

Sûfi Perspektif

Doç.Dr. Kadir ÖZKÖSE



“Ruhumuzu kasıp kavuran en önemli ıstırap kendimizi dünyaya ait olarak görmektir. Sonsuzluk âlemine hasret olan ruhumuzu bağlarla kayıt altına almaktır. Tasavvuf kayıtlardan kurtulmanın, özgür bireyler hâline gelmenin, Allah’tan başka hiçbir otoriteye boyun eğmemenin ve kendimizi alâkalardan koparmanın yoludur.”

Gönül Terapistleri

Diğer mistik akımlardan farklı olarak tasavvufun kendine özgü bir irfan boyutu ve belirli prensipleri vardır. İslâm’ın dışında herhangi bir anlayışı değil, İslâm’ın özüne sâdık yaşam sürmeyi hedefleyen bir ‘ilim’dir. Her şeyden önce tasavvufun hedefi ve muhatabı insandır. İnsanın zâhirî ve fizikî ihtiyaçlarından çok bâtinî, ruhsal ve metafizik boyutunu ele alan tecrübî bir ilimdir.

Mekanikleşen, doyumsuzlaşan, azmanlaşan, yalnızlaşan ve kendine zaman ayıramayan günümüz insanı yoğun bir arayışın içindedir. Sahip olduğu eşyalar, edindiği etiketler, harcadığı servetler mutlu etmiyor artık günümüz insanını. Gerçi insanımız mı maddeye, madde mi insanımıza sahip, orasını iyi düşünmemiz gerekmektedir.

Günümüzün Psikolojik Nevrozları

Günümüzde artık, anksiyete, fobia, panik atak vb. gibi psikolojik temelli rahatsızlıklar nüksetmekte ve önü alınamaz boyuta gelmektedir. Ruhsal hastalıkların tedavisinde reçeteye sadece “Zirax” yazarak hastayı baştan savmak çare değildir artık. Biyoenerji, rei-ki, trans-personal psikoloji, orgon terapi, enegram terapisi, oto-telkin vb. gibi tedavi yöntemleri günümüzde hayli revaçta ve ilgi odağı hâline gelmektedir.

Maruz kalınan hastalıklardan biri de anomidir. Derinden hissedilen bir amacın yokluğu, kişinin çevresine ve dostlarına yabancılaşması anominin özelliklerindedir. Ölüme karşı, durup dinlenmeksizin çare

ararken bedenlerimiz yaşlanmakta ve akıllarımız yorulmaktadır. Yatıştırıcıların, alkolün ve uyuşturucuların yaygın kullanımı, umutsuzluğu örtbas etmek ve anlam yerine heyecanı ikame etmek isteğiyle bağlantılıdır.

Ruh Sağlığı

Anlam bütünlüğünden yoksun bireylere özel bir anlam çerçevesi sunmaya çalışan Psikiyatri ilmi, zihinsel rahatsızlığı azaltma ve zihinsel sağlığı geliştirme bilimi olarak tanımlanmaktadır. Bugüne kadar bu bilim dalı daha çok bu tanımın ilk bölümü ile meşgul olmuştur.

Psikoloji ve Psikiyatri gibi Tasavvuf ilmi de bireyin ruh sağlığına önem veren bir bilim dalıdır. Psikolog ve psikiyatrilere aksine sûfiler insanı laboratuvar zihniyeti ile değil varoluş duygusu ile çözümlenmeye çalışır. İnsanın duygusal, zihinsel, fiziksel, sosyal, davranışsal ve fizyolojik yönleri kadar onun bâtinî, mânevî, metafizik, kalbî ve rûhî yönlerini de dikkate alır. Tasavvuf ilminin konusu; teziye, tehzib, terbiye ve tasfiye cihetinden ruhtur. Onun için tasavvufta ruhun çok özel bir yeri vardır. Sûfiler ruhu tanımayana, özelliklerini tespit etmeye, ruhî hastalıkları tedavi etmek için hastalıkları teşhis etmeye çalışmışlar ve tedavi usulleri ile kurtuluşa ermeyi sağlamışlardır. Tasavvufa göre Allah'a giden yol ruhtan geçer, zira nefsini bilen Rabbini bilir.

Günümüzde olduğu gibi geçmişte de ruhsal bunalım geçiren, huzursuzluk kıskacında

kıvranan ve kendisi olmak isteyen bireyler, arayış içerisinde olmuşlardır. Bu arayışı, sahip olmayı başaranlar değil olmanın yoluna koyulanlar gerçekleştirebilmişlerdir. Yunus gibi ballar balını bulanlar huzuru yaşamının zevkine varmışlardır. Toplumun geri kalan kesimi ya hastalıklar, savaşlar, meşgaleler, fakr u zaruret hâlleri, dayanılması zor acılar, ihanetler ve savrulmalarla boğuşmuş ya da varlık içinde yokluğu yaşamış, elindekilerle tatmin olamamış, edinilen kuru bilgilerden ve pratiği olmayan teorilerden sıkılmış, merasimden öteye gitmeyen ibadetlerden haz alamaz hâle gelmiş, madde ve dünya hayatı ile oyalanır ve böbürlenir olmuş ve bu minvalde yaşadığı hayatın her ânı ruhunu kasıp kavurur hâle gelmiştir.

Dergâhların Huzur Atmosferi

Darboğazdan, huzursuzluk girdabından ve acılardan kurtulmak isteyenlerin teskin edildiği, anlam kazandığı ve kendisi

ile barışık hâle geldiği adreslerin başında dergâhlar gelmektedir. Müspet yönleri ile temayüz ettikleri ve asıl fonksiyonlarını icra ettikleri dönemlerde dergâhlar, içerisinde buldukları toplumun yaralarını sarmaya, toplumsal kargaşaları gidermeye, kavgaları önlemeye ve birlikte yaşama tecrübesini kazandırmaya gayret etmişlerdir. Sağlıklı toplumun sağlıklı fertlerle inşa edilebileceği fikrini ilke edindiklerinden, bireylerin ihtiyaçlarını karşılamayı temel görev addetmişlerdir. Bireyin fizikî, zâhirî, şeklî, dünyevî ve bedensel ihtiyaçlarını sağlamanın önemini vurgulamakla birlikte, ruhu aç, vicdanı sakat, nefsi azgın ve kalbi katı olanların her türlü imkâna kavuşmalar da sahil-i selâmete ulaşamayacaklarını telkin etmişlerdir. O nedenle mürşid-i kâmiller, maddî hastalıklar kadar manevî hastalıklara da dikkat çekmişlerdir. Kişinin maddî ve manevî hastalıklardan kurtuluşunu sağlıklı birey için şart koşmuşlardır.



Tasavvufun Kişiyi Korku, Tamahkarlık, Seksüel/ Agresif Dürtülerden Kurtarması

Dergâhlarda her şeyden önce kişiye özgüven aşılanırdı. Kula kulluktan ve maddeye bağımlılıktan kurtulması öğütlenirdi. Mürid şeyhine intisap etmek suretiyle aklını kiraya vermiş, gönüllü köleliğe bürünmüş, zilletle düçar olmuş değildi. Allah'a kulluk yaparken Allah için sevmenin, sâlihlerle beraber olmanın, hak bildiği doğrulara

sadık kalmanın ve Hak nurunun tecelligâhı olduğuna inandığı bir insanlık âbidesine hizmet etmenin gerçeğine ermiştir. Sülûk eğitimi, silik şahsiyetler yetiştiren, asalak tipler üreten, miskin tabiatlar oluşturan ve ruhları köleleşmiş tipler yetiştirmez. Sülûk eğitimi hasta ruhları tedavi eder. Şaşkın tabiatları kararlı kılar. Müminleri kardeş, ulemayı rehber, mâneviyât önderlerini örnek, halka hizmeti düstur edinmeyi öğütler. Şeyhe rabita, şeyhin suretine değil sî-

retine dikkat kesilmek demektir. Bey'ât ve intisap, nefsimize hakimiyet, kendimizi kontrol ve irademizi kuvvetlendirmek demektir. Ne kadar bayağı, sakat, sefih ve rezil olursa olsun tasavvufta kişinin tövbe ile arınabileceği, esfel-i sâfilin derekesine düşmüş olanların ahsen-i takvîm mertebesine yükselebileceği müjdesi verilir. Sûfîlerin insan denen cevherden ümit kesmeleri mümkün değildir. Hiçbir hastalığı baş edilemez görmezler. Kötülüğü emreden olgu olarak nefis denen benliğin ıslahını, terbiye ve inşasını hedeflerler. Nefsi emmârelikten sırasıyla levvâme, mülhime, mutmainne, râziye, marziyye ve kâmile konumuna getirmeye özen gösterirler. Nefsi okşamanın, nefsin hazlarını önemsemenin, nefsi doyurmanın değil nefsin arzularını kırmanın çabasını güderler. O nedenle tasavvufî eğitim alan bir derviş mütevazi, sabırlı, dengeli, paylaşım sahibi, mütevekkil, vefalı, sadık, sorumluluklarının bilincinde ve hayatı aşkla yaşamaya azimli hâldedir. Korkularını, açgözlülüğünü, şehvî arzularını, agresif dürtülerini törpülemiştir. Polislerin baş edemediği serkeş, uysal; her defasında adaletten terazisinden kaçan azman pişman, diyarları kana bulayan ve ateşe veren tiranlar merhametli; korkak ve ürkekler alperen; bencil ve menfaatperestler cömert hâle gelir.

Tasavvufun Kişiyi İkilikten Kurtarması

Meşâyih müridânını vuslata ermeye, vahdet şarabını içmeye davet eder. Varlığın gerçekte tek



Foto: Elif Ayşe

Süleymaniye Tekkesi

olduğunu, her şeyin Bir'den tecelli ettiğini, Hakk'ın dışındaki her şeyin izâfî olduğunu beyan eder. İç dünyasında kaos, çatışma ve zıtlığın değil uyumun yaşanmasını sağlar. Şeytanın umut kestiği, nefsin boyun eğdiği ve kötülüklerin izale edildiği benlikte Hakk'ın tecellisi egemen hâle gelir. Her şeye Hak nazarı ile bakılır. Mânen Allah'la beraber olan gönül ağıyardan ayrılmış, Hakk'ın zikrine koyulan zihin Allah'ı tefekküre koyulmuş, Allah'tan geldiğini idrak eden ruh yine O'na döneceğinin bilincine ermiştir. Bu hâldeki dervişte yazımızın başında belirttiğimiz anlamsızlık hastalığı demek olan anomi çözümlenmiş olur.

Tasavvuf, Kişiyi Dünyevî veya Şartlanmış Benlikten Kurtarır

Ruhumuzu kasıp kavuran en önemli ıstırap kendimizi dünyaya ait olarak görmektir. Sonsuzluk âlemine hasret olan ruhumuzu bağlarla kayıt altına almaktır. Tasavvuf kayıtlardan kurtulmanın, özgür bireyler hâline gelmenin, Allah'tan başka hiçbir otoriteye boyun eğmemenin ve kendimizi alâkalardan koparmanın yoludur. Şehvetlerimiz, dürtülerimiz ve emellerimiz ruhumuzun yükseliş trendine engel olan kementlerdir. Maddeye, servete, statüye ve rütbeye bel bağlamak ve bunlarla avunmak suretiyle yaratılış gerçeğini göz ardı edenlere verilen özgürlük muştusu ile terki terk bilincine ulaşmış ve ruhumuzu daraltan buhranlardan kurtulmuş oluruz.

Mürit, Aldığı Tasavvufî Eğitimle Stres ve Depresyondan Kurtulur

Tasavvufî eğitimle dervişler, birbirini anlama duygusuna sahip olur, nefislerini ortak bir potada eritir, başkalarını sevmeyi, acıları paylaşmayı, sevince ortak olmayı ve sükûnete ermeyi öğrenirler. Tilâvet, salâvat, semâ', devrân, zikir, tesbihât, evrâd ve mûsiki ile yoğun bir şekilde duygusal ve ruhsal hâller yaşarlar. Derviş veya muhibbanın içe bakışı, derin tefekkürü, bilinçaltını algılaması, sorunları ile yüzleşmesi, kendini aşması ve kendini keşfetmesi sağlanır. Vecd, istiğrak, gaybet, sekr ve huzur hâlleri ile mânevî coşkuya gark olur. Şekerlerde bulamadığı tadı zikirlerde, kitaplarda hissedemediği sıcaklığı musikinin kıvraklığında, şekilden öteye gitmeyen ibadetlerinde bulamadığı yakınlığı gözyaşı ile sulanan secdelerde elde etmeye başlar. Böylece kendinden, toplumdan ve Rabbinden kaçan tipler her varlıkla ünsiyet peyda etmeye, cümle varlığa Hak nazarı ile bakmaya, yetmiş iki milletin dilini konuşmaya başlar. Stres, buhran, depresyon ve bunalım hâlleri kaybolmayı huzur mallaı yaşamaya çalışır. Hayata korku yerine umutla bakmaya, kıvranan ruh hâleti yerine coşkun ve taşkın bir ruh atmosferine bürünmeye, tedirgin geçen günler yerine güven ve itminana eren bir yaşam sürmeye ve kararlı bir çizgi takip etmeye başlamış olur. Hayatla tam bir içiçelik ve ânla tam bir bütünleşme gerçekleşir. Geçmiş ve gelecek kaygısından kurtulmuş

olur. Tabiatın ekolojik düzeni korunur ve hayatın görünmez ritmi ile bağlar kuvvetlendirilir. Aşkın gerçekliği yaşanır ve varoluşsal birlik elde edilir.

Özetle huzur ve sükuna, mutluluk ve anlayışa hasret kaldığımız bu günlerde, kurtlar sofrasına dönen cemiyet hayatında yok olmaktan, kirlenmekten ve pişmanlıktan kurtulmanın yolu kendimizin dışında değildir. Bedenlerimize gösterdiğimiz itina ruhlarımızın süslenmesine de göstermeliyiz, karınlarımızı doyurmaya çabaladığımız kadar gönüllerimizin de doyuma ulaşmasını sağlamalıyız. İçimizle dışımızın bir olmasına, niyetlerimizle davranışlarımızın bütünlük arz etmesine, zâhir ve bâtin uyumuna özen göstermeliyiz. Yorgun simalar, bezgin isimler, soluk benizler, çatik kaşlar, sert bakışlar, kasvetli gönüller ve sarsılan ruhlar birlik deryasına muhtaçlar. O nedenle vuslat şarabını içmeye, hakikat yolunu kat etmeye ve kendimizi keşfetmeye mecburuz. Kendimizden kaçtıkça ruhumuz daralacak, gönlümüz dağlanacak ve şuurumuz kaybolacaktır. Toplumsal cinnet hâlinin yaşandığı, küresel şiddetin kol gezdiği ve yitik nesillerin kurban edildiği bu dönemde ruh asaletine, kalb huzuruna ve zihin duruluğuna her zamankinden daha çok muhtacız. Ruh ve sinir hastalıkları tedavi merkezine tıklamak yerine gönül doktorlarına varmak, erenler kervanına katılmak ve hakkı tutup kaldırmak tek çıkar yoldur.