinin kopukluğu bulunmayan daimiliği ile ebedi ve kusursuz olarak kusursuz.

Yalnız O'na el açar; beni ve seni (kendinden olan ve kendisine uygun bulunan) tertemiz akıl ile iyi ve doğru işe tahsis kılmasını sadece O'ndan isterim. Zira O, iyiliği elinde tutandır. O, iyiliğin kendisidir. O her şeye kadirdir.

Mektubun geldi. Allah, seni başarının sırrına ulaştırsın.

Sana açıklama yapmamı istiyorsun: Âlemde çoğuna arız olan pek azının kurtulup uzak kalabildiği keder ve üzüntünün (mahiyeti) nedir? İsmi aklın ve idrakin ötesinde olan Rabb'in onları da faziletli ve üstün kılmış olmasına rağmen keder ve üzüntünün çoğunluk üzerine hâkimiyeti nasıl olur? Üstelik O Yüce yarattıklarında

* Platon tarafından kaleme alınan bu mektup içerik bakımından Kindî'nin risalesiyle benzerlik göstermektedir. Okuyucuya kıyas imkânı olması için Platon'un Porphyrios'a yazdığı mektubun Fahrettin Olguner tarafından yapılan çevirisini ek olarak verme ihtiyacı hissettik. Platon, "Porphyrios'a Mektup", çev.: Fahrettin Olguner, *Atatürk Üniversitesi İslami İlimler Fakültesi Dergisi*, sayı: 4, yıl: 1980, ss. 251-259.

yersiz ve faydasız bir şey yapmamıştır. Aksine, O'nun yarattıklarının hepsinin kendi kendine yeterli olduğu, hiçbir canlının başkasına muhtaç bulunmadığı görülür. Üstelik O, insanı da; akıl, ifade gücü, delillerin ve burhanın bilgisi ile üstün kıldı. Amma, yaratıkların en şerefli olmasına ve üstün akla sahip bulunmasına [251] rağmen yine de ona keder ve üzüntü arız olmaktadır. Şu halde, realitede bu, acaba gerçek olarak mevcut mudur? Yoksa zatının bozukluğuna, aklın idrakini sağlayan ince aletlerin eksikliğine bağlı, dıştan gelen bozuk ve arızı bir fikirden mi ibarettir?

Allah seni yüceltsin. Bildiğim ve düşünebildiğim kadarı ile sana cevap vermeğe çalışacağım. Zira, aklımızın erdiği budur. Eğer sonuna varalım dersek, ilmin sonu yoktur ki biz ona ulaşalım. O, sonların sonunun, gayelerin gayesinin ötesindedir. Allah, hayra yöneltip seni kendine dost kılsın.

Şayet, her elemi sebepleri bilinmez ve şifası bulunmaz olarak kabul ediyorsan, bu takdirde sana, üzüntü ile kederin (mahiyetinin) ne olduğu ve şifaların bulunabilmesi için de sebeplerinin neden ibaret bulunduğunu açıklamam gerekiyor. Allah yardımcı olsun.

Keder; fikirlerin dağımlığı, nefsin şaşkınlığı, onun haraplığı; süratle gidip gelişi demektir. Üzüntü ise; büyük bir sarsıntı; gücü parçalayan, enerjiyi söndüren, cismi eriten, zamanları karartıp karıştıran, ömrün temelini kemiren şiddetli bir darbedir. Bu; sevilenin kaybindan, istenilenin elden kaçırılmasından doğan, nefse ait bir elemden ibarettir.

Eğer, bu geçici ve aşağılık dünyanın adamları, sahip oldukları ile içinde bulduklarını iyice düşünebilselerdi, onların geçici görüntülerle değişen benzerliklerden ibaret bulduklarını ve zamanın kendilerini halden hale koyacağını, farklı durumların onları kalıptan kalıba sokacağını anlardı. Öyleyse onlar, kendi nefisleri için üzülmeğe işe başlamalıdır. Zira bu, onların sevdikleri ve istedikleri uğrunda duydukları elemi en yerinde olanıdır. Çünkü bu takdirde onlar, nefsi yok etmeğe yok olacaklarını, onu kaybetmeğe kaybolacaklarını anlarlar da marifetleri önce buna çevrilir, böylece nefislerin ve görüntülerinin baki olmadığını farkına varırlar. Zira oluş ve yok oluş âleminde her şey yok olup gidicidir. Öyleyse onların istekleri (aslında) yok olup gidecek olan fani şeyde sebat ve devam aramaktan ibarettir. Oysa devam ve

sebat, ancak akıl âleminde vardır. Bu; zamandan, onda olmayan şeyi isteyerek, ondan, kendi tabiatında bulunmayan istemiş olan kimse (nin haline) benzer. Tabiatın, tabiatta bulunmayan şeyi [252] isteyen kimse (esasında) var olmayan şeyi istemiş olur.

Diyorum ki: Zamanı tanımayan, değişikliklerin aslından habersiz olan kimse, bu dünyanın alışlagelmiş veçhesi değişince ancak ve bununla birlikte duygulara has olan zevklerden; yemedeki lezzetten, içmedeki keyiften, giyinmedeki gösterişten, evlenmedeki hazdan ve buna benzer şeylerden uzaklaşıp ayrılır ve o zaman kendisinin; bunların birer arazdan ibaret buldukları ve kendilerinin zorbalıkla, ya da halkın ticaret ve sanat diye isimlendirdiği bir nevi kurnazlıkların dışında başka yollarla elde edilmelerinin mümkün olmadığı hakkındaki bilgisi kesinlik kazanmış olur. Sevdiği şeylerin muhakkak yok olup gideceğini de yakından anlar. Bunu idrak etmeyen, yukarıda da söylediğimiz gibi, bozulandan bozulmamasını, yok olup gidenden yok olmamasını istemiş gibidir. Musibete uğramamayı istediğimiz zaman, olmamayı istemiş oluruz. Zira musibetler ancak bozulanın bozulması ile olur. Eğer, fasit olmasaydı, oluş olmazdı. Şayet o, sevdiklerinde sebat ve bekayı aramış olsaydı, yolculuk için bekannın tabiatına yönelir, hemen nefisine kanaati yerleştirir, hırsın getireceğini beklemez ve kendini yok olup gidecek, nefisini pişmanlıkla üzüntü içinde bırakacak şeylerle yormazdı. Aksine o, nefislerini gerçekten terbiyeye almış, gözünü geleceğe dikmeyen, gidene hayıflanmayan parlak gönüllü uluların terbiyesiyle nefisini terbiye ederdi. İnsanların zaafi, düşkünlük ve ahmaklığı; her gidenin ardından ve her gelenin önünden koşturmasıdır. Oysa insan, hakiki olarak nefisini terbiye edip ona doğrunun yollarını gösterince, önce de belirttiğimiz gibi, üzüntüyü atmayı, kederi dağıtmayı gerçekleştirerek kısa zaman içinde hayatını değerlendirir.

Görülüyor ki insanda alışkanlıklar huy ve mizaçla birlikte, onun yolunda ve gidişinde yürür. İnsan alışkanlıkları kazanarak onları tabiatla kaynaştırıp kedere bağlar da ona bulanır. Şayet o, kendisini lezzetli yemeğe alıştırdığı halde, lezzetlisini yemiş olsa, bu da o işi görür ve onu doyururdu. Çünkü bir süre sonra (lezzetli ve lezzetsiz) ikisi de eşit hale gelir ve ikisi de aynı şekilde tokluk duygusunu meydana çıkarırlar. Lezzet ise burada sadece [253] bir an için ortaya çıkar. Hatta isteyip hoşlandığı şey ortada dursa da insan doyunca onu bırakır ve iter. Giyilecek şeyler de böyledir. İnsan, gönlünün arzu ettiği, örf ve âdetin güzel bulup kendisine hoş gösterdiği şeylere karşı

hırsla sarılır. Fakat böyle olmayanını giyse, bu da onu kandırabilir. Ayıp yerlerin örtülüp âdetin yerine getirilmesinde hepsi birdir.

Eğer insan, hikmete bürünüp gıdaların en iyisi, giyim ve süslerin en üstünü olan ilimle ziynetlenirse, elbisenin yokluğundan gam duymaz. Nitekim hikâye edildiği üzere Kral Antiyakhos yanına geldiği zaman hâkim Diogenes, onun için ayağa bile kalkmamıştı. Yaver ona ayağı ile dürtünce Hâkim ona; bu, insan işi mi, yoksa hayvan işi mi? Ban yaptığın sana hangi sıfatı yükler? dedi. Öteki: Krala ta'zim için ayağa kalkmadın, dedi. Hâkim cevap verdi: Kölemin kölesi için neden ayağa kalkayım? Kral, olanları görüp konuşulanları duyunca Hâkim'e, ben neden senin kölenin kölesi oluyorum? dedi. Hâkim şöyle cevap verdi: Sen dünyanın kölesi ve hizmetçisisin. Bir şeyi terk eden ondan güçlü ve ona hâkim demektir. Ben dünyayı bilerek ve isteyerek bıraktım. Oysa sen ona mecburi olarak hizmet ediyorsun ve ister istemez onun kölesi olmak durumundasın. Kral, onun demek istediğini anlamıştı. Çünkü o da hâkim idi. Sonra sözü kendisine çevirdi ve "benimle dost olursan, altın ve gümüş hazinelerini önüne sererim" dedi. Hâkim ona dedi ki: Onların kendi değerleri olsaydı, en önemsiz şeylerle değiştirilmezlerdi. Kral ona: "Sana güzel yemekler ikram ederim" dedi. Kral: Sana en güzel elbiseler giydiririm, dedi. Hâkim: Bedenlerimizi ilim ve takva elbisesiyle süslemememiz hususunda bizden önce gelen hâkimlerin öğütleri vardır, diye cevap verince, Kral, üzüldü, ağladı ve çekip gitti.

Görüyoruz ki insanların bir sürü adet ve alışkanlıkları arasında mal toplayıp biriktirmeye karşı büyük hırsları vardır. İçinde ümit ışığı olan şey, kendileriyle birlikte gelişip büyüyünce ona bağlanırlar. Aslında, bunda engellenselerdi, onu da bir musibet ve bir üzüntü olarak kabul ederlerdi. İşte alçaltıcı ve adi davranışlara karşı olan hırsı ile –saçını sakalını yolan- bu kadınsı adam, şayet o, bu hareketlerinden vaz geçirilip büyük insanların sırasına konularak onların huy ve ahlak libasına [254] bürünmeye zorlansaydı, bunun için de kederlenir, bunu da bir musibet olarak görürdü. Ahlaksız kişi, yürüdüğü bu çirkin yolda, bunca hatalı davranışları ve tutarsız tavırlarıyla çok üzücü sonuçlara uğrar. İşi, ölüme, idama, rezalete, aleme ibret olacak bir hale dönebilir. Şayet, herhangi bir bela, bir musibet kendisini kurtuluşa yönelmeğe çağırıyorsa, o, bunu da bir eksiklik, bir üzüntü sayardı.

Öyleyse, şimdi düşünelim: Onun üzüntüsü akıldan gelen bir zaruret midir? Yoksa bu, asılsız bir arazdan ve fasit bir duygudan mı ibarettir.

Sözü edilen alışkanlıklar, onları tabiat haline getirmiş ve onların peşinde koşmayı kendine vazife edinmiş kimselerde cereyan eder.

Alışkanlığın, tabiatın yolunda yürüdüğünü göstermekle biz, alışkanlığın, tabiatı düzelttiğini ya da bozduğunu onu üzüntüye ya da sevince soktuğunu belirtmiş oluyoruz.

Şu halde nefisler için gerekli olan; iyi ve kanaatkâr bir tabiatla, kötü huy ve isteklerin getirdiği üzüntünün ortadan kaldırılmasından ibarettir. Zira duygu olarak beğenilen ya da çirkin bulunan, tabiatın kendinde gerekli olan şey değildir. Aksine bu, alışkanlıklardan ibarettir. Öyleyse gayemiz, nefislerimizi gönül huzuruna ve riyazete alıştırmak olmalıdır. Şayet nefis zahmet ve yorgunluğa uğrarsa kendisini hemen ya da ileride rahata kavuşturmak için onun zahmetine ve onunla mücadeleye katlanmalıyız. Nitekim hastalıklara maruz kalan nice kimsenin, acısına katlanarak, uzvu dağılıp organı kesmeye giriştiğini ya da yarmaya, sarmaya başvurup yaranın kapanmasını ve ızdırabın dinmesini çabuklaştıracak tedavinin acılarına katlanarak, neticede rahata kavuşmak ümidiyle söylenenlere sabrettiğini görmüyor musun? Öyleyse biz, hak ve kurtuluş yoluna kavuşmak için kötüye ve batıla karşı mücadelede nefsin acılarına nasıl katlanmayız? Zira nefsin tedavisinin tehlikesi az, işi daha hafif kıymeti ise daha büyüktür. Çünkü o, bedenın hükümdarıdır. Hükümdarın bozulmasıyla halkın işleri de bozular. Şehvetler, nefse hükmedici ve ona musallattırlar. Akıl ise, hepsinin hâkimi ve temelidir. Akılı olan kimse, nefsinin fesadını önleyip onu hastalıklara karşı korur. O, hakikat ilacı ile acı sabırla, gerçeği ve külfeti yüklenerek nefsinin [255] tedavi etmeli ki, nefis kendine teslim olsun da gamı, kederi atarak ölmez arzulara ve beka âleminin sükununa dönsün. Zira onlar, açıkladığımız üzere, Hâkim Hermes'den edilen şu rivayete benzer: O der ki, merhamete en çok muhtaç olan kimse, kötü bir melekenin içine düşmüş olandır. Ona; kimdir bu? Denildi. O şöyle dedi: Şehveti arttıkça üzüntüsü çoğalan kimsedir. O, bütün kazancı ile birlikte, yokluk damgasını yemiştir. Akılı nefsinin yenen, idraki nefsinin hâkim olan, hür akıllı kişidir. Akıl, temel ve asıl olan şeydir.

Allah'ın merhamet edip bu dünya sıkıntılarında koruduğu kimse, merhamete ve öbür dünya sıkıntılarında kurtarılmaya daha çok layık olan kişidir. Hak yolunu arayan

kimse! İsteyen için o, apaçıktır. Öyleyse kişi, kendisi için gerçekten lüzumlu bulunan şeyi istemekte samimi olabilmek için nefsinin üzüntü bağlarından koparsın ve bu aşağı, fani alemin ağırlıklarından aldığı yükünü azaltsın. Rivayet edildiğine göre Sokrat, kör bir kuyuya girip kıvrılır. Üzerini toprakla örter ve oradakilere: Sıkıntısının azalmasını isteyen, üzerindeki azaltsın, der. Bazıları; ey efendi! Ya kuyunun sağlam kısmı göçerse? O şöyle der: Şayet göçerse, yer neden göçsün, toprak neden yok olsun!

Yine Rum Kralı Elzer'den rivayet edilir ki kendisine değerli, kıymetli, güzel bir taht hediye edildi. O, buna pek sevindi, memnuniyeti arttı. Yanındakiler de güzelliğini takdir ettiler. Topluluk için bir hakim bulunuyordu. Kral ona, sen konuşmuyorsun! Bu taht hakkında sen ne dersin? Dedi. Hâkim ona: Ben derim ki; o, sendeki bir yokluğu, bir fakirliği ortaya çıkardı. Arızı bir sevinç de ona eklenince, sendeki musibetin büyüklüğünü gösterir, dedi. Hikaye edildiğine göre Kral, bu toplantıdan bir süre sonra bazı adalarda bir gezintiye niyetlenir. Seyahatinde, makam olarak kullanılmak üzere, bu tahtın da alınmasını ister. Gemi, taht ile birlikte parçalanır ve batar. Kral, büyük bir üzüntüye kapılır. Ölüncüye kadar bu üzüntüden kurtulamaz. Dolayısıyla o, Hakim'in hikmet gözü ile önceden gördüğü duruma düşer.

Şu halde bilmek gerekir ki, her musibet ve üzüntü, sözünü ettiğimiz gibi, gelip geçici şeylerdendir. İyice düşününce bunu anlarız, kederimiz dağılır ve gönlümüzün gamı kalkar. Kesin olarak bunu kavradığımız zaman musibetlerin içindeki acı kalkar ve nimetin [256] özüne dönüşür. Bundan da, akıllı kişiler, musibetlerin aslında birer nimet olduklarını açıkça anlarlar. Dolayısıyla onlara şükür, çekip çevirenine ise hamd etmek gerekir.

Ey dostum! Bu hükümleri nefsinde derin derin düşün! Böylece hüznün felaketlerinden kurtulup, şehvetin arazlarını nefsine yerleştirmeden, özellikle aklın tasvibine girmeyen gam vadilerine uğramadan, züht ve takva sahiplerinin derecesine yükselirsin.

İşte Allah'ın yardımını ile biz, durup düşünecek kimse için delil olabilecek şeyleri açıklamış bulunuyoruz. Bununla birlikte biz, ya kendi fiillerimizden ya da başkasının fiilinden ötürü üzülmeden geri kalmayız. Ancak eğer üzüntümüz kendi fiilimiz için ise, bizi üzecek şeyi yapmamalıyız. Şayet biz, bizi üzecek bir şeyi yapar, onu yapmaktan

kendimizi alıkoymaz isek, kendi istemediğimiz şeyi kendimiz için getirmiş oluruz. Durum bundan ibarettir. Eğer bizi üzen başkasının fiili ise, bize ait olmayan, bize yarar getirmeyen, biz üzülsük de utancı sahibin ait olacak olan şeye üzülmeliyiz.

Açıklamış olduğumuz yolu benimseyen kimsenin geçici görüntülere karşı olan hevesi azalsın. O, öbür dünyanın gerçek delillerini düşünmeye koyulsun. Musibetler onu üzüntüye çekse de o, içine kederin karışmadığı, fesadın bulaşmadığı hazları bulmaya çalışsın.

Çoğunlukla insanlar, ölümü bir musibet kabul ederek, ondan çekiniyorlar. Ben diyorum ki, alacaklıdan kaçan, yalnızca borcu ödemeye hazır olmayan kimsedir. Onu hazırlamış olan ise, onu ödemeyi alacaklıdan daha çok isteyen kimsedir. Şayet insanlar, ölüm hadisesini iyice kavrayabilselerdi, aşağılık değil, onun övülmeye değer bir şey olduğunu anlardı. Çünkü ölüm, tabiatımızın bütünleyicisidir. Eğer ölüm olmasaydı, insan olmazdı. Zira insanın tarifi ve vasfı şudur: İnsan, canlı, akıllı ve ölümlü bir varlıktır. O, ölümlü olmasaydı, insan olmazdı. Her ne kadar insanlar ondan kaçıyor ve gerçekten onun vukuunu istemiyorlarsa da bununla birlikte insan, öbür dünya evinin yolcusudur.

İnsan bir akledip düşünse; o, acze ve eksikliğe bulanmış bir nutfeden ibaretti. Sonra kendisiyle imtizaç etmiş olan tabiatların özünden ayrılmakta serbest bırakıldı da o, içinde bulunduğu durumdan [257] başkasını seçmedi. Sonra, Tanrı'nın arzusu, Yaratıcısı'nın iradesi tecelli ederek onu yumurtalarda oluşmaya sevk etti. Eğer nakli sorulsaydı, o bunu istemezdi. Sonra yumurtalardan daha geniş yer olan rahime yollandı. Şayet kendine teklif edilseydi, o, kalmayı isterdi. Sonra oluşum ve olgunluğun tamamlanması için zoru zoruna içeriye, rahimdeki çocuk kesesine gönderildi. Şayet geniş aleme gönderileceği söylenseydi o bunu istemez, yerini seçerdi. Fakat sonra da o, daha önce başkasına tercih ettiği, kendini sıkıştıran rahime dönmeye davet edilseydi, dönüşü tercih etmezdi. Sonra yaratıcı irade, onu annesinin karnından koparıp şu dünya hayatına çıkarmaya karar verdiği zaman, bu ona zor geldi. Oysa âlemin genişliğini gördükten sonra ona: "Annenin karnına, ihtirasla yapıştığın yere dön!" denilseydi, o bunu reddeder, kabul etmezdi.

İşte! Ben diyorum ki; beka alemine, o geniş yere götürülen kimse, gidişin güçlüğünden ve ruhani bekanın devamı ile kendine ulaşacak olan refah ve saadet hususundaki bilgi kısırlığından ötürü başlangıçta bunu çirkin bulsa da, beka alemini gördükten sonra o, bu dünyaya dönmek üzere serbest bırakılsaydı, onun için bütünü ile durum, bu dünyayı gördükten sonra kendisine “annenin karnına dön” denilen kimsenin ki gibi olurdu.

Öyleyse ölüm; ona yönelen, iyice düşünen, akledip araştıran kimse için istenmeyecek, çirkin bir şey değildir. Zira biz, sınırlı bir alemde, kapalı bir felekte, yıkılacak bir evde göçebe konuklar olarak bulunuyoruz.

İmdi biz, bütünü ile bu alemdeki üzüntü, sıkıntı, gam ve kederin gerçekte sabit olmayan şeyler olduğunu ortaya koymuş, tabiatın kedere teslim ve üzüntüye sebep olmaya sevk ettiği şeyi belirtmiş, onu arayan insanlardan hiçbirinin hakikatin arayıcısı değil, aksine batılın ve muhalin arayıcısı olduklarını göstermiş bulunuyoruz. Açıkladığımız üzere ölüm çirkin değildir. Akıllı bir davranışın ilk şartı şehvet ve arzulara tabi olmaktan vazgeçip nefsi boş emellerden ve yalancı vaatlerden alıkoymaktır. Zamanı aşırıp gayeye ulaşmak kesindir. Nefsi ile arzuları başıboş bırakan kimse pişman olur. Aklın tedbirine uyan, doğru yolu bulur. Öğüt ve hikmet, kendilerini dinleyip de kendileriyle amel etmeyen kimsenin aleyhine şahit olurlar da o, bu iki şahitle mahkûm olur. [258]

[Mektubun sonunda Pythagoras’ın bir sözü de yer alır.]

Pythagoras der ki: Zengin olmak arzusunu attığın zaman, zengin olmuş olursun. Çoğu kimse zanneder ki fakir; hiçbir şeye malik olmayan, zengin ise, pek çok şeye sahip bulunandır. Bu zenginlik ve fakirlik arızidir. Tabii halde fakir; arzuları çok olandır. Tabii olarak zengin de; hiç kimseye muhtaç olmayan, yani; arzusuna sahip olup nefisini zapt edendir. Zira arzusuna sahip olabiliyorsan, işte bu, en büyük zenginliktir. Çünkü şehvetine sahip olan, bütünü ile âleme müstağni kalandır. [259]

EK 2:

KINDİ - ÜZÜNTÜYÜ YENMENİN ÇARELERİ* -RİSÂLE Fİ'L-HİLE Lİ-DEF'İ,'L-AHZAN-

Çeviren: Mahmut KAYA

[1] Değerli kardeş, Allah seni bütün hatalardan korusun, her türlü afetten muhafaza etsin ve seni kendi rızasına ve bol sevabına giden yollarda başarılı kılsın. Üzüntünün zıddı görüşleri içeren, onun olumsuzluklarını gösteren ve ona sahip olmakla kişiyi acıdan koruyacak olan düşüncelere ilişkin sorunu anlamış bulunuyorum. Senin gibi erdemli bir ruha ve düzgün bir ahlaka sahip olan kimse kötülöklere tenezzül etmez, onların doğuracağı acılara ve yol açacağı zulümlere karşı bağışıklık kazanmak ister. Dilediğin ölçüde sana yetecek bilgileri yazdım. Bütün önemli işlerde Allah yardımcın olsun.

[Üzüntü ve Sebepleri]

[2] Şüphesiz sebebi bilinmeyen hiçbir acının şifası da yoktur. O halde üzüntüyü tedavi edecek hususları açıkça ortaya koymak ve kullanılmasını kolaylaştırmak için önce üzüntünün ne olduğunu ve sebeplerini açıklamamız gerekir. Deriz ki: Üzüntü, sevilenlerin kaybindan ve isteklerin gerçekleşmemesinden kaynaklanan psikolojik bir rahatsızlıktır. Üzüntünün sevilenin kaybindan veya isteğin gerçekleşmemesinden kaynaklandığı ifade edildiğine göre onun sebepleri de ortaya çıkmış oluyor. Bu durum karşısında herhangi bir kimsenin üzüntüye yol açan sebeplerden kurtulmasının mümkün olup olmadığını araştırmamız gerekir. Şüphesiz hiçbir kimsenin bütün isteklerini elde etmesi mümkün olmadığı gibi sevdiği her şeyi [sonuna kadar] elde tutması da mümkün değildir. Zira için yaşadığımız oluş ve bozuluş dünyasında değişmezlik ve süreklilik yoktur. Ancak bizim için zorunlu olarak akıl âleminde bulunan değişmezlik ve süreklilik söz konusu olabilir. Öyleyse sevdiklerimiz yitirmemek ve isteklerimize ulaşmak istiyorsak akıl âlemini gözetmeli; seveceğimizi, elde edeceğimizi ve

* Kindî, “Üzüntüyü Yenmenin Çareleri/Risale fi'l-Hile li'Def'i'l-Ahzân”, *Kindî Felsefî Risaleler içinde*, met. ve çev.: Mahmut Kaya, Klasik Yay., İstanbul 2006, ss. 287-302.-295-312

isteklerimizi oradan beklemeliyiz. Eğer böyle yapacak olursak hiçbir kimse bizim edindiğimiz değerleri gasp edemez, hiçbir el bizim aleyhimize onlara sahip olamadığı gibi sevdiğimiz o akli değerleri yitirmemiz de söz konusu olamaz. Çünkü onlar tehlikeye maruz kalmaz ve ölmezler; bir başkasının talip olması bizim onlara sahip olmamızı engellemez. Zira akli kavramlar birbiriyle bağıntılı olup değişmeden sabit kalan ve ortadan kalkmayan yani sürekli idrak olunan şeylerdir. Duyu edimlerine, duyu, haz ve isteklerine gelince bunlar herkes için gelip geçici ve herkesin ulaşabileceği nesnelerdir. Bu yüzden onları korumak, bozulma, değişme ve ortadan kalkmalarını önlemek imkânsızdır. Demek oluyor ki duyu algılarına ait bir alışkanlık peyda ettikten sonra başkaldırabilir, yüz verdikten sonra sırt çevirebilir. Çünkü [insan] tabiatında bulunmayan bir şeyi [onun] tabiatına katmak mümkün değildir. Bozuluşa uğrayanın bozulmaması, şans ve şanssızlıktan sadece şansın var olması ve sürekli değişenin daima sabit kalması gibi yalnız bir kişiye değil herkese ait olan ortak hal ve huyların bize ait olmasını istersek tabiattan kendinde olmayanı istemiş oluruz. Hâlbuki tabiatta olmayanı isteyen kimse var olmayanı istemiş olur. Var olmayanı isteyen arzusunu gerçekleştiremez. İsteğini gerçekleştiremeyen kimse de mutsuz olur. Gelip geçici şeyleri arzulayan, edindiği ve sevdiği şeylerin bu türden olmasını isteyen kimse mutsuz, arzusu tam gerçekleşen ise mutlu olur.

[3] O halde mutluluğa karşı çok düşkün olmalı mutsuzluktan da kendimizi korumalıyız. Şöyle ki; arzuladığımız ve sevdiğimiz şeyler bizim yapımıza uygun olmalı, elimizden gidene üzülmemeli ve bize uygun olmayan duyusal varlıkları istememeliyiz. Aklın uygun gördüğü şeylerden insanların yararlandığını gördüğümüz zaman ondan yeterince ve en güzel şekilde yararlanmalıyız. Bununla, belirlenmiş süre içinde kişinin kendi varlığını sürdürmesi ve verimli kılması için gerekli olan şeyle ızdırabını giderip onu rahata kavuşturacak miktarı kastediyorum. Görüp dokunmadan önce, sahip olduğumuz şeylerin hayaliyle avunmamalıyız. Elimizden çıktıktan sonra da artık üzülmemeli ve düşüncemizde onlara yer vermemeliyiz. İşte bu anlayış muhteşem kralların ahlakıdır; zira onlar her geleni ağırlayıp her gideni uğurlamazlar. Aksine gördükleri her şeyden yerli yerinde ve tokgözlülükle yararlanırlar. Bunun zıddı ise ayak takımından bayağı, aç gözlü ve haris kimselerin ahlakıdır. Bunlar her geleni ağırlar ve her gideni uğurlarlar. Akıllı kimselere düşen, muhteşem krallar dururken ayak takımından bayağı kimselerin ahlakını tercih etmemektir. Yine diyoruz ki, istediğimiz

olmadıysa olanı istemeli, olanla yetinmeli ve böylece üzüntünün devamındansa sevincin devamını sağlamalıyız. Çünkü elde edemediklerine ve var olmayan şeylere üzülen kimsenin bu üzüntüsü asla bitmez; zira o hayatının her aşamasında bir sevdiğini yitirmek ve bir arzusunu gerçekleştirilememek durumunda kalacaktır. O halde üzüntü ve sevinç iki zıt olup ruhta birlikte bulunamaz. Kişi üzgünse sevinçli, sevinçli ise üzgün olamaz. Demek oluyor ki, elden gidenlere ve sevdiğimiz şeylerin kaybına üzülmemeliyiz. Daima sevinçli olmamız için güzel alışkanlıklar edinerek her hali gönül hoşnutluğuyla karşılamalıyız.

[Alışkanlıkların Ahlak Etkisi]

[4] Bu anlatılanların alışkanlıklarda ortaya çıktığını ve insanların davranışlarının, arzu ve isteklerinin farklı oluşunun da buna açıkça delalet ettiğini görmekteyiz. Nitekim yeme, içme giyinme, evlenme ve benzeri duyu hazlarıyla mutlu olan kimsenin, bu yaşantısına aykırı düşen şeyleri eksiklik ve musibet saydığını; bir kumarbazın da malının soyulmasına, günlerinin boşa gitmesine ve kumarbazlığın verdiği üzüntünün sürüp gitmesine rağmen yaptığı bu işten mutluluk ve sevinç duyduğunu, kendi yaşantısına aykırı düşen ve bu duruma engel olan her şeyi eksiklik ve musibet saydığını görmekteyiz. Aynı şekilde eşkıyanın kırbaçlama, organ kesem, ızdırap veren yaralar açma, sürekli çatışma gibi adi tutum ve felakete yol açan vahşi davranışlarının kendisini idama götürdüğü anda bile, bunlardan övünç ve şeref duyduğunu, bütün bu yaptıklarıyla mutlu olduğunu görüyoruz. O, buna ters düşen huzurlu yaşamayı bir eksiklik ve musibet sayar. Yine sakalını tıraş edip kadın kılığında dolaşan sapık da herkesin nefret ettiği ve hiçbir düşüncenin tasvip etmediği bu yüz kızartıcı adi huyundan gurur ve neşe duymaktadır. O bu haliyle herkesten üstün olduğunu, başkalarının bu üstün haktan yoksun bulunduğunu, onlara nispetle kendisinin çok özel bir mutluluk ve büyük bir nimete sahip olduğunu kabul eder. Yaşantısına ters düşen her şeyi bir eksiklik ve musibet sayar.

[5] O halde duyu bakımından hoş giden ve gitmeyen şeylerin, insan tabiatı gereği değil, tam tersine, adet ve alışkanlıkların ürünü olduğu anlaşılmıştır. Madem ki görüp yaşadıklarımızla mutlu olmanın ve kayıplarımızın üzüntüsünden teselli bulmanın yolu alışkanlıkla kolaylaşacaktır, o halde buna yönetmeli ve bunu kendimiz için bir eğitim konusu yapmalıyız. Böylece bizim için o, yerleşik bir adet ve kazanılmış bir huy

haline gelmiş olur. Bununla, bizzat tabiatımızda bulunmayan ve başlangıçtan beri adet edindiğimiz şeyleri huy haline getirmeyi kastediyorum. İşte bu sayede hayat, yaşadığımız sürece daha güzel olur.

[Ruh Sağlığının Önemi]

[6] Üzüntü psikolojik bir rahatsızlık olduğuna göre bize düşen, bedeni rahatsızlıkları acı ilaçlarla, dağlama, kesme, sargı, perhiz ve vücuda iyi gelen benzeri şeylerle tedavi etmektir. Bu hastalıkları tedavi edenin hizmeti büyük, mali külfeti yüksekse de buna katlanmak zorundayız. Zira ruhu tedavi etmenin ve onun acılarını dindirmenin bedeni gözetip tedavi etmeye üstünlüğü ruhun bedene olan üstünlüğü gibidir. Çünkü ruh, yöneten, beden yönetilendir; ruh ebedi, beden ise çürüyüp gidendir. O halde ebedi olanı gözetip kollamak, onu güçlendirip sağlığına kavuşturmak için çaba harcamak çürüyüp gidenin, tabiatı gereği bozuluşa uğrayanın ıslahıyla uğraşmaktan daha iyidir. Dolayısıyla bizim için ruhu iyileştirmek ve şifaya kavuşturmak, bedenimizi iyileştirmekten daha önemli bir görevdir. Çünkü biz bedenimizle değil, ruhumuzla biziz. Cisim olması açısından bedenimiz cisim olan her şeyle ortaktır. Canlılar âlemindeki her varlık ruhu sayesinde canlıdır. Bizim ruhumuz ise kişiliğimizdir. O halde kişiliğimizi gözetip korumak, bize yabancı olan şeyleri gözetmekten daha önemli bir görevdir. Bedenimiz, ruhumuzun üzerinde fonksiyonlarını gerçekleştirdiği bir araçtır. Öyleyse bizim için kişiliğimizi iyileştirmek araçlarımızı iyileştirmekten daha önce gelir.

[7] Buna göre bedenimizi sağlığa kavuşturma konusunda katlandığımızdan kat kat fazlasını ruhumuzu sağlığa kavuşturmak üzere ilacın acılığına, güçlük ve sıkıntısına katlanarak göstermeliyiz. Kaldı ki, ruhumuzu ıslah ederken katlanacağımız acı ve sıkıntı, bedenin tedavisi sürecinde katlandıklarımıza göre daha hafif kalır. Çünkü ruhumuzun iyileştirilmesi yalnız bizim yararımıza olan şeye tam bir kararlılıkla yönelmemizle gerçekleşir; burada ilaç içme, dağlama, yakma ve mal sarf etme söz konusu değildir. Aksine bu, bize kolay gelen hususlarda ruhun güzel alışkanlıklar edinmesiyle olur. Sonra oradan daha güç olanı benimsemiş düzeyine yükseliriz. Ruh bu alışkanlığı kazanınca kolayca alıştığı gibi derece derece çıkararak daha önemli olan hususlara yükselir ve nihayet önemli alışkanlıkları edinir. İşte alışkanlık kazanmak, anlattığımız bu yöntemle kolaylaşır ve böylece elde gidenlere sabretmek, kayıplardan dolayı teselli bulmak kolay hale gelir.

[Üzüntüyü Yenmenin Çareleri]

[8] Söz konusu kolaylığı sağlamanın çarelerinden birisi, üzüntünün ne olduğunu düşünmek ve onu bölümlere ayırmaktır. Deriz ki, üzüntü ya bizim veya bir başkasının yaptığı bir şeyden kaynaklanır. Eğer bizden kaynaklanıyorsa bizi üzen o şeyi yapmamalıyız. Şayet bizi üzen şeyi yapmamak lehimize olduğu halde onu yaparsak, yapılmaması lehimize olan bir iş yapmış oluruz. Onu yaptığımızı göre ya istediğimiz ya da istemediğimiz bir şeyi yapmış oluruz. Üzülmemek istediğimiz halde üzen şeyi isteyerek yapıyorsak o zaman istemediğimizi istiyor durumuna düşeriz. Bu ise aklını yitirmiş olanlara has bir davranıştır. Bu durumda biz de akılsızlardan sayılırız. Eğer bizi üzen başkasının yaptığı ise, onu önlemek ya lehimizedir veya değildir; eğer lehimize ise onu önleyip üzülmemeliyiz. Lehimize değilse, üzücü olay meydana gelmeden önce üzülmemeliyiz; zira bir yetkili çıkıp bize zarar vermeden önce onu engelleyebilir. Belki de gerçekleştiğinde üzüntü vereceğinden korktuğumuz şey bizi etkilemeyecektir. Şayet üzücü olay gerçekleşmeden önce üzüntüye kapılacak olursak, belki de üzüntüleri önleyen [Allah] veya bize zarar vermesini engelleyen bir yetkilinin engel olmasıyla olay gerçekleşmez ve biz de yok yere üzülmüş oluruz. Böylece başkasının vermediği üzüntüyü biz kendimize vermiş duruma düşeriz. Hâlbuki ruhunu üzen ona zarar vermiş olur; ruhuna zarar veren ise kara cahil ve tam bir zalimdir. Şayet bunu bir başkası yapmış olsaydı cahil ve zalim sayılırdı; fakat kendi ruhuna zarar verdiği için daha büyük suç işlemiştir. O halde cahilin cahili, katının da katısı ve zalimlerin zalimi olmaya rıza göstermemeliyiz. Eğer üzüntü kaçınılmaz bir hal ise, o meydana gelmeden önce sebebinin belirmesi sırasındaki üzüntümüz yeter. Zaten o ortaya çıkmadan önce duyduğumuz üzüntü bir çeşit kötülüktür; ayrıca üzüntü sebebinin giderme çabası gösterilmeden olayın tasası çekilmemelidir. Çünkü önceki anlattığımız zarar burada da söz konusu olduğundan, sebebin ortaya çıkışını zorunlu olarak önlemek gerekir. Şayet üzüntüyle yaşayan veya üzüntü kaynağına yakın olan kimseyi üzüntü yıkmamışsa teselli vermek bir dereceye kadar onu korur. Üzüntü onun tabiatındaysa o takdirde üzüntünün süresini kısaltmaya çalışmalıyız; çünkü oluşa tabi nesnelere sürekli değişmektedir. Eğer bu konuda kusur edecek olursak başımıza gelmesini önleyebileceğimiz belayı önlemekte kusur etmiş oluruz. Bu ise bahtsız ve zalim olan cahilin alametidir. Zira zalim, üzerinden bela eksik olmayan kimsedir. En büyük bahtsız da önleme imkânı

bulunduğu halde kendini beladan korumayandır. O halde mutlu olma gücüne sahipken bahtsızlığa rıza göstermemeliyiz.

[9] Üzüntüyü yenmenin güzel bir çaresi de geçmişte kurtulduğumuz kendi üzüntülerimizi ve başkalarının yaşayıp kurtulduğunu gördüğümüz üzüntüleri hatırlamak, onların ve bizim çektiğimiz üzüntülerin ve teselli noktalarımızın bir karşılaştırmasını yapmaktır. Çünkü böyle bir karşılaştırma, teselli bulmamız için bize büyük güç sağlar. Nitekim Makedonyalı Filip'in oğlu İskender, öleceği zaman annesine mektup yazarak onu şöyle teselli etmiştir. "Ey İskender'in annesi! Oluş ve bozuluş kanununa tabi olan her şeyin yok olup gittiğini düşünmelisin. Senin oğlun bazı küçük kralların benimsediği ahlakı kendine layık görmezdi. Öyleyse oğlun ölünce sen de onların basit anneleri gibi davranma. İskender'in ölüm haberi gelince büyük bir şehir kurulmasını emret. İnsanların belli bir günde orada toplanmaları için Libya, Avrupa ve Asya'daki bütün ülkelere elçiler gönder. O şehirdeki toplantı, yeme, içme ve eğlence günü olsun. Elçilere, başına bir musibet gelen hiçbir kimsenin senin bu davetine katılamayacaklarını duyurmalarını emret. Böylece insanları hüznünlü matemlerine karşı İskender'inki sevinç ve neşeyle geçsin." Ne var ki, annesi oğlunun isteği doğrultusunda emir yayınladığı halde belirlenen günde hiçbir insan gelmedi. Bunun üzerine: "Önceden duyurduğumuz halde insanlar neden gelmedi" deyince kendisine: "Başına musibetler gelen hiçbir kimsenin davetinize katılmamasını istediniz. Herkesin başına bir musibet geldiği için davetinize kimse katılmadı" dediler. Bunun üzerine İskender'in annesi şöyle dedi: Ey İskender! Son dönemin ilk dönemine ne kadar da uygun. Senin ölümünle uğradığım musibetten dolayı beni en mükemmel şekilde teselli etmek istemişsin. Zira ilk musibete uğrayan ben değilmişim ve musibet de sadece bir insana mahsus değilmiş."

[10] Yine hatırlamalıyız ki, elde edemediğimiz veya kaybettiğimiz her şeyi başka birçok kimse elde edememiş veya kaybetmiştir. Bunların hepsi de kayıplarını kabullenmiş; üzüntüden uzak neşe içinde yaşamaktadırlar. Sözelimi halk arasında onun gibi evladı ölen veya çocuğu olmayan birçok kimse vardır. Mesela onlardan çocuğu olmayan biri huzurlu, çocuğu ölüp de kendini teselli eden biri de rahat yaşayabilmektedir. Mal, dünyevi her nimet ve insan ruhunun arzulanığı her şeyde durum yine böyledir. O halde üzüntü tabii değil arizi bir haldir. Zira görüyoruz ki malı mülkü elinden alınan insan üzüldüğü halde o mala hiç sahip olmayanlar asla üzgün

değildir. Demek oluyor ki bu kimse malının soyulması veya malı ele geçirememesi yüzünden kendisi için üzüntü yaratmıştır. Öyleyse değersiz şeyleri kendimize amaç edinmemeliyiz; önceden anlattığımız gibi üzüntü değersiz bir şeydir. Değersiz bir şeyi kendisi için amaç edinen akılsızdır. Akılsızlık son derece bayağı bir şey olduğu için akılsız durumuna düşmek bize yakışmaz. Zira akılsızla diğer hayvanlar arasında bir fark yoktur, hatta onlar daha değerlidir, çünkü hayvan türlerinden her birinin sahip olduğu özellik, başlangıçtan beri devam eden bir kanun gibi onun her haliyle uyum içindedir. Hâlbuki akılsız olanın fiillerinde bir düzen ve uyum yoktur; tam tersine onda zihin karışıklığı ve kuruntular söz konusudur. Öyleyse akıllı başındakilerin acıdığı ve ayak takımının gülüp geçtiği bu tür bayağı duruma düşmekten utanmalıyız.

[11] Yine hatırlamalıyız ki, başımıza her hangi bir musibet gelmemesini istemek var olmamayı istemek demektir. Çünkü musibetler ancak bozuluşa tabi varlıkların bozulmasıyla meydana gelir, demek oluyor ki bozuluş yoksa oluş da yoktur. O halde musibetleri istemeyişimiz tabiatta oluş ve bozuluşu istemediğimi anlamına gelmektedir. Tabiatta olanın gerçekleşmesini istemek ise imkânsızı istemek demektir, imkansızı isteyen amacına ulaşamaz. O halde bu tür kötü huylardan utanmalı, bu düzeye yani cehalet ve bahtsızlık düzeyine düşmekten sakınmalıyız. Çünkü bunlardan birincisi olan cehalet bayağılaştırır; ikincisi olan bahtsızlık ise zillete yol açar ve böyle bir kötü hale düşmemiz başkalarını sevindirir.

[12] Yine hatırdan çıkarmamalıyız ki, başkalarının ulaşabildiği her şey bütün insanlar arasında ortak olup bizim onlara ulaşmamız başkalarından daha layık olduğumuzu göstermez, o şey ona sahip olanın elinde bulunduğu sürece onundur. Başkalarının ortak olmadığı, diğerlerinin değil de yalnız bize ait şeylere gelince onlar bizim psikolojik güç ve değerlerimizdir. İşte kaybedecek olursak üzülmede mazur sayılmamız gereken bu psikolojik değerlerdir. Çalışıp kazandıklarımızın elden gitmesine gelince onlara üzülme bize yakışmaz. Çünkü insanların doğal olarak malik olmaları gereken şeylere sahip bulunmalarından üzüntü duyan kimse hasetçinin biridir. O halde kıskançlık duygusuna kapılarak kendimize zulmetmeyelim, zira kıskançlık kötülüklerin en kötüsüdür. Şayet bir kimse düşmanlarının başına kötülük gelmesini istiyorsa kötülüğü seviyor demektir, kötülüğü seven de kötüdür. Bundan daha kötüsü dostlarının başına kötülük gelmesini isteyen durumudur. Kendisinin [sahip olmak

istediği şeyden] dostunun mahrum kalmasını hoş gören kimse, kendince kötü olanı dostu için istiyor, dolayısıyla dostlarına kötülüğü reva görüyor demektir. Başkalarının da sahip olabileceği bir şeye kendinden başka hiç kimsenin sahip olmamasını isteyen kişi ne düşmanlarının ne de dostlarının o şeyi edinmelerini istiyor demektir. Kendisinde olanın başkalarında da bulunmasında üzüntü duyan kimse kıskanç biridir; öyleyse bu bayağılığa rıza göstermemeliyiz.

[13] Yine hatırd tutmalıyız ki, ortak menfaatlerden olup da elimizde bulunan her şey, nimeti yaratan şanı yüce Allah'ın verdiği bir emanettir ve O, dilediği zaman emanetini geri alıp istediğine verebilir. Zaten dilediğine vermemiş olsaydı o nimet asla bize ulaşmazdı. Bazen düşmanlar eliyle o nimeti geri alınca bize kötülük ettiğini sanırız. Unutmamalıyız ki emanetini alıp onu istediğine vermek emanet sahibinin hakkıdır; bu durum bize yönelik ne bir utanç ne de bir hakaret içerir. Asıl utanç ve hakaret, emanetin bizden geri alınışına üzülmemizdir. Çünkü böyle bir ahlaka [açgözlüler], cimri ve iyiyi kötüden ayırt edemeyenler sahiptir. Kendisine bir emanet bırakılan kimsenin onu kendi malı sanması şükür dışı bir anlayıştır; zira en azından emanet sahibine yapılacak şükür, geri almak istediğinde emaneti gönül rızasıyla, memnuniyetle ve tez elden ona iade etmektir. O halde emaneti iade etmekten üzüntü duyanın şükürü az demektir. Buna göre adalet anlayışına sığmayan böyle bir huya sahip olmaktan utanç duymalıyız ve yine: “Emanet sahibi, düşmanlarımız vasıtasıyla emanetini bizden geri aldığı için üzülmüyoruz” diyerek bu konuda çocukça ve tutarsız mazeretler ileri sürmekten de haya etmeliyiz. Çünkü emanet sahibinin elçisi onu geri alırken, onun bizim istediğimiz yapıya ve ahlaka sahip olması, bizi sevmesi ve dilediğimiz zamanda atması gerekir diye bir zorunluluk yoktur. Zorunlu olan, elçinin genel durumunun bize ters gelmesine üzülmemektir. Çünkü bu, çocuklarda ve iyiyi kötüden ayırt edemeyen herkeste görülen bir huydur.

[14] Hatırd tutmamız gereken bir başka husus da şudur: Emanet sahibi [Allah] bize verdiği emanetlerin en değerlisini değil, tersine değersizlerini geri almakla bize büyük lütufta bulunmuştur. Öyleyse onun kıymetli emanetleri üzerimizde devam ettiği için çok mutlu olmalı ve geri aldıklarına üzülmemeliyiz. Hatta verdiklerinin hepsini geri alsaydı yine üzülmememiz, tersine mutluluk duymamız gerekirdi. Çünkü bizim o duruma sevinmemiz ona karşı şükürümüzün ve ona olan sevgimizin bir ifadesi sayılır.

Ayrıca O, hiçbir elin uzanamadığı en değerli ve en çok nimetini bizde bırakmıştır. O halde Allah'ın bizden aldıklarının kalmasını istesek bile kendimize dönüp şöyle demeliyiz: Allah en az ve değersiz nimetlerini aldıysa, mademki ruhumuz bakidir; öyleyse en çok ve en değerli olanını bırakmıştır.

[15] Hatırda tutmamız gereken bir başka husus da şudur: Yitirdiklerimize ve elde edemediklerimize üzölmek gerekseydi, sürekli üzölmemiz ve hiç üzölmememiz icap ederdi. Bu ise korkunç bir çelişkidir. Çünkü eğer üzöntü, elde ettiklerimizin kaybından ve elde edemediklerimizden kaynaklanıyorsa; üzöntüye düşmemiz hoş bir şey değilse ve üzöntünün sebebi de bahsettiğimiz husus ise, bu takdirde bize dışımızdan gelip bizim olmayan, istemediğimiz bir şey bizi üzmemelidir. Zira elden giden ve elde edemediğimiz şey bizi ilgilendirmez. Öyleyse hiç üzölmek için bir şey edinmemeliyiz. Şayet bir şeye sahip olmamak gerekiyorsa ve sahip olmamak da bizi üzöyorsa, sahip olmadığımız zaman sürekli üzölmek gerekir. Buna göre sahip olsak da olmasak da sürekli üzöntü kaçınılmazdır. Demek oluyor ki sürekli üzölmek gerekiyorsa asla üzölmememiz lazım gelir. Biz bir şeye sahip olsak da olmasak da asla üzölmemeliyiz. İşte bunların hepsi birer çelişkidir.

[16] O halde üzölmemiz gerekmiyor. Akli başında olan kimseye düşen, gerekli olmayan, özellikle zararlı ve ızdırap veren şey üzerinde düşünmemek ve onunla uğramamaktır. Tam tersine dışarıdan edindiğimiz şeylerin kaybı ve edinemediklerimizin özlemi üzöntü sebebi olduğuna göre onları azaltmamız icap eder. [Bu konu üzerinde iyi düşünen bir kimse bunun böyle olduğunu görecektir.] Anlatıldığına göre Atinalı Sokrat'a: Neden üzölmüyorsun? demişler; o da Çünkü ben kaybedince üzöleceğim şeyleri edinmiyorum diye cevap vermiş. Yine anlatıldığına göre adamın biri Roma İmparatoru Neron'a yapımı ilginç, değeri yüksek kristal bir küre hediye eder. Hediye bir topluluk huzurunda İmparator'a sunulur; aralarında o çağın filozofu da bulunmaktadır. İmparator kendisine sunulan hediyeden büyük bir memnuniyet duyar; huzurundakiler de hediye'nin güzelliği üzerine çok şeyler söylerler. Bu sırada İmparator filozofa dönerek: Bu kristal küre hakkında ne dersin diye sorar. Filozof: Bu küre sizde gizli bir ihtiyacı ortaya çıkarmış ve sizin de bildiğiniz büyük bir musibete işaret etmiş bulunuyor, diye cevap verir. İmparator: Bu nasıl olur? deyince, filozof: Kristal küre kaybolda bir benzerine elde etme imkanı bulunmadığından bu durum sende onun gibi bir küreye

sahip olma ihtiyacını doğurur, şayet bir kazaya uğrayacak olsa ondan mahrum kalma senin için büyük bir musibet sayılır, demiştir. İşte bu ve benzeri sözler, anlam itibariyle konuya uygun düşmektedir. Nitekim anlatıldığına göre, olaylar filozofun dediği gibi gelişme gösterir ve İmparator, bahar mevsiminde yakındaki adalardan birine geziye çıkar. İstinatgahına taşınacak eşya arasında kristal kürenin de bulunmasını ister. Fakat kürenin bulunduğu gemi batar ve bir daha kürenin izine rastlanamaz. Çevresindekiler olayın İmparator üzerinde büyük bir felaket etkisi yaptığına şahit olmuştur. O, ölünceye kadar kürenin benzerini elde etmeye çalışmışsa da başaramamıştır. İşte bunun için diyoruz ki, başına az musibet gelmesini isteyen kimse dışarıdan edindiği şeyleri azaltsın.

[17] Anlatıldığına göre filozof Sokrat buldukları kampta kırık bir fıçı içinde barınmış. Günlerden bir gün yanındaki sanatkârlarla konuşurken: “Üzülmemek için bir şey edinmemeliyiz” der. Sanatkârlardan biri: “Fıçı kırılrsa da mekân kırılmaz ya” diye cevap verir. Filozofun dediği doğru, çünkü her kaybolanın yerine geçen bir başka şey vardır.

[18] Bu yüzden diyoruz ki, her şeyin yaratıcısı şanı yüce Allah, yarattığını güdük tabiatlı değil, kendi kendine yeterli olarak yaratmıştır. Nitekim o koskocam balık/balina ve ilginç yaratılıştaki filden her birinin, gerekli olan sürekli besin, barınak ve sığınak bakımından kendilerine yeterli olduğunu görmekteyiz. Bunların dışındaki yaratıkların ihtiyaçları da rahat yaşayacakları ölçüde hazırlanmış, düşünen kudret onlarla ilgili hiçbir şeyi eksik bırakmamıştır. İnsandan başka tüm canlılar, kendilerini inciten bir şey olmadıkça güven içinde iyi bir hayat sürerler. Fakat insanın öteki canlılara egemen olmasını ve onları yönetmesini sağlayan değeri arttıkça kendisini yönetmeyi becerememesi yok mu, işte bu akılsızlık belirtisidir. O halde akılsız duruma düşmekten utanç duymalıyız. İnsanın düşünme ve ayırt etme gücü geliştikçe hayatını sürdürme ve iyileştirmek için hiç de gerekli olmayan pek çok şeyi edinmek ister. Çeşit çeşit yemekler, hayvan ve öteki göz alıcı varlıklar, görüp zevk aldığı süslemeler; aynı şekilde kendisini gerçek yararından alıkoyan ve huzurunu bozan güzel sesler, hoş kokular ki, bunların hepsinin elde edilmesi tasaya, kaybı acıya ulaşılmaması da tahassüre yol açar. Çünkü yitirilen her şeye gelen bir musibet, elde edilemeyen her şeyin yol açtığı bir hasret ve üzüntü, yok olup giden her şeyi görüp gözlemenin sebep olduğu bir hüznün ve

sıkıntı, her güvenliğin sonunda bir korku vardır. Zira korkan kimsenin kafası meşgul, kalbi de huzursuzdur. Bu yüzden diyoruz ki, dışarıdan gereksiz şeylerle kendini oyalayanın ebedi hayatı yıkılır, fani dünyada yaşantısı stresle geçer, hastalıkları artar ve acıları dinmez.

[19] İnsanların, kararsız, kendini tüketen, hayalleri boşa çıkaran, sonu başlangıcını yalanlayan, kendisine güvenini hayal kırıklığına uğratan, ona aldananı acınır hale düşüren bu fani alemde geçişleri şu hikayedeki topluluğun durumuna ne çok benziyor: Bir grup insan yaşadıkları ormandaki yere gitmek üzere bir gemiye binerler. Bazı ihtiyaçlarını karşılamaları için geminin kaptanı bir limana yanaşır demirler. Yolcular ihtiyaçlarını temin etmek için gemiden çıkarlar. Bir kısmı ihtiyacını temin edip başka bir şeyle ilgilenmeden gemiye döner ve hiçbir engelle karşılaşmadan, kimseyle çekişmeden ve herhangi bir izdihama maruz kalmadan geminin en rahat yerine yerleşir. Bir kısmı da rengârenk çiçek türleriyle donanmış araziye seyretmeye, o çiçeklerden yayılan değişik nefis kokuları içlerine çekmeye, bol ve nadide ağaçların ilginç meyvelerinden yemeye, güzel sesli kuşların hoş ötüşlerini dinlemeye giderler. O bölgede değişik renk ve görünümdeki taşların göz alıcı manzarasına, ruhu okşayan ilginç şekildeki sedeflerinin seyrine dalarlar. Fakat ihtiyaçlarını karşıladıkları o yerden pek fazla ayrılamazlar. Gemiye döndüklerinde de en geniş ve en rahat yerlerine yerleşirler. Diğer bir kısmı ise ihtiyaçlarını karşıladıkları o yerden ayrılmamakla birlikte; o sedefleri, değerli taşları, çevredeki meyve ve çiçekleri toplamaya koyulurlar. O bölgenin taş ve sedeflerinin, biraz sonra aldanıp toplamaktan utanç duyacakları solan çiçeklerinin, az sonra çevredekilerin iğrendiği pisliğe dönüşecek olan meyvelerin ağır yüküyle gemiye dönerler. Fakat başkalarının önceden geminin geniş ve rahat bölümlerine yerleştiklerini görürler. Bunun üzerine dar, engebeli ve sert bir yere tikişirler. Üstelik değerli gördükleri taş ve sedefler, çiçek ve meyveler o sert ve dar ortamda kendilerine yük olmaya başlar. Öyle ki yerlerini daraltacak taşları toplamadan gemiye erken dönenlerin sahip oldukları rahatlıktan büsbütün mahrum kalırlar. Ayrıca önce dönenler, berikiler gibi topladıklarını koruyup kollamak ve onların zarar görmelerini önlemek gibi bir hizmete katlanamıyor; onlardan uzak kalmanın, aşırı bağlanmanın verdiği sıkıntı ve kaybolma korkusu ile meşgul olup istirahatlarının çoğunu onlara ayırmıyorlardı. Dahası, onlardan bir veya bir kaçını kaybolmadıkça toplayanları üzüntü ve kedere sevk etme durumu da bunlar için söz konusu değildi.

Bazıları ise gemilerini ve gitmek istedikleri vatanlarını unutup o geniş araziye ve ormana dalmışlardı; [o taşları, sedefleri ve çiçekleri toplamak] ve meyvelerden yemek, onların vatanlarına dönmeyi ve gemide müsait yer bulmayı düşünmelerine engel oluyordu. Ayrıca bu durumda onlar, kendilerini bekleyen sürekli korku, felaket ve acıdan da emin değillerdi. Şöyle ki; yırtıcı hayvanlar, zehirli yılanlar, ürküntü veren sesler, yüzlerini ve diğer organlarını çizip yaralayan ağaç dalları veya boy boy dikenlerin ayaklarında açacağı ve uzun tedaviyi gerektiren yaralar yahut yürümelerini engelleyen bataklık, mahrem yerlerini örten elbiseyi kirleten çamur ya da giysilerini yırtan dallar yahut da ilerlemelerine engel olan sarmaşıklar onları bekliyordu.

[20] Kaptan geminin kalkacağını onlara bildirince bir kısmı toplayıp devşirdiği yükü döndüler, fakat anlattığımız sıkıntılarla karşılaştılar. Gemide müsait yer olmadığından ancak dar, sıkıcı, rahatsız edici ve tehlikeli hastalıklara yol açan bir yer bulabildiler. Bir kısmı ise ormanın içlerine çok daldıkları ve araziye dağıldıkları için kaptanın sesini duyamadılar. Nihayet gemi kalktı ve böylece onlar vatanlarından ayrı düşerek buldukları yerde ölümcül tehlikelerle ve müthiş güçlüklerle karşı karşıya kalıverdiler. Onlardan kimini yırtıcı hayvanlar parçaladı, kimisi bataklıklara gömüldü, bazıları çamurlara belendi, bazısını da yılanlar soktu. Sonunda hepsi iğrenç leş haline geldi. Varmak istedikleri vatanlarından ayrı, organları dağılmış ve iğrenç duruma düşmüş olan bu kimseler, tanımayanlar için rahmet, tanıyanlar için ibret oldular.

[21] Öte yandan [bir kısmının] toplayıp yüklenerek gemiye döndükleri o akıllarını çelen, hürriyetlerini kısan, rahatlarını kaçıran ve yerlerini daraltan çiçekler çok geçmeden soldu ve taşların da rengi matlaştı. Çünkü çiçekleri ve renkleri canlı kılan rutubet artık yoktu. O sedefler [istiridye] de bozulup fena halde kokuştular. Böylece topladıkları şeyler hem kendilerine yük hem de rahatsız edici bir çevre oluşturdular. Artık onları denize atmaktan başka çare kalmamıştı. Çünkü onlar, sahip olanın hareketini engellemiş, hayatını zehir etmiş, bulunduğu yere üzüntü vermiş ve hürriyetini kısıtlayan bir yük haline gelmişti. [Onları denize atınca da] elleri bomboş kalmıştı. Onlar henüz gidecekleri yere varmadan o kötü kokuların kendilerini etkilemesi ve yorgunluktan güçlerini kaybetmeleri yüzünden bir çok hastalığa yakalandılar. Yerin darlığı, sertliği ve verilen hizmetin ağır oluşunun da onların zarar görmelerinde payı vardı. Bu yüzden bir kısmı gidecekleri yere ulaşmadan öldü; bir kısmı da hasta ve bitkin

olarak varabildiler. Çevreyi seyre dalıp güzel kokuları teneffüs ederken gecikenler ise buncacık meşguliyet yüzünden geniş ve rahat yer bulamamış oldular. İhtiyacını görmek için dışarıya çıktığında gözüne ilişenlerden başka herhangi bir şeyler meşgul olmayanlara gelince, onlar oyalanmadan erkenden gemiye dönmüşler, en geniş ve rahat yerleri tutmuşlar, huzur içinde vatanlarına kavuşmuşlardı.

[22] Bizim bu âlemden gerçek aleme geçişimizin örneğini teşkil eden bu misaller, bu alemde gelip geçenlerin durumuna benzemektedir. O halde yeryüzündeki çakıl taşlarına, sudaki istiridyelere, ağaçlardaki çiçeklere ve kısa süre sonra yük haline dönüşecek olan kuru[yacak] otlara kapılıp aldanmamız bizim için ne kadar kötü! Görüyoruz ki bu şeylerin verdiği sıkıntıdan kurtulmamız ancak onları uzak yerlere, denizlerin dibine ve alevli ateşe atıp kendimizden uzaklaştırmakla olur. [Bunu yaparken] onların pis kokusundan burnumuzu tutmalı, çirkinliklerini görmemek için gözlerimizi kapamalı, yakınlarda bulunmanın verdiği huzursuzluk ve görmenin bizde uyandırdığı nefretten dolayı onlardan uzak durmalıyız. İşte başımıza geldiğinde bizim için üzüntü kaynağı olacak şeyler bunlardır. Eğer üzüleceksek, gerçek vatanımızdan ayrıldığımız ve geminin bizi gerçek vatanımıza ulaştırmasına engel olan bir yükü yüklediğimize üzülelim. O gerçek vatan ki, orada yokluklar, özlemler ve kayıplar bulunmadığı için sıkıntı ve üzüntüler de yoktur. Zira gerçek olmayan bir şey orada bulunmaz, istenmesi uygun olmayan şeye karşı da istek duyulmaz. İstek duyulan şey ise hemencecik isteyen yan başındadır, hem de ondan hiç ayrılmamak ve zarar ve ziyana uğramamak üzere. Gerçekte biz üzülmemeye direncimizi yitirdiğimizde üzülmemeliyiz; çünkü bu aklın özelliğidir. Bize üzüntü veren şeylerin yokluğuna üzülmek ise cehaletin özelliğidir.

[23] Hatırda tutmamız gereken bir başka husus da şudur: Biz kötü olan şeyden değil, sadece kötüden nefret etmeliyiz. Bu husus hafızamızda yer edecek olursa, duyulardan kaynaklanan üzüntüleri yenmemizde büyük yarar sağlar. Buna göre, sanılmasın ki ölümden daha kötü bir şey yoktur! Gerçekte ölüm kötü değildir, kötü olan ölüm korkusudur. Ölüme gelince, o sadece tabiatımızın tamamlanmasından ibarettir. Şöyle ki, eğer ölüm olmasaydı kesinlikle insan da olmazdı. Çünkü insan “düşünen, canlı, ölümlü varlıktır” diye tarif edilir. Tarif tabiatı temel olarak yapılır. Demek istiyorum ki düşünmek, canlılık ve ölümlü olmak insanın temel yapısıdır. O halde ölüm

yoksa insan da yoktur. Zira bir varlık ölümlü değilse o insan olamaz. Buna göre olmamız gereken durumda olmak kötü değildir, kötü olan olmamız gereken durumda olmamaktır. Öyleyse kötü olan ölümün olmayışıdır. Çünkü ölüm yoksa insan da yoktur. O halde ölüm kötü değildir.

[24] Herkesin en kötü şey sandığı [ölüm] kötü olmadığına göre, bunun dışındaki yoksunluklar ve maddi kayıplar da kötü olamaz. Yukarıda ölümün kötü olmadığı iyice anlaşılmıştı; öyleyse ölümün kötü olduğu yolundaki kanaatin sebebi hayat ve ölüm hakkındaki bilgisizlikten kaynaklanıyor olmalıdır. Bir örnek vermek üzere derim ki: Şayet karaciğerde bulunan ve fakat başka hiçbir şeyi tanımamış olan bir besin maddesinin akli olsaydı; sonra başka yere nakledilmek istenseydi, gelişmesi için daha uygun bir bünyeye nakledilse bile, o bu durumdan üzüntü duyardı. Eğer o madde yumurtalara ulaşip sperme dönüşse, sonra yumurtalardan daha geniş bir yer olan rahime nakledilmek istense, elbette bu durum onu fazlasıyla üzerti. Rahime yerleştikten sonra o maddeye “yumurtalara döneceksin” dense, rahimdeki durumuna nisbetle yumurtaların dar olduğunu ve gelişmiş insan suretinden uzak bulunuşunu hatırladığı için bu söz onu öncekinden kat kat üzecektir. O maddenin rahimden bu geniş aleme çıkması istendiğinde durum aynıdır, bu da onu fazlasıyla üzecektir. Şayet o, bu geniş ve güzel âleme çıksa ve sonra da rahime dönmesi söylene, dünya ve dünyadaki her şey onun mülkü olsa rahime geri dönmek için derhal hepsini verirdi. İşte bunun gibi dünya denilen bu yerden ayrılış da onu üzecektir. Şayet o madde, duyusal ve psikolojik acıları art arda doğuran duyusal varlık ve acıların bulunmadığı akıl âlemine intikal edecek olsa –ki orada- ki kazanımlara hiçbir el uzanamaz ve felaketler ulaşamaz; sahip olanın elinden onları hiçbir şey asla alamaz –ve ona: “önceki bulunduğun aleme döndürüleceksin” denilecek olsa o, “bu geniş dünyadan karanlık rahime döndürüleceksin” denildiği zamanki üzüntüsünden kat kat daha fazla üzülecektir.

[25] Böylece ayırt etme gücü zayıf ve duyusala yatkın olan ruhların gerçekte kötü olmadığı halde ölümü kötü görmekte nasıl yanıldıkları anlaşılmış oluyor. Demek oluyor ki dünya hayatının dışındaki bütün maddi kazanımların kaybedilmesi kötü değildir; tersine onların kaybına üzölmek kötüdür. Çünkü böylelikle biz zorunlu olmayan o acıları kendimize reva görmüş oluruz. Gerçekten böyleyse, o halde bizler kötü karakterli kimseleriz ve yaşantımız da kötü demektir. Dolayısıyla buna rıza

gösteren kimse kötü seçim yapan akılsızın biridir. Çünkü akıl, her şeyi yerli yerine koyar; akıldan yoksun olan ise şeyleri yerli yerine koymayıp onların olması gerekenin tersi bir durumda bulduklarını zanneder.

[26] Hatırda tutmamız gereken hususlardan biri de elde edemediğimiz ve yoksun kaldığımız her şeye karşılık bize kalan duyusal ve akli kazanımlarımızla yetinmek, zihnimizi o şeyleri anıp saymakla meşgul etmemektir. Çünkü kalanları düşünmek musibetlere karşı bir tesellidir.

[27] Yine hatırda tutmalıyız ki, biz maddi kazanımların kaybindan doğacak sıkıntıların endişesini taşıyoruz. İşte elde edilemeyenlerin veya duyusal alışkanlıkların kaybının yol açtığı her üzücü olay sonucunda artık o endişe kalkmış ve böylece bazı üzüntü kaynakları azalmıştır. Şayet bu düşünce zihnimizde iyice yer ederse üzücü şeylerin musibet karakterini, zihnimiz, nimet karakterine dönüştürür. Böylece başımıza gelen her musibet bizim için nimet olur. Zira musibetler musibetimizi azaltıyorsa o musibet nimet sayılır. Her ne kadar bize göre musibet üzücüye de üzüntüyü azaltan her şey nimettir. O halde kaybedilmesi bize musibet gelen her duyusal kazanımın azaltılması bir nimettir. Bundan dolayı diyoruz ki, kendi dışındaki varlıkları edinmeyen kimse kralları köleleştiren güce, bütün kötülüklerin ve acıların kaynağı olan öfke ve şehvet gücüne hâkim olur. Öyleyse en büyük hastalık, ruhun hastalığıdır. Biraz önce dediğimiz gibi ruhun hastalığı beden hastalıklarından daha büyük bir tehlikedir. Çünkü öfke ve şehvet güçleri bir kimse üzerinde kötü etkilerini gösteremiyorsa, artık o şahsın üzerinde bu duyguların bir baskısı yok demektir. Buna mukabil öfke ve şehvet bir kimseyi etki ve baskı altına alarak ona egemen olursa, bu duygular onu dilediği gibi yönetir. Gerçekten kendi varlığı dışındaki şeylere sahip olmayan kimse, kralların köleleri üzerindeki hâkimiyeti gibi bir üstünlük kazanır. Kalesinde kendisiyle birlikte bulunan ve demir korunaklarda dahi silahların etkisinden kurtulamadığı, onlarla birlikte iken en çirkin günahları işlemekten ve büyük tehlikelerle karşılaşmaktan emin olmadığı en büyük düşmanlarına üstün gelmiş olur.

[28] Değerli kardeş! Bu öğütleri kendin için birer değişmez örnek bilersen üzüntünün kötülüklerinden kendini kurtarır ve bu sayede en değerli olan ebediyet yurduna ve iyi kimselerin bulunduğu yere kavuşursun. Her iki dünyada Allah mutluluğunu mükemmel kılsın. İki dünyada bol ikramda bulunsun. Aklın meyvelerini

devşirip ondan yararlanmayı nasip etsin. Ve seni bilgisizliğin bayağılığından uzaklaştırsın. Bu konuda söylenecek söz varsa da sorduğun hususta bu sana yeter. Her ne kadar amaca ulaşmanın yolları çok, hatta sonsuz denecek kadar fazlaysa da istenilen elde edilince son amaca ulaşılmış olur. En rahat ve en güzel hayatı yaşaman için dünya ve ahrette dair önemli işlerinde Allah yardımcın olsun. Risale sona erdi. Âlemlerin rabbi olan Allah'a hamd olsun.

