

# Sağlıklı Kişilik Teorileri

Dr. Muhammed Sâdık Şucaî

## Giriş

**P**sikologlar sağlıklı kişiliği incelerken normallik<sup>1</sup>, sağlık<sup>2</sup>, gelişim, bülüğ ve olgunlaşma<sup>3</sup>, yetişme<sup>4</sup> gibi çeşitli kavramlar kullanmışlardır. Sağlıklı kişiliğin ürün veya hemen hemen onun eşanlamlısı kabul edilebilecek diğer bir kavram ise ruhsal sağlığa<sup>5</sup> sahip kişiliktir. Bu nedenle ruhsal sağlıklı kişilik, bazı kişilik teorisyenlerinin özelliklerini önermeye ve açıklamaya odaklandığı sağlıklı kişilik demektir. Ruhsal sağlık; özelliği duygusal sağlık, ızdıraptan ve güçsüzleştirici sendromdan nispeten kurtulmuşluk, başkalarıyla yapıcı ilişkiler kurma ve hayatın zorluklarıyla ve streslerle baş etme yeterliliği olan ruhsal hâldir. Normallik de her ne kadar üzerinde ittifak edilmiş net bir tanımlı olmasa bile, kendi varoluş boyutlarının tümüne uygun yüzleşme, içsel çatışmaların olmaması ve çevreyle barışıklık gibi öğeleri kapsamaktadır. Sağlık ve normallik kavramları birbirine çok yakın ve irtibatlıdır.<sup>6</sup> Aralarında gerçeklerle uyumlu bir idrak, kendini tanıma, kendini dizginleme, başkalarıyla duygusal ilişki kurma yeteneği, izzet-i nefis, yaratıcılık gibi özelliklerin de bulunduğu olumlu sıfatlardan en üst derecede pay sahibi olmak da normal kişiliklerin tarifinde kullanılmaktadır.<sup>7</sup>

Maslow ve Rogers gibi diğer psikologlar, yetişkinliği, başka bir deyişle kemali sağlıklı kişilikleri tanımlarken kullanmaktadır. Gerçi bu tanım daha çok sağlıklı kişiliğin

<sup>1</sup> Normality

<sup>2</sup> Health

<sup>3</sup> Maturity

<sup>4</sup> Growth

<sup>5</sup> Mental health

<sup>6</sup> Corsini, R. J., *The Dictionary of Psychology*, s. 585, 650.

<sup>7</sup> *The Gale Encyclopedia of Psychology*, s. 46.



*Bu makalede kişilik psikologlarının görüşleri incelenirken sağlıklı kişiliği tanımlayan yukarıdaki kavramların birbirine çok yakın ve birbiriyle bağlantılı olduğu görülecektir. Bununla birlikte, birinci bölümde normallığe getirilen tanımlar gözönünde bulundurulduğunda sağlıklı kişiliğin, normallığın çerçevesini aştığının hesaba katıldığı ortadadır.*

üst mertebeleri için uygunsa da gelişim psikologlarına göre sağlıklı kişiliğin özellikleri, sağlıklı kişiliğin tüm konularını kapsayan basamaklara sahiptir. Dolayısıyla psikologların görüşünde normal, sağlıklı, gelişmiş ve yetişmiş kavramları arasında belirgin bir farklılık gözlenmemektedir. Bu kavramların her biri kimi zaman kendilerine has değişik tanımları dikkate alınarak birbirinin yerine kullanılabilir. <sup>8</sup> Bu makalede kişilik psikologlarının görüşleri incelenirken sağlıklı kişiliği tanımlayan yukarıdaki kavramların birbirine çok yakın ve birbiriyle bağlantılı olduğu görülecektir. Bununla birlikte, birinci bölümde normallığe getirilen tanımlar gözönünde bulundurulduğunda sağlıklı kişiliğin, normallığın çerçevesini aştığının hesaba katıldığı ortadadır.

### 1. Sağlıklı kişiliğe ilişkin psikolojik teoriler

Ruh sağlığına dair teoriler incelendiğinde en eski görüşün, ruh hastalığının bedensel nedenlerine, sendrom yoksunluğuna ve sağlıkta bedensel sebeplere vurgu yaptığı görülecektir. Yunanlı filozoflar, Bukrat'ın dört tabiat teorisini ruh sağlığı ve dengesi için temel kabul etmişlerdi. <sup>9</sup> Biomedikal model, ruhsal güçlüklerin nedenlerini biyolojik sorunlara indirgeyerek bedensel ve biyolojik etkenleri insanın zihinsel ve fikrî hâllerinin tek temeli görür. <sup>10</sup> Bu görüş, ruhsal sorunlarda bedene yaptığı ağırlıklı vurgu, beden ve ruh arasındaki iletişimi görmezden gelmesi, toplumsal ve kültürel etkenleri ihmal etmesi <sup>11</sup> nedeniyle ciddi eleştiriler almıştır. Tarih akışı içinde sağlıklı kişilikle ilişkili bakışaçları tıbbi görüşle eşzamanlı olarak, çoğu, insanın çeşitli güçleri arasındaki dengenin kaynağını kişilik sağlığını açıklamak için kabul eden ahlâkî teoriler ortaya koymuştur. Biz de dinî kültürün teorilerini incelerken bu görüşü ele alacağız. Yirminci yüzyılda psikanalitik görüş, ruh sağlığını izahta belki ilk psikolojik

<sup>8</sup> Purefkârî (Ferheng-i Cami-i Revanşinasi ve Revanpezeşki), s. 1009.

<sup>9</sup> Curtis, *Revanşinasi-yi Selamet*, s. 17.

<sup>10</sup> Şehidî, Hamdiye, *Usul ve Mebani-yi Behdaşt-i Revani*, s. 19.

<sup>11</sup> Curtis, *Revanşinasi-yi Selamet*, s. 18.



teori sayılabilir. Bu görüşü değerlendirirken hemen hemen birbiriyle çelişen Freud ve Jung'un sağlıklı kişiliğe yaklaşımını inceleyeceğiz. Daha sonra mükemmel insanın özelliklerini açıkladıkları izahlarında arzu edilen veya sağlıklı insana ilişkin kapsayıcı bir görüş ortaya koymuş olan antropiklerin görüşlerine yöneleceğiz. Bundan sonra sağlıklı kişilik konusunda Adler ve Ericson'un teorisi gibi toplumsal görüşlere ve aralarında Allport'un da yer aldığı diğer izahlara bakacağız. Nihayet çağdaş görüşlere değinerek bitireceğiz.

### 1.1. Psikanalitik Görüşler

Freud kişiliği üç ögenin birleşimi kabul ediyordu: "bilinçaltı", "ben", "üstben". Bu üç ögenin denge hâli kişiliğin sağlıklı olmasını sağlayacaktı. Sağlıklı kişilikte bilinçaltı ve üstben, koordinasyon içinde bulunan ve asgari çatışmayla hareket eden bir "ben"de birleşmektedir.<sup>12</sup> "Ben" aslında insanın kişiliğini yönettiğinden diğer iki güç, yani "bilinçaltı" ve "üstben" arasındaki koordinasyonu üstlenmiştir. "Ben" in bu iki güç arasında doğru ve mantıklı arabuluculuğu başarması kişiliğin normal olduğunun göstergesidir. Buna ilâveten, "bilinçaltı" in doğru işleyişi ve çatışmadan uzak kalması, "ben" in de şiddetli darbeler ve baskılar sırasında yapıcı savunma mekanizmalarını kullanması, ruh sağlığı ve dengesinin delilidir.<sup>13</sup> Freud cinsel gelişim aşamaları temelinde ruh sağlığı ve dengesi için başka bir kıstas daha ortaya koymaktadır. Buna göre bireyler anal, oral, fallik ve cinsel özellikler taşımaktadırlar. Bu, bireyi belirtilen aşamalardan birinde sağlamaştırmak bakımındandır. Tenasül<sup>14</sup> aşamasına ulaşmış bireyler tüm çatışma türlerinden ve savunma mekanizmalarını uygulamaktan özgürleşmiş değillerse de, daha aşağı aşamalarda köklü pekiştirilmiş gelişimi yaşamamışsa nevrotik (asabi) olmayan bir hayata ve karşı cinsle normal ilişkilere istek duyarak erişebileceklerdir.<sup>15</sup> Artık tatmin olunan şartlarda ve uygun işlevde bulunmaktadırlar. Yaşadıkları çatışma, en aşağı seviyeye inmiştir ve münasip teknikle giderilebilecektir. Esnek savunma mekanizmaları onlarda nadiren görülür. Cinsel güdüyü toplumun kabul edebileceği mecrada tatmin edebilmişlerdir. Cinsel aşamalara ulaşmış bireyler yeterlilik sahibidir ve eğilimine uygun işleri gerçekleştirmeye güç yetirebilir. Onlar tam anlamıyla toplumsal ve barışkırtlar. Gurur ve bencillikten uzak, kendilerinden mutludurlar. Tek cümleyle söylersek, hoşnut edici fitrî öğeleri en üst düzeye, buna karşılık içgözlem ve günah duygusunu en alt düzeye ulaştırmışlardır.

Bununla birlikte Freud, kişiliğimizin temel bölümünün bilinçdışı düzlemde hareket ettiğine inanır. Ona göre kendi gerçek güdülerimizden habersiziz. İnsanın idealist işlevi bahsinde kötümser bir tutumu vardır ve onu, üzüntüyü azaltmakla yararsız işlev

<sup>12</sup> Feist, C. *Nazariyehâ-yi Şahsiyet*, s. 44.

<sup>13</sup> Milaniferd, *Behdaşt-i Revani*, s. 20.

<sup>14</sup> Genital

<sup>15</sup> Schultz, *Nazariyehâ-yi Şahsiyet*, s. 75 ve Hjelle, L. A. ve Ziegler, D. G., *Nazariyehâ-yi Şahsiyet*.

düzeyine indirir. Bütün insanların “ben”inin daima “bilinçaltı” ve “üstben”leriyle çatışma hâlinde olduğuna inanır. Bu nedenle içsel huzur ve sükûnet asla mümkün olmayacaktır. Savunma mekanizmalarında gerçeklerin saptırılması, cinsel eğitime aşırı vurgu ve insanın müteal güdülerinin bu temelde açıklanması, insanlar için, Freud’un inancına göre oldukça umutsuz bir görüş ve hoşla gitmeyen bir fotoğraf olan uygun-suz ve kaçınılmaz bir durum ortaya çıkarır. Çocukluktaki bilinçdışı etkenlerin insanın kişiliğine tesiri, insanda özgür iradenin bulunmaması ve determinizm (gerekçilik) gibi diğer olumsuz yönler Freud’un sağlıklı insan tasavvurunu tamamen umutsuz vaka hâline getirmektedir. Freud’un görüşlerinin test edilebilir olmaması<sup>16</sup>, araştırmaya konu olan insanî durumların sınırlılığı<sup>17</sup> gibi diğer metodolojik zorluklar ve cinselliğe aşırı vurgu, görüşündeki en önemli sorunlardır.<sup>18</sup>

Jung, Freud’un cinsel eğilimler eksenli görüşüne karşı çıkan ve çocukluğa ilâveten geleceği de kişilikte etkili gören<sup>19</sup> psikanalist idi.<sup>20</sup> Jung, kişiliğin üç öğeden oluştuğunu düşünüyordu: Ben<sup>21</sup>, kişisel bilinçdışı<sup>22</sup>, kolektif bilinçdışı<sup>23</sup>. “Ben”, insanın tüm algıları, hatıraları, düşünceleri ve haberdar duygularını kapsayan bilinç bölümüdür ve görevi de “kişisel bilinçdışı” ile “kolektif bilinçdışı”nda mevcut bulunan bütün güçlerin dengelenmesi ve düzenlenmesidir. Jung sağlıklı kişiliği, bireyselleşmiş insan olarak adlandırır ve bireyselleşme için aşağıdaki şartları sıralar<sup>24</sup>:

1. Gafletle yüzleşmiş nefsin boyutlarından haberdar olmak. Bu, orta yaşlara kadar gerçekleşmez. Bu doğrultuda hayattaki bilinçdışı güçleri kabul etmek gerekir. Çünkü bu durumlar kişiliğin önemli bir bölümünü içermektedir. Bireyselleşmiş insanda bilinçli veya bilinçdışı kişiliğin tüm boyutları dengeye oturmuş ve uyum sağlamıştır.

2. Bireyselleşmenin diğer boyutu, gençlik dönemindeki maddî hedefleri ve kişiye maddî hedeflere ulaşma gücü veren kişilik boyutlarını feda etmek.

3. Bireyselleşme sürecinin sonraki adımı, ruhsal biseksüellikle uzlaşma zaruretidir. İnsanın doğası eril ve dişil olmak üzere çift boyutludur. Bu iki boyutun kabul edilmesi yaratıcılığın yeni kaynaklarını bireyin önüne serer.

Özetlemek gerekirse bireyselleşme, kendini tanıma, kendini kabullenme, ruh sağlığının temel direği olan kişiliğin tüm boyutlarının açıklanmasıyla tek parçaya dönüştürme ve uyumlu hâle getirme ile gerçekleşir. Jung’a göre sağlıklı kişilerin, kişiliklerinin

<sup>16</sup> Sappington, *Behdaşt-i Revani*, s. 32, 52, 59.

<sup>17</sup> Ross, *Revanşinasi-yi Şahsiyet*, s. 112.

<sup>18</sup> Şükrkon, *Mektebhâ-yi Revanşinasi ve Nakd-i An*, c. 1.

<sup>19</sup> Schultz, *Revanşinasi-yi Şahsiyet*, s. 130.

<sup>20</sup> Ross, *Revanşinasi-yi Şahsiyet*, s. 126.

<sup>21</sup> Self

<sup>22</sup> Personal unconscious

<sup>23</sup> Collective unconscious

<sup>24</sup> Schultz, *Revanşinasi-yi Kemal*, s. 178-182.



hiçbir yönünün tek başına egemen olmadığı müşterek genel kişiliği vardır.<sup>25</sup> Onlar, kişisel bilinçdışı öğeleri sıfır seviyesine kadar azaltmış ve kendi üstün yeteneklerini fiiliyata dökmüşlerdir. Buna ek olarak, Jung'un değindiği kişilik kategorilerinden hiçbiri bireyselleşmiş kişilerde galebe çalmış değildir.<sup>26</sup> Jung'un kişiliğin bilinçdışı boyutlarına yaptığı vurgu, onun görüşünü, bilincin üzerinde durulduğu çağımız teorilerinden ayırdedilmektedir. Jung'un insanla ilgili görüşü iyimser olmakla birlikte<sup>27</sup>, bazı yönler onun bakış açısına göre kolektif bilinçdışı gibi tereddüt konusudur. Sağlıklı kişiler kendini tanıdığı ve kabullendiğinden başkalarını da kabullendiği ve hoşgörüle tahammül ettiği yaklaşımı, sağlıklı kişinin hayli düşük netlikteki fotoğrafını sunabilen çok genel ve belirsiz özelliklerdir.<sup>28</sup>

## 1.2. Hümanist Teoriler

Hümanist psikologlar arasında ruh sağlığının şartlarını ve kişiliğin ileri seviyedeki gelişmişliğinin niteliğini açıklamak için belki en çok çabayı Maslow'un gösterdiği söylenebilir. Onun inancına göre ruh sağlığını incelemek için son derece sağlıklı insanları araştırma konusu yapmak gerekir. Görünüşte ruh sağlığının örnekleri olan kişileri inceledikten sonra kendini gerçekleştirme veya yetenekleri geliştirme kavramını, ruh sağlığının yüksek düzeylerindeki insanın kişiliğinin eksenini olarak tanıtmıştır. Sağlıklı kişileri kendini gerçekleştirmek isteyenler diye kabul ediyor ve bu bireylerin bir takım özellikleri bulunduğunu hesaba katıyordu. Aşağı düzeylerin ihtiyaçlarını geride bırakmak<sup>29</sup>,

<sup>25</sup> a.g.e., s. 183-185.

<sup>26</sup> Maddî, *Personality Theories*, s. 312.

<sup>27</sup> Schultz, *Nazariyyehâ-yi Şahsiyyet*, s. 2.

<sup>28</sup> Schultz, *Revanşinasi-yi Kemal*, s. 188.

<sup>29</sup> Maslow, *Engizeş ve Şahsiyyet*, s. 213.

Hümanist psikologlar arasında ruh sağlığının şartlarını ve kişiliğin ileri seviyedeki gelişmişliğinin niteliğini açıklamak için belki en çok çabayı Maslow'un gösterdiği söylenebilir. Onun inancına göre ruh sağlığını incelemek için son derece sağlıklı insanları araştırma konusu yapmak gerekir. Görünüşte ruh sağlığının örnekleri olan kişileri inceledikten sonra kendini gerçekleştirme veya yetenekleri geliştirme kavramını, ruh sağlığının yüksek düzeylerindeki insanın kişiliğinin eksenini olarak tanıtmıştır.

orta yaşlılık, yaşlı olmak<sup>30</sup> kendini gerçekleştirmek isteyenlerin genel ve önemli özellikleridir. Çünkü gençler henüz en aşağı düzeylerdeki ihtiyaçlarla ilgilidir, üst düzey ihtiyaçlara ve bu kabiliyetleri fiiliyata dökmeye daha az önem verirler. Kendini gerçekleştirmek isteyenlerin diğer özellikleri aşağıdaki şekilde gruplandırılabilir<sup>31</sup>:

**a) Bilişsel boyutlar:** Kendini gerçekleştirmek isteyenlerin gerçeklik hakkında detaylı bilgisi vardır ve bilinmeyenlerle doğrudan karşılaşmaktan çekinmezler. Harici meselelere yönelirler ve ilgilerinin eksenini iç dünya değildir. Hayatın sorunlarıyla yüzleştikleri sırada hayatın basit tecrübelerinden ilham almak için şaşırtıcı bir kapasite-leri vardır. Yaratıcılıkları, hakikati idrak etmeyi onlar için kolaylaştırır ve kendilerini, başta egemen kültür olmak üzere engelleyicilerin daha az baskısı altında hissederler. Egemen kültüre direnirler ve onunla ilgili içsel bir dışlama yaşarlar. Araç ile hedef arasında fark olduğunu düşünürler, oldukça ahlâklılırdır, gayet açık ve net ahlâkî kıstasları vardır.

**b) Kendiyle ilgili duygusal boyutlar:** Onlar kendileriyle ilgili olarak, kendi doğalarını, ölüm ve hastalık gibi meseleleri kabul etmişlerdir, kaygı duymayıp şikâyet etmeksizin teslimiyet hâlinde-dirler. Savunma durumunda değillerdir ve herhangi bir rol oynamazlar. Kendiliğindedirler ve irade gücüyle davranış özgürlükleri vardır, çevre ve toplumdaki nispeten bağımsız kalabilmektedirler. Hayattaki krizler, korkunç olaylar, mahrumiyetler, tehditler ve zorluklarda esas itibarıyla dirençli ve dimdik-tirler. Nadiren karmaşa, istikrarsızlık ve çelişki yaşarlar. Mistik veya uç deneyimden nasipleri vardır. Bu güçlü duygular kimi zaman o kadar şiddetlenir ki bireyin kontrolü dışına çıkar. Uçsuz bucaksız manzaranın önüne serildiği hissi, şiddetli acizliğin yanında oldukça güçlülük, şaşkınlık, mutluluk, mekân ve zamandan kopma hâli uç tecrübelerin özelliklerindedir. Onlar, sıradan insanlardan daha fazla yalnızlığı seçer ve inzivayı severler; tek başına kalmaktan baskı ve rahatsızlık duymazlar.

**c) Toplumsal boyutlar:** Kendini gerçekleştirmek isteyenlerin insanlarla çok daha sağlam ve çok daha derin ilişkileri vardır. Herkese şefkat veya en azından sabır göstermek isterler. Çocuklara karşı ince bir aşk duyarlar. Tabii ki az sayıdaki insana karşı samimi ve yakın ilişkilere sahiptirler. Esas itibarıyla beşer türü karşısında derin bir şefkat ve dertdaşlık sergilerler. İnsanları kabul etmekle başka bir hâle riayet etmişlerdir. Çünkü çoğu insan için gizli olan hakikatlerin onlara aşikâr olduğunu görmekte-dirler. Toplumsal ilişkilerde müşfik bir şakacılıkla ve filozofça davranırlar. Elbette ki takılmaları üstünlük taslamak veya hasımca değildir. Güldürmekten öte, söylemek istedikleri bir şey vardır. Riyakârlara, iddiacılara ve gösteriş meraklılarına gayet net ve bazen de öfkeyle hitap ederler, sert tepki vermeyi onların yararına görürler. Sağlıksız kültüre karşı koyarken cari geleneklerin aleni çerçevesine giysi ve yiyecek seçiminde, konuşma ve davranış

<sup>30</sup> a.g.e., s. 212.

<sup>31</sup> a.g.e., s. 216-242.



tarzında uyar; gereksiz adetler ve toplumsal alışkanlıkları ise gözardı ederler. Toplumsal gelişmeler karşısında, toplumsal gelişmenin yavaşlığına vakıfturlar, devrimci ve fevrî hareketlerin peşinde değillerdir. Gençlerin kültürlenmesi, eğitim ve öğretimine odaklanmışlardır, fakat yararsız mücadele arayışlarına değil. Kendi kişilik yasalarıyla idare edilirler, toplumsal yasalarla değil. Demokrasinin değerlerine bağlıdırlar. Hakeden her bireye sınıf, eğitim, siyasî görüş, ırk ve renk gözetmeksizin dostça davranırlar. Her bireyden toplumsal şanı ve seviyesi ne olursa olsun ders almayı bilirler.

Belirtilen bütün bu özelliklere rağmen kendini gerçekleştirme, beşerî kusurlardan arınmış değildir: Ahmakça davranma, israf, düşünceden uzak adetler, inatçılık, taassup, bencillik ve merhametsizlik vb. Kimi zaman bunlara yönelebilir ama toplumda dikotomi ve çelişki onlarda görülmez; vicdan ve ahlâk arasında bilinçli bilinçsiz bir insicam oluşturmuşlardır.<sup>32</sup> Maslow'un sağlıklı insan görüşü incelendiğinde bu özelliklerin değerinin itiraf edildiği görülecektir. Ama az sayıda insanın bu özelliklere sahip olduğu da kabul edilmiştir.<sup>33</sup> Maslow'un araştırma örneği o kadar küçüktür ki onu büyük bir topluma genellemek mümkün değildir. Üst ihtiyaç, uç deneyimler ve kendini geliştirme kavramları belirsizlik içermektedir.<sup>34</sup> Elbette ki Maslow'un kendisi de kendini geliştirmenin pratikte nadiren yaşandığını, yüzde birden daha az yetişkin bireyde görüldüğünü itiraf etmektedir.<sup>35</sup>

Maslow ruh sağlığının tanımını yaparken ve bunun her birey için şartlarını izah ederken yarı içgüdüsel, batınî, belirli ve doğal bir tür içsel fitratı gözönünde bulundurur. Özle ilgili bu içsel fitrata yarı içgüdüsel temel ihtiyaçlar, kapasiteler, bireyin biyolojik yetenekleri, yaratılış ve huy ile biyolojik dengeler, hatta çocukluk dönemindeki dayaklar, doğum esnası ve ondan öncesi dâhildir.<sup>36</sup>

Maslow açısından ruh sağlığının özellikleri, topluca aşağıdaki şekilde sıralanabilir:

1. Bireye sevgi, ona saygı ve başkaları tarafından kabullenilmek, bireye seçme özgürlüğü vermek ve temel ihtiyaçların gerekli şartlardan tatmin edilmesi ruh sağlığının gerçekleşmesidir.

2. Düşmanlık, zulüm, saldırganlık ve diğer bunun gibi kötü davranışlar çevrenin uygunsuz şartlarına bir tür tepkidir ve bireylerin özleriyle ve güdüleriyle ilgili değildir. Tıpkı nevrozun içsel çekirdeğin parçası olmaması, aksine ona karşı savunma veya bir tür ondan kaçış olması gibi.

3. Sağlık, gelişim ve kendini yetiştirmenin gerçekleşmesi için içsel fitrat gündeme getirilmeli ve teşvik edilmelidir. Buna ilâveten tüm yetenekler ve organlar kendini ortaya koyma yönünde kullanılacaktır.

<sup>32</sup> a.g.e., s. 242-244.

<sup>33</sup> Schultz, *Revanşinasi-yi Kemal*, s. 150.

<sup>34</sup> Schultz, *Nazariyyehâ-yi Şahsiyyet*, s. 362.

<sup>35</sup> Maslow, *Be Su-yi Revanşinasi Buden*, s. 223

<sup>36</sup> a.g.e., s. 209.





4. En sağlıklı bireyler, bilinçli, yarı bilinçli ve bilinçsiz güçler arasında insicam sağlayan ve dürtülerini kabul ederek onları iradeyle geri püskürtmeye güç yetirenlerdir. İşte bu, sağlıklı kişilerin yaratıcılığının önünü açar. İçsel güçlerin insicamı, sağlıklı kişilerin haz almak, sevgi beslemek, gülmek, eğlenmek, ahenk içinde olmak, genel olarak duygusal deneyimlerden lezzet alabilmek için daha güçlü olmalarını temin eder.

5. Sağlıklı kişiler eylemsel, bilişsel, duygusal süreçlerde birlikte hareket etmede daha iyidirler ve herhangi bir çatışma olmaksızın ortak hedefler için bu işleri yürütebilirler.

6. Cinsiyet farklılığı gibi yaratılış tipleri ve yeteneklerin farklılığı temelinde kendini geliştirme yöntemleri de farklıdır.

7. Sağlıklı kişi; değerlerden oluşan bir çerçeveye, bir hayat felsefesine, dine veya onun yerine geçecek bir şeye muhtaçtır. Değerden yoksun olmak hazza ilgisiz kalma, köksüzlük, taşkalplilik, ahlâkî yozlaşmışlık, umutsuzluk, kötümserlik ve bunun gibi hastalıkları beraberinde getirir. Bu insanî değerlerden, iman edeceğimiz ve kendimizi vakfedeceğimiz muteber ve yararlanılabilir bir düzene ihtiyacımız vardır.

Rogers, en çok çabayı rehabilitasyona (iyileştirmeye) sarfetmiş hümanist bir psikologtur. Ona göre ruh sağlığı yerinde olan bireyler kendilerini, başkalarını ve çevrede olup biteni gerçeklikleri neyse o şekilde kavrayabilirler. Tüm tecrübelerle serbestçe açıklarlar<sup>37</sup>, herhangi bir tecrübeyi inkâr ve tahrife ihtiyaçları yoktur. Hayatın tüm yönlerini geliştirirler ve her anı tam mânasıyla verimli yaşarlar. Kendi organizmalarına güvenirler, kararlarında özgürdürler, yaratıcı ve yapıcı<sup>38</sup> yaşarlar. Yeterliliklerini azamî seviyeye çıkarabilmek için kesintisiz gelişme ve çabaya muhtaçturlar. Şarta bağlı olmayan olumlu odaklanmadan doğan kavrayış, sağlıklı kişiliğin ortaya çıkmasının koşuludur. Rogers'a yöneltilen eleştiri, hangi fitrî yeteneklerin çiçeklenmesi gerektiğini açıklığa kavuşturmuş olmamasıdır; fizyolojik olanlar mı, ruhsal olanlar mı? Bireysel farklılıkları ne kadar yansıtmaktadır?<sup>39</sup>

### 1.3. Varoluşçuların Teorisi

Varoluşçular da kendi felsefelerine göre insanın varlık boyutlarına odaklanmışlardır ve insanın tekâmülü için bazı aşamaları gözönünde bulundurmaktadırlar. Bu çevreye ait teorinin genelinden, kimi psikologlar gibi kâmil insandan sözediyor olsalar da sağlıklı kişinin veya ruh sağlığına kavuşmuş kişiliğin peşinde oldukları anlaşılmaktadır.<sup>40</sup> Kendini tanıma, hür irade ve seçim özgürlüğü, insanlarla uygun ilişkiler gibi özellikler

<sup>37</sup> Maddî, *Personality Theories*, s. 316.

<sup>38</sup> Aynı yer.

<sup>39</sup> Schultz, *Nazarîyehâ-yi Şahsiyyet*, s. 378.

<sup>40</sup> Nasrî, *Sima-yi İnsan-i Kâmil*, s. 359, 365 ve 398.





**Frankl'ın teorisinde dikkat çekici nokta, inançlarını esaret dönemindeki zorlu tecrübeler sırasında test etmiş ve onlardan yararlanmış olmasıdır. Frankl'ın düşünce sisteminde mühim noktalar, hayatın tüm durumlarında anlamın ve özgürlüğün varlığının ve onu bulmak için sorumluluk taşımanın önemidir. Her şekilde onun tekniğinin başkaları için reçete olması, daha fazla araştırmaya ve görüşündeki temel kavramların operasyonel (amelî) olmasına ihtiyaç duyar.**

Kierkegaard, Jaspers ve Sartre'in görüşlerinde görülmektedir.<sup>41</sup> Bu arada Frankl daha çok sağlıklı insanın psikolojik yönlerine yoğunlaşmıştır. Her ne kadar sağlıklı kişiliğin özellikleri konusunda bir fihrist sunmuyorsa da ortaya koyduğu görüşlerinden bazı özellikleri çıkarmak mümkündür<sup>42</sup>: Davranışı seçme özgürlüğü, hayatı ve kendi kaderini yönlendirmenin kişisel sorumluluğunu üstlenme, kendi yaşamı için münasip anlamı bulma, hayatı üzerinde bilinçli kontrol, kendine odaklanmanın ötesine geçme, geleceğe bakış, işe sadakat, fedakârlık yeterliliği, aşkı anlama.

İnsanın varlığındaki üç etkenin mâneviyat, özgürlük ve sorumluluk olduğunu düşünür. Hayatın anlamını araştırmak mücadeleyi gerektirir ve içsel tansiyonu artırır. Fakat Frankl, gerilimin yükselmesini ruh sağlığının gerekli şartı kabul eder. Sağlıklı kişiler daima hayatlarına anlam katan hedeflere ulaşmak için çaba sarfederler. Araştırmayı bırakmak iç daralması, dertsizlik ve boşluk duygusuna yolaçar ve bu durumda hayat mânasızdır. Ruhun sıhhati kendisi için değil, bilakis kendini aşan mâna için araştırmayı icap ettirir. Dünyaya ve başkalarına dikkat kesilerek kendisinden öteye geçebilmelidir.

Frankl'ın teorisinde dikkat çekici nokta, inançlarını esaret dönemindeki zorlu tecrübeler sırasında test etmiş ve onlardan yararlanmış olmasıdır. Frankl'ın düşünce sisteminde mühim noktalar, hayatın tüm durumlarında anlamın ve özgürlüğün varlığının ve onu bulmak için sorumluluk taşımanın önemidir.<sup>43</sup> Her şekilde onun tekniğinin başkaları için reçete olması, daha fazla araştırmaya ve görüşündeki temel kavramların operasyonel (amelî) olmasına ihtiyaç duyar.

<sup>41</sup> Şükrakon, ve..., *Mektebhâ-yi Revanşinasi ve Nakd-i An*, s. 417-428.

<sup>42</sup> Frankl, *İnsan der Costecu-yi Ma'na*, 48, 64, 69, 70, 87 ve 88; Schultz, *Revanşinasi-yi Kemal*, s. 210.

<sup>43</sup> Schultz, *Revanşinasi-yi Kemal*, s. 216.

#### 1.4. Toplumsal Görüşler

Fromm, analitik ve hümanist olsa da sağlıklı kişilik üzerinde tesiri olan etkenlere dair yorumu toplumsal, ekonomik ve siyasî güçlere vurgu yapar.<sup>44</sup> Ruh sağlığı toplum gözünde bulundurulurken tanımlanmaktadır. Çünkü toplumsal yapı ruh sağlığını oluşturur veya oluşumunu engeller. Fromm, sağlıklı kişilik için aşk ve düşüncede tecelli eden üretken oryantasyondan (yönlendirmeden) bahseder. Üretken olmak, tüm potansiyel yetenekleri kullanılır hâle getirmek ve düşünce, duygu, idrak ve hayatın olaylarından müteşekkil tüm boyutları kapsayan genel bir bakışa yönlendirmek demektir. Bilişsel boyutta birey akletme gücünü ileri düzeyde geliştirmiştir, yaratıcıdır, dünyayı ve kendisini nesnel olarak idrak eder. Duygusal boyutta sarsılmaz kimlik hissi vardır. Dünya ile irtibat hâlinindedir ve kendi yazgısına hâkimdir. Üretken aşk, tarafların kendi bireyselliklerini koruyacakları özgür ve eşit beşerî ilişkiye işaret eder.<sup>45</sup> Bu aşkın odak noktası sorumluluk duygusu, saygı, ister diğer insanlar ister aile üyeleri olsun başkalarıyla ilişkinin karakteristiğini bilmektir. Ahlâkî vicdan, sağlıklı kişiliğin diğer önemli yönlerindedir. Bu vicdan dışarıdan gelmez, aksine bireyin kendi iç dünyasından yükselen nidadır. Eğer bireyin davranışı kişiliğinin gelişimine uygunsuzsa içsel teyit ve mutlu hissiyat doğurur. Dolayısıyla sağlıklı kişilik, kendi yönlendirme ve düzenleme yeteneğine dayanmaktadır. Bununla birlikte Fromm üretken oryantasyona tek ulaşma yolunun, üretken olmayı teşvik eden sağlıklı toplumda yaşamak olduğuna inanır. Fromm'un teorisi incelenirken kavramlarının, büyük dinî liderlerin öğretileri ve dinî idealler gibi olduğu söylenmiştir. Fromm, ruh sağlığını mutlulukla eşit kabul eden sayılı teorisyenlerdendir.<sup>46</sup>

Erikson, ruhun toplumsal gelişiminin sekiz aşamasından bahsetmiştir. Her aşamada, uzlaşmaz yöntemlere karşılık hayatın sorunlarıyla yüzleşmenin adaptasyon tekniklerini açıklamıştır. Erikson'un sağlıklı kişilik konusunda gelişimci bir görüşe sahip olduğu anlaşılmaktadır. Gelişimin her aşamasında, ruh sağlığı yerinde olan kişi için bir kıstas tanıtmıştır. Yeni doğan bebekte güven modeli (güvensizlik karşısında) uyum sağlama tarzıdır ve çocukta güvenin devam ettiği duygusuna ve umuda yolaçar. Hayatın ikinci ve üçüncü yılında çocuklar, ilk defa, irade güçlerini tecrübe etmek üzere seçme hakkını bir miktar kullanırlar. Özerklik (tereddüt ve utanma karşısında) iradenin ortaya çıkmasıyla sonuçlanır. Çocuklar üç-beş yaş arasında birçok faaliyette davranışa girişmeye (günah duygusu karşısında) güçlü eğilim duyarlar. Yeltenme, öngöründe bulunma cüretini ve idealleri izlemeyi içeren hedefi ortaya çıkarır. Çocuklar altı-onbir yaş arasında ağır işi denerler. Büyük bireylerin araç gereçlerini kullanarak kendi iptidâî maharetlerini geliştirirler. Ağır işe girişmenin sonucunda onlarda liyakat meydana gelir. Eğer bu aşamada kınanırlarsa aşağılanma ve yetersizlik duygusuna kapılırlar.

Gençlerdeki "benim kimliğim" krizi, kimliğin biçimlenmesi ve kabullenilmesine zemin hazırlar. Gençler, en uygununu seçebilmek için çeşitli roller ve muhtelif inançları

<sup>44</sup> a.g.e., s. 102.

<sup>45</sup> Fromm, *Hüner-i Aşk Verziden*, s. 31.

<sup>46</sup> Schultz, *Revanşinasi-yi Kemal*, s. 105.



denerler. İnsicamlı kimliğin gelişimi sonucunda başkalarıyla ilişkilerde vefa, sadakat, asalet ve görev duygusunu elde ederler. Yetişkinlik döneminde başkalarıyla samimi ilişkiler kurar ve evlilik bağı tesis ederler. Bu olmazsa inziva duygusu ağır basar ve toplumsal temastan kaçınırlar. Yetişkinlik, olgunlaşma ve gurur aşamasıdır. Birey aileye ihtiyacın ötesine geçer ve yaratıcılıkla gelecek nesillere yönelir. Buna karşılık durgunluk ve tembellik onları güçten düşürür. Hayatın son aşamasında bireyin bütün çabası sona erme durumundadır. Eğer birey mutluluk içinde, hayatın başarıları ve başarısızlıklarıyla kenara çekilirse “uyumlu ben”i edinmiş demektir. Bilgelik bu aşamanın ürünüdür. Fakat birey hayal kırıklığı duygusuyla geçmişteki fırsatlarla ilgili öfke ve pişmanlık yaşarsa umutsuzluk hissedecek ve kendinden nefret edecektir.<sup>47</sup> Erikson’a, aşağı ekonomik sınıflardan bireylerin gençlikte donup kalmanın üstesinden gelemedikleri ve ben kimliğini geliştiremedikleri eleştirisi yöneltilmiştir.<sup>48</sup> Genel olarak bakıldığında sağlıklı kişilik teorilerinden birinin, aslında ruhsal sağlık, gelişimci biçimde incelemiş ve sağlıklı kişilik veya ruh sağlığı yerine birey için her aşamaya uygun bir kıstas belirlemiş olması, Erikson’un görüşü olduğu söylenebilir.

Allport, dikkatini öncelikle sağlıklı kişiliğe yönelmiş ilk teorisyenlerdendir. Freud’la görüştüğünden sonra bilinçdışı konusunda tereddüde düştü ve Freud gibi nevrotik kişilik üzerinde yoğunlaşmadı. Allport, sağlıklı veya yetişkin kişilik için bilişsel boyutta şu kriterleri önermektedir: Sağlıklı kişiliğin, onu gelecek hedeflere yönlendiren hayata dair insicam bahşeden bir felsefesi vardır ve din bu tür bir felsefedir,<sup>49</sup> gerçekçi bir idrake sahiptir, kişisel maharetleri geliştirir, kendisini bir işe adar, kişilere ve kendisini aşan faaliyetlere olan duygusunu geliştirir. Duygusal boyutta da kendisini olduğu gibi kabul ettiğini gösterir, dolayısıyla duygusal güvenliğe ulaşmış olur. Başkalarıyla sıcak ilişki kurar, samimi davranır, derdiyle dertlenir ve sabır gösterir. Mizahi yapısı ve varlığını belli etme hissini sergiler.<sup>50</sup> Sağlıklı kişi çocukluk dönemindeki tecrübelerle esnek olmayacak şekilde bağlı değildir. Allport gelişim psikologları arasında sayılmıştır ve umut verici, iyimser, sağlıklı insanla ilgili açık kriterler (kıstas, ölçüt) belirten bir bakış açısı ortaya koymuştur. Çünkü sağlıklı insanların ortak sorunlarını algılamada yetkin biriydi.<sup>51</sup>

### 1.5. Çağdaş Görüşler

Sağlıklı kişilik konusundaki görüşlerine değinilen psikologlardan sonra Adler, Perls vs. gibi başka isimler son dönemlerde sağlıklı kişiliğe bağımsız ve yeterli biçimde daha az değinmiş teorisyenler olmuştur. Buna ilâveten, psikolojinin diğer alanlarında

<sup>47</sup> Schultz, *Nazarıyyehâ-yi Şahsiyyet*, s. 244-251.

<sup>48</sup> a.g.e., 266.

<sup>49</sup> Strickland, B., *The Gale Encyclopedia of Psychology*.

<sup>50</sup> Schultz, *Nazarıyyehâ-yi Şahsiyyet*, s. 275.

<sup>51</sup> Schultz, *Revanşinasi-yi Kemal*, s. 43.



olduğu gibi şu anda kişilik alanında araştırma yapanlar, çabalarını geniş ve kapsamlı teoriler oluşturmak yerine kişilikle sınırlı sahadaki teorilere odaklanmışlardır.<sup>52</sup> Bununla birlikte onların ruh sağlığı bahsindeki çok sayıda tanımından sağlıklı kişiliğin özellikleriyle ilgili görüşlerini belli ölçüde anlamak mümkündür. Ruhsal Sağlık Örgütü'nün tarifine göre sağlıklı kişiliğe sahip bireyin başkalarıyla uygun ilişkisi vardır. Bireysel ve toplumsal çevreyi islah etmenin, kişisel çatışma ve eğilimlerini mantıklı, âdil ve uygun biçimde çözümlenmenin peşindedir.<sup>53</sup> Hâlihazırda çoğu psikiyatr, çevreyle uyum yeterliliğini, esneyebilir olmayı, ruhsal mahrumiyetler ve baskılar karşısında âdil ve mantıklı yargıda bulunmayı sağlıklı kişiliğin kriteri kabul etmektedir. Ginsberg, hayatın üç ortamında, yani aile, meslek ve eğlence atmosferlerinde çevreyle doğru ilişki kurma mahareti ve kabiliyetini ruh sağlığının kriteri kabul etmektedir.<sup>54</sup> Kimilerine göre sağlıklı kişilik hayatın toplumsal, bedensel, mânevî ve duygusal yönlerinin tümü arasında denge kurmaktır. Başka bir ifadeyle bireyin, hayatın gerekleriyle karşılaştığındaki yeterliliği, başkaları ve kendisi ile ilgili olarak nasıl hissettiği, sağlıklı kişiliğin üç temel kriteridir. Sağlıklı birey, başkalarıyla okulda, iş yerinde ve diğer toplumsal kurumlarda toplumsal ilişkiler kurarken başarılıdır.

Özel sorunlarını ve kaygılarını paylaşabileceği sayılı insanla yakın ilişkisi vardır. Bedensel ve ruhsal boyutlarına ve onların etkileşimine vakıftır. Kişisel zaafalarını ve sorunlarını bilerek onların çözümü yolunda adım atar.



Wayne Dyer, sağlıklı kişilik konusunda araştırmalar yapıp birtakım görüşler ortaya koymuş psikologlardandır. Kendini harap eden davranışlardan kurtulmayı mümkün görür ve sağlıklı kişilik için aşağıdaki özellikleri sayar<sup>55</sup>:

1. Hayatın herşeyinden memnun olma ve tatmin bulma, sorun ve zorluklardan uzak durma.
2. Kabahat ve günah duygusundan, geçmişle ilgili kaygılardan kurtulma.
3. Elinde olmadan geçmişte yaşananlar ve gelecekteki olaylarla ilgili kaygı, acı ve üzüntüden kurtulma ve uzaklaşma. Buna ilâveten, şu anı yaşama ve şu anın sunduğu haz ve faydanın tadını çıkarma.
4. Karar alırken bağımsız ve özgür davranma, kültürzede olmaktan uzaklaşma, anlamsız gelenekleri gözardı etme.

<sup>52</sup> Schultz, *Nazariyyehâ-yi Şahsiyyet*, s. 556.

<sup>53</sup> Muhteşemî ve diğerleri, *Behdaşt-i Revani*, s. 39.

<sup>54</sup> Milaniferd, *Behdaşt-i Revani*, s. 3 ve 4.

<sup>55</sup> Dyer, *Çegune Şahsiyyet-i Salimter Beyabim*, s. 240-252.



5. İster kendisiyle, ister başkasıyla ilgili olsun mutluluk ve sevinç içinde yaşama.
6. Kendini kabullenme ve sevme, kendini kınamaktan uzak durma, bedene ve kendi muhtelif ihtiyaçlarına yetişme.
7. Doğayı, dünyanın tüm unsurlarını, hatta bitkileri ve hayvanları sevme ve yüceltme.
8. İnsanları sevme, onlara yardım etme insanları kınama ve sorgulamaktan uzak durma.
9. İşleri yapmak ve derinlemesine araştırma için büyük enerji kullanma, başarısızlığı önemsememe.
10. Bölgesinin ötesindeki değerlerden yararlanma ve bunun tüm insanlığa ait olduğunu hissetme.

## 2. Kültürel ve Dinî teoriler

### 2.1. Ahlâk Bilginlerinin Teorisi

Ahlâk ilmi, nefsanî sıfatları ve bunlara uygun davranışların iyi, kötü ve kemalini tarif ettiğinden<sup>56</sup> sağlıklı kişilik mevzuuyla oldukça yakın bir bağı vardır. Bazı ahlâk âlimlerinin ahlâk ilmini “nefs-i insanî” şeklinde ifade etmesinden bu iki konunun içerdiği kapsamlı irtibat anlaşılabilir.<sup>57</sup> Bu bakımdan sağlıklı kişilikle ilgili teorileri incelerken ahlâk bilginlerinin görüşlerine değineceğiz. Genellikle ahlâk uleması Aristo’yu izleyerek nefis için birtakım kuvvetleri konu etmişlerdir.<sup>58</sup> Bu kuvvetler arasında denge sağlanması ve yine her kuvvetin içindeki güçlerin dengeye oturtulmasını sağlığın kriteri kabul etmektedirler. Mesela Hâce Tûsî, unsurların hakikatindeki arzu ve tefekürün kaynağı olan nâtuka (konuşma) kuvveti, cesaret ve makam arzusunun kaynağı olan gazap kuvveti, cinsellik ve beslenme ihtiyaçlarının kaynağı olan şehvet kuvveti şeklinde üç kuvveti varsayar ve nefs-i nâtukanın itidale doğru hareket ettiğini söyler. Eğer diğer iki kuvvet de itidale ulaşırsa bu üç kuvvet birbiriyle barış içinde olur ve üç hâlin birleşmesinden adalet ortaya çıkar. Nefsin anormallikleri itidalden sapmanın sonucudur. Dolayısıyla nefsin sağlığı da adalet neticesinde tesis olur. Adalet ise ister fikrî (teorik), ister amelî (pratik) boyutlarda olsun bütün zamanlarda ve koşullarda güzel fiililere ve vazifelere sarılmakla mümkündür.<sup>59</sup> *Camîu’s-Saadet*’te Nerakî de bu görüşü kabul ederek nefsanî hastalıkların sebebini, ahlâkın itidalden ve orta yoldan saptması olarak görür. Bu sapma doğumun başlangıcından itibaren nefiste olabilir veya uygunsuz davranışlarla ortaya çıkmış da olabilir. Nefsanî hastalıkların bedensel veya

<sup>56</sup> Deylemî, *Ahlâk-i İslâmî*, s. 23.

<sup>57</sup> Tûsî, *Ahlâk-i Nasrî*, s. 48.

<sup>58</sup> Muallimi, *Mebani-yi Ahlâk der Felsefe-i Garb ve Felsefe-i Şark*, s. 27.

<sup>59</sup> a.g.e., s. 69-150.



ruhsal kökleri olabilir. Çünkü nefis ve bedenın karşılıklı bağımlılığı, irtibatı ve etkileşimi vardır. Yaratılış ve mizaç, ahlâkî sıfatlar üzerinde derin etki bırakır. Bazen kuvvetlerin itidali fıtrîdir ama çoğunlukla mizaçlar, bazı kuvvetlerin galebe çalmasına ve itidal hâlınden çıkmasına zemin hazırlar.<sup>60</sup> Gazâlî, her kuvvetin itidalini, ifrat ve tefrit taraflarının arasında bulunan orta hat olarak açıklar. Ona göre orta hattı belirlemek oldukça zordur ve İlâhî yardım olmaksızın takdir edilemez.<sup>61</sup> Orta hat teorisi, nefsin bedene kıyasla sağlık ve hastalığına dair Yunan felsefe geleneğinin miraslarındanır. Fakat bu bahsin köklerini bağımsız olarak İslâmî gelenekte görmek de mümkündür.<sup>62</sup>

Genel olarak ahlâk âlimlerinin, itidali korumak için bilişsel, toplumsal, duygusal ve davranışsal gibi muhtelif boyutlara atıfta bulunan birtakım tavsiyeleri vardır: İç dünyaya yolculuk ve gizli kusurları keşif, her davranışı yapmadan önce iyice düşünmek ve tefekkür, adalet ve nefsanî sağlık sahibi bireylerle toplumsal ilişkiler kurmak, zafırları tanıma ve ıslah için başkalarından kılavuzluk ve yardım talep etmek, uygunsuz hisleri kıskırtan ortamlardan kaçınmak, kendini ahlâka uygun ve yakışık alır davranışlara zorlamak, faziletler yönünde irade ve isteklendirme oluşturmak, uygunsuz davranışları ikaz. Ahlâk metinleri incelendiğinde, bazı konularda psikoloji metinlerindeki ruhsal bozukluklarla karşılaştırılabilecek nefsanî veya ruhsal hastalıklara değinildiği görülecektir. Bu konulardan kimisi şunlardır: Vesvese, korku ve kaygı, umutsuzluk ve depresyon, nefis zayıflığı.<sup>63</sup> Kendini büyük görme, saldırganlık, haset, yalancılık<sup>64</sup> gibi diğer bazı ahlâkî hastalıklar bir bakıma ruhsal sorunlara tatbik edilebilir. Toparlarsak, ahlâk teorilerinde sağlıklı kişiliğın, ötesine geçiyor olsa bile ruh sağlığıyla yakın ilişkisi bulunduğu söylenebilir.

## 2.2. Hıristiyanlık ve Yahudiliğın Görüşleri

Her ne kadar dinlerin öğretileri, birçok felsefe ve ahlâk okulu gibi sağlıklı kişilik mevzusunu doğrudan inceleme konusu yapmamışsa da insanların huzuru ve gelişimine yardımcı olacak öğretilere sahiptir. Bu bakımdan yüzyılımızdaki psikologların sağlıklı kişilik konusundaki çoğu görüşlerinin dinî öğretilerde kökleri vardır.<sup>65</sup> Dinlerin ortak konuları listesinde sağlıklı kişilik telakkisine oldukça yakın konulara rastlanmaktadır. Örnek vermek gerekirse, ılımlı ve mutedil olmak, başkalarıyla uygun ilişkiler kurmak, zayıfların elinden tutmak, anne ve babaya saygı göstermek sağlıklı kişiliğın göstergelerinden sayılmaktadır.<sup>66</sup>

<sup>60</sup> Nerakî, *Camii's-Saadet*, c. 1, s. 144.

<sup>61</sup> Gazâlî, *İhyau'l-Ulum*, c. 3, s. 69.

<sup>62</sup> Şeydan Şid, *Akl der Ahlâk*, s. 96.

<sup>63</sup> Nerakî, *Camii's-Saadet*, c. 1.

<sup>64</sup> a.g.e., c. 2.

<sup>65</sup> Schultz, *Revanşinasi-yi Kemal*, s. 350.

<sup>66</sup> Meşkûr, *Hulasa-i Edyan*, s. yirmi.



Yahudi kutsal metinlerinden, meselâ Talmud ahlâkî konularla ilgilidir.<sup>67</sup> Aile çerçevesi dışındaki cinsel davranışlardan uzak durmak, anne baba hukukuna riayet etmek, başkalarına yardım, bireylerin hakkına tecavüzdten sakınmak<sup>68</sup> Yahudi görüşüne göre sağlıklı kişiliğin önemli özelliklerindedir. Sağlıklı kişiliğin diğer bir boyutu ise Tanrı ile bağ ve onu hoşnut etmektir. Tevrat, insanın saadet ve mutluluğunun tek olan Tanrı'ya ibadet ve ona itaatle sağlanacağını vurgular.<sup>69</sup> İnsan sağlığı ve kemali ahlâklı davranıştır, aşk ve adaletle içiçedir. Başkalarına sevgi gösterme ve alçakgönüllü davranma vurgulanarak kibirli olma, yalancılık, başkalarına eziyet ve ikiyezlülük gibi şeyler anormallik sayılmaktadır.<sup>70</sup> Dolayısıyla Tanrı'ya kulluk ve Ahlâkî talimatlar, Yahudi görüşüne göre sağlıklı kişilikteki iki temel öge olmaktadır.<sup>71</sup> Tabii ki Yahudilik bir dizi âdâp ve ritüel (ayin)'e indirgenerek az sayıda ahlâkî boyut ve Tanrı ile uygun ilişkiye yoğunlaşmıştır.<sup>72</sup>

Hıristiyanlıkta Mesih'i (aleyhisselam) takip etmek dinî ve ahlâkî hayatın temel unsurudur. Aşk, tevazu ve başkaları için acıya tahammül ahlâklı bir kişiliğin özelliklerindedir. Biraz değiştirilerek Hıristiyanlıkta teyit edilmiş Yahudiliğin on emri olan Tanrı'ya, aile üyelerine ve topluma karşı vazifelerini yerine getirmek ahlâkî eğitimin tavsiyeleridir. Buna ilâveten Yunan kaynaklarının etkisi altında adalete, ih-sana, ılımlılık ve itidale, hikmet ve sabra da sağlıklı bir kişilik için dikkat çekilmiştir.<sup>73</sup> Elbette ki bu, Avrupa'daki modern Hıristiyanlık telakkisidir. Hıristiyanlığın kutsal metinlerinde geçen kurtuluş ve necat, aslında ahlâklı insan ile sağlıklı kişilik arasındaki ortak zemini hazırlar. Bu kurtuluş, maddî ve toplumsal refah vaatlerinin de güvencesidir.<sup>74</sup> Bazı Hıristiyan İlahîyatlarında da kurtuluş, birey ve toplumu kapsayan kolektif bir şeydir. Bu, Eski Ahit'teki barış ve huzur inancıdır.<sup>75</sup> Hıristiyanlığın Yahudilikten temel farkı, Yahudilikteki yasalar ve ritüellerdir. Bu bakımdan kişilikteki sağlık, ahlâkî boyutlara, başkalarıyla uygun ilişkiye ve İlahî irade uyarınca davranmaya atıfta bulunmaktadır. Ezoterik konulara vurgu, zahirî ve riyarkârca durumları gözardı etmek, kalbi temizlemek, temiz vicdana uygun davranmak, dost ve düşmana sevgiyle muamele etmek<sup>76</sup> Hıristiyanlık açısından ahlâklı ve sağlıklı bir kişiliğin alâmetlerindedir.

<sup>67</sup> Cohen, *Talmud*, s. 177-203.

<sup>68</sup> Süleymanî Erdestanî, *Yahudiyyet*, s. 87.

<sup>69</sup> Aynı yer.

<sup>70</sup> Tiwarî, *Dinşanisi-yi Tatbiki*, s. 146.

<sup>71</sup> a.g.e., s. 148.

<sup>72</sup> a.g.e., s. 150.

<sup>73</sup> a.g.e., s. 170.

<sup>74</sup> Barrington, *Mukaddeme-i ber Şinajt-i Mesihyyet*, s. 96.

<sup>75</sup> a.g.e., s. 101.

<sup>76</sup> Meşkûr, *Hulasa-i Edyan*, s. 155-157.



**Kişiliğin kemal ve sağlığının ikinci cüzü olan kendini ve başkalarını kabullenmenin de Kitab-ı Mukaddes'te örnekleri ve delilleri vardır. Bunlardan biri Hazret-i İsa'nın (aleyhisselam) sözüdür: "Kendini sevdiğin kadar komşunu da sevmelisin." Önemli nokta şudur ki, komşunun dostluğu nitelik ve ölçü bakımından kendini sevmeye ve kabullenmeye bağlıdır.**

Keumann, olgunlaşma ve kişilik sağlığını aşağıdaki beş temel boyutta vasıflandırır:

1. Kendisi ve başkasıyla ilgili gerçekçi görüşe sahip olmak.
2. Kendini ve başkasını kabullenmek.
3. Geçmiş ve geleceğin meselelerini hesaba katarak şu anki zamanda yaşamak.
4. Yönlendiren ve ileriye götüren değerlere dayanmak.
5. Yetenekleri ve ilgileri hayatın gerekleriyle birarada olabilecek biçimde geliştirmek.<sup>77</sup>

Daha sonra Kitab-ı Mukaddes'in sağlıklı kişilik hakkındaki görüşünün psikolojik perspektifine denk olduğunu izah eder.

Birinci boyutla ilgili olarak Kitab-ı Mukaddes bireylerden, kendileri ve başkaları hakkında gerçekçi ve nesnel bir görüşe sahip olmalarını ister. Ayrıca kendisi, başkaları ve varlık ile ilgili kavrayış İlahî bakış açısından olmalıdır. Tanrı tüm bireyleri elden tutulmaya ve kurtarılmaya muhtaç görür. Birey yeryüzüne düştüğünü ve kurtulmaya olan ihtiyacını idrak ettiği ve buna cevap verdiğinde Tanrı, başkaları ve varlıkla yeni bir ilişki kurar. Kitab-ı Mukaddes'in, kendi ve başkaları hakkındaki gerçekçi kavrayışının diğer bir yönü, İlahî armağan olarak doğal yetenekler ve sıfatlar telakkisidir. Kitab-ı Mukaddes müminlerden başkalarının, hatta mümin olmayanların bile ihtiyacını idrak etmelerini bekler. Bu, toplumsal düzene dair İlahî anlayıştır.

Kişiliğin kemal ve sağlığının ikinci cüzü olan kendini ve başkalarını kabullenmenin de Kitab-ı Mukaddes'te örnekleri ve delilleri vardır. Bunlardan biri Hazret-i İsa'nın (aleyhisselam) sözüdür: "Kendini sevdiğin kadar komşunu da sevmelisin." Önemli nokta şudur ki, komşunun dostluğu nitelik ve ölçü bakımından kendini sevmeye ve kabullenmeye bağlıdır.

Kitab-ı Mukaddes açısından tüm bireyler Tanrı'nın mahlûku olmaları bakımından değerli kişiler kabul edilmelidirler. Bu tabii ki bireylerin bütün davranışlarına ve motivasyonlarına (isteklendirilmelerine) rıza göstermek anlamına gelmez. Başkalarına ilgi göstermek ve herkesi kardeş gözüyle görmek, bireyin dinî kemalinin özelliğindedir.

<sup>77</sup> Keumann, J. K., *Healthy Personality*, s. 547.



Kitab-ı Mukaddes, başkalarıyla ilişkilerin sıcaklık ve derinliğinin lüzumunu, Hıristiyan bir ailede doğmuş Rogers hariç, belki bütün psikologlardan önce belirtmiştir.

Üçüncü boyut, yani şu anı yaşamak da Kitab-ı Mukaddes açısından temel bir konudur. Kitab-ı Mukaddes'te hâlihazırdaki davranışlar ve görüşlere çokça vurgu yapıldığı görülmektedir. Müminler hayatlarının her döneminde faydalı olmalı ve mükemmel davranışlar sergilemelidirler. Uzun süreliğine dünyevî işlerden el çekmemelidirler. Buna ek olarak daima şimdiki zamanda yaşamalıdır.

Hıristiyanlıktaki kemal ve sağlığın dördüncü boyutu, bireyin bizzat kendisinin seçtiği hedeflere yönelmesidir. Hedefler değerlere göre belirlenir ve değerler, insicam içindeki motivasyonlar ve girişimlerin toplamını içerir. Uzun vadeli hedefler Tanrı'yla ilişkilendirilerek düzenlenir. Her birey bu esasa göre, ona şahsiyet kazandıran ve kimlik veren değerler toplamını kabul etmelidir. Son özellik, yetenekler ve alakaları gündelik hayata yaymaktır. Bireye ait yetenekleri, zekâyı ve İlâhî armağanları kullanmayı yaygınlaştırmak, Hıristiyanlıktaki kemalin zorunlu parçasıdır. Gündelik hayattaki ilgiler, kendini desteklemek için faaliyeti de kapsamaktadır.

*Aziz John*'un birinci risalesinde Hıristiyanlıktaki kemal gayet güzel ifade edilmiştir. Orada kâmil Hıristiyan iman için üç kriter açıklanmıştır: Hakikate iman, diğer Hıristiyanlara aşk, dürüstlük ve takva. Bu kriterler bu risalede üç kez tekrarlanmıştır ve insanın üç boyutunu eksen almıştır: Hakikate iman, önemli bilişsel bir öğedir. Dürüstlük ve takva, güçlü bir davranışsal boyuttur. Başkalarını sevmek, duygu ve isteklendirme boyutuyla ilgilidir. Hıristiyanlık açısından kâmil insan; davranışını, inançlarını ve duygularını kalıcı, uzlaşmacı ve tek tip bir modelde tanzim etmiştir. İnsan-ı kâmile göre her görev veya faaliyetler dizisi mânevî bir arzu ve anlam taşır.<sup>78</sup>

**Hıristiyanlıktaki kemal ve kendini geliştirme:** Açıklığa kavuştuğu gibi kemalin boyutları psikoloji ve Kitab-ı Mukaddes'ten oluşan iki mecrada birbirine denk ve paraleldir. Kendini geliştirme ve yapabilir olma da bu iki mecrada birbirine denktir. Psikolojik bakımdan kendini geliştirme; beden, zihin ve duyguları geliştirme anlamında kişisel ölçekte kâmil eylemdir. Kitab-ı Mukaddes'te bu süreç muhteva olarak farklıdır. Fakat Hıristiyan olmayan birey kendi yeteneklerini, Tanrı suretinde yaratılmış kişi olarak indirildiği kadarıyla geliştirebilir. Elbette ki yeryüzüne düşüş, kendini geliştirmenin imkân, güç ve yönünü sınırlamaktadır.

Yeryüzüne düşme bireyin iyi, sağlıklı, müşfik ve değişebilir olmasının önünde engel değildir. Çünkü Tanrısal suret, yeryüzüne düşmekten çok daha köklü bir şeydir. Yeryüzüne düşüş, insanlarda mevcut bulunan Tanrısal sureti tahrip eder. Bazı Hıristiyanlar yaklaşık olarak bu şablonu yansıtmışlar, ama yeryüzüne düşüşe öyle vurgu yapmışlardır ki indirilen bireylerin adeta Tanrısal suretleri de ortadan kalkmıştır.

<sup>78</sup> Aynı yer.

Bir kişi, insanlığını psikolojik ilkeler ve ruhsal sağlıkla yüceltebilir. Rehabilitasyondan yardım almaksızın kâmil, sağlıklı ve kendini geliştirmiş bir birey olabilir. Bununla birlikte, ileri düzeyde işlev kazanmış Hıristiyan olmayan böyle bir bireyin Mesih'le ve müminlerle herhangi bir irtibatı olmayacaktır. Hıristiyanlık aşkı da onun için bir isteklendirme sayılmayacaktır. Kendisiyle ve varlıkla ilgili idraki de Hıristiyanlarınkine benzemeyecektir. Buna mukabil Hıristiyanlar kendi yetenek ve yeterliliklerini, yer-yüzüne düşmüş ve kurtulmuş bir mahlûk olarak gerçekleştireceklerdir. Hazret-i Mesih Hıristiyanların modeli ve ideal kişiliğidir. Kitab-ı Mukaddes'in buyrukları da onların kılavuzu sayılmaktadır. Eğer inançlı Hıristiyanlar olgunlaşır ve kemale ererlerse kendileri ve başkalarıyla irtibat konusunda İlâhî hedefler ve planlarla daha çok koordinasyon içinde olacaklardır. Çünkü evrenin Tanrısıyla irtibat hâlindeyler. Kurtuluş ve Tanrıyla bağ, kâmil Hıristiyanları kendileri dışındakilerden ayıran yöndür.

### 2.3. Doğu Okullarının (Hint, Çin vs.) Teorileri

Bu görüşler ruh sağlığında daha çok duygusal ve mistik boyutlara atıfta bulunmaktadır ve bilişsel boyutlara pek o kadar güveni yoktur. Ruhun sağlığı ve yücelmesi için bir şekilde toplumsal ve dünyevî hayattan uzak durmayı zorunlu kabul etmektedirler. Doğru bilgi ve düşünce, doğru söylem ve davranış, doğru gayret ve empati (duygudaşlık) Hint okullarında sağlığı temin etmenin üç aslı boyutudur. Kuşku ve cahillik, kendisi hakkında yanlış görüş, gurur, nefret, hazcılık, huzursuzluk, âdâp ve geleneklere bağlılık insanın barikatları sayılmaktadır. Mutlak huzura kavuşmak insanın nihaî kemal derecesi kabul edilmektedir.<sup>79</sup> Yoga okulu da ruhun selameti için aynı bilişsel, duygusal ve bireysel boyutları gerekli görür ve kemal aşamasına erişmek için meditasyon (derin düşünme) tavsiyelerinde bulunur.<sup>80</sup>

Konfüçyüs, üç boyutta aşağıdaki özellikleri taşıyan özgür insandan bahseder:

**Bilişsel özellik:** Hak ve hakikat taraftarıdır, buna ulaşmak için çabalar. Başarısızlıkları kabullenir ve zamandan şikâyet etmez. Ama aynı zamanda sorunların etkeni olarak beşerin hatalarını görür.

**Duygusal özellik:** Daima sabır ve hoşgörü içindedir. Her hâlükarda kendisine hâkimdir, kötülüğe bile adaletle cevap verir. Gururu yoktur, hiçkimseye kin duymaz. Sosyaldır ve sorumluluk yüklenir. Toplumsal ödevleri asla unutmaz. Herkesle uzlaşır ve insanlarla karşılaşmasında metaneti elden bırakmaz.

**Davranışsal özellik:** Söz ve davranışlarına karşı teyakkuz (uyanıklık) hâlinindedir. Asla doğru yoldan sapmaz.<sup>81</sup>

<sup>79</sup> Nasîf, *Sima-yi İnsan-i Kâmil ez Didgâh-i Mekâtib*, s. 35.

<sup>80</sup> a.g.e., s. 52.

<sup>81</sup> a.g.e., s. 100.



Zerdüş de güzel söze, güzel düşünceye, güzel davranışa vurgu yapar. Ama ahlâkî yönleri vurgulamasına ilâveten insanlar ve dünya hayatı karşısında, Tanrı'ya ihlaslı ibadet ve ona tevekkül, günahattan kaçınma, anormalleri sevgi ve şefkatle doğru yola yönlendirme gibi dinî boyutları da ruh sağlığı ve yücelmenin aslî kriteri görür.<sup>82</sup> Bütün bu okullar, ruhun selameti ve yücelmesi konusunda dünyaya dair sahil bir kavrayış, uygun toplumsal ilişkiler, duygu ve davranışları ayarlama üzerinde dururlar. Bununla birlikte içlerinden kimi görüşler insanın doğal ihtiyaçlarına ve hayatın meydan okuyuşlarına karşı kötümserdir.<sup>83</sup> Bireyin başkalarına, hatta ailesine karşı bile sorumluluk taşımayacağı bir tür dünyadan kaçış ve toplumsal ilişkilerden uzaklaşmayı teşvik ederler.<sup>84</sup>

### 3. İslâm Açısından Sağlıklı Kişilik

İslâm, tıpkı diğer İlahî dinler gibi Peygamber-i Ekrem'in (sallallahu aleyhi ve âlihi) bisetinin başından itibaren ruh sağlığına ve onu oluşturan ruhun huzuru<sup>85</sup>, ümitvar olmak<sup>86</sup>, kalp selameti<sup>87</sup> kabilinden öğelere özel bir önem vermiştir. Öyle ki Kur'an ayetleri ruh sağlığının önemini belirterek onu kazanmanın yollarını göstermiştir. Bu öğretilere göre Müslümanlar yüzyıllar boyunca ruhsal sorunları olan bireyleri gözetim altında tutmaya büyük önem vermişlerdir.<sup>88</sup> Ahlâk metinleri incelendiğinde Gazâlî, Feyz-i Kâşânî, Nerakî gibi İslâm ilmî havzasındaki ahlâk ulemasının ve çağdaş bilginlerin doğrudan olmasa bile ruhsal sağlık bilgisi konusuna dikkatle eğildikleri görülecektir. Bunlar genel hatlarıyla ele alınmıştı. Son yıllarda müellifler<sup>89</sup> bu mevzuyu daha çok psikolojik açıdan incelediler. Bu görüşlere işaret ederek sağlıklı kişiliği İslâmî metinlere ve ruh sağlığı uzmanlarının görüşlerine göre yeni bir yaklaşımla izah edeceğiz.

#### 3.1. Sağlıklı Kişilik Bahsinin Öncesi

Müslüman uzmanlar, İslâmî açıdan sağlıklı kişiliğin kriterleri konusunda burada bazısına değineceğimiz birtakım görüşleri dile getirmişlerdir. İslâm'ın talimatlarındaki tavır ve değerler gözönünde bulundurularak yapılacak araştırmada akıl baliğ bir insanın ruhsal sağlığı için aşağıdaki kriterlerin önerildiği görülecektir:

<sup>82</sup> a.g.e., s. 15-30.

<sup>83</sup> a.g.e., s. 49 ve 67.

<sup>84</sup> a.g.e., s. 50.

<sup>85</sup> Sekine ayetleri: Fetih 4 ve 18, tatmin olma ayetleri: Maide 113, Ra'd 28.

<sup>86</sup> Umut ve umutsuzluk ayetleri: Ankebut 5, Zümer 9, Bakara 218, Zümer 53, Hicr 56.

<sup>87</sup> Kalb-i selimle ilgili ayetler: Şuara 89, Saffat 84.

<sup>88</sup> Jenkins, R., *Developing a National Mental Health Policy*, s. 157.

<sup>89</sup> Mesela Abdulkerim Biazar Şirazi'nin *Tıbb-i Ruhani ya Behdaşt-i Revani*'si, Seyyid Abdulh - mid Musa'nın *el-İman ve s-Sihhatu'n-Nefsiyye*'si, Seyyid Ebulkasım Hüseyini'nin *Usul-i Behdaşt-i Revani*'si.



**1. Bilinçli ve uyanık yaşamak:** Sağlıklı insan, her geçen gün artacak biçimde bilinçli ve uyanıktır. İster uyuşturucu madde kullanma sonucunda, ister şekilci bilgi yüzünden oluşan bilinçsizliğin muhtelif basamaklarından uzaklaşmıştır.

**2. Gerçekliği tanıma ve kabullenme:** Sağlıklı insanın dakik ve gerçeğe uygun bir algısı vardır ve varlıktaki gerçekleri akılcı biçimde tanır.

**3. Anı yaşamak:** Sağlıklı insan, hayatın şu anki avantajlarından yararlanır. Geçmişte yaşanmış olanlara özlem ve gelecek hayallerine düşer olmaz.

**4. Dinamik ve mükemmel yaşamak:** Sağlıklı insan, kişiliğinin olgunluk ve mükemmelliği sürekli artış hâlinindedir.

**5. Topluluk içinde yaşamak:** Sağlıklı insan, topluluk içinde yaşar ve toplumsal sorumluluk kabul eder.

**6. Allah’la birlikte yaşamak ve tevbekâr olmak:** Sağlıklı insan, Allah’la davranış, kalp ve aklıyla irtibat kurar, ona yakarır ve dua eder; ayrıca tevbe ederek Allah’ın yolundan her türlü sapmayı vakit kaybetmeden düzeltir.<sup>90</sup>

İslâm açısından ruhsal sağlık bilgisi hakkında yapılmış araştırmalardan biri, doğrudan ruh sağlığının kriterlerini açıklığa kavuşturmasa da “ruhsal sağlığın tekâmül ilkeleri” başlığı altında ilkeleri açıklayıp izah etmektedir. Bu ilkeler, insanın Allah, kendisi ve toplum karşısındaki görevlerine odaklanmıştır. Bu ilkeler incelendiğinde dindar bireylerin inançlarına ve gerekli görevlerine vurgu yapıldığı görülecektir. Sözkonusu ilkeler pratikte Kur’an’ın, Peygamber’in ve İslâm’ın önderlerinin ortaya koyduğu tüm öğretileri içermektedir.<sup>91</sup> İnsanın ilişki sistemleri; kendisi, ailesi, ilim tahsili, meslekî meseleler, dostlar ve sosyal gruplar, tabiat, siyasî ve toplumsal sistemler, din ve inanç konuları ile gerçekleşir. İnsanın bütün ilişki sistemleri ve yörüngeler, gelişime ulaşmak için tevhidin yörüngesinde yerini almalıdır. İnsan belirtilen yörüngelerde hareket ve dinamizm hâlinindedir.<sup>92</sup> Genel olarak bakıldığında bu araştırmada, Kur’an ayetlerine ve dinin evliyasının (a.s) sözlerine dayanarak açıklanmış dört ilkenin ruhsal sağlığın önemli bahislerini kapsadığı anlaşılabacaktır.

Diğer bir araştırmada ise normal, onun kıstasları ve normal kişiliğın tanımı üzerine şöyle denmiştir: “Varlığın ve kendisinin hakikatini ve gerçekliğini tanıyan, varlığının çapıyla ve yaratılışın maksat ve hedefleriyle ilgili olarak bilinç kazanıp kendisinin ve dünyanın kapasiteleri ve sınırlarıyla birlikte ebedî mutluluk olan en kalıcı ve en hakiki hazlara ulaşma yönünde bir adaptasyon üretip sürekli fitratını geliştiren kişilik, normaldir.”<sup>93</sup> Daha sonra adaptasyon kavramını açıklarken bütün normallik tanımlarının

<sup>90</sup> Ahmedî, *Revanşınası-yi Şahsiyyet ez Didgah-i İslam*, s. 204-208.

<sup>91</sup> Hüseyinî, *Usul-i Behdaşt-i Revani*, s. 44-48.

<sup>92</sup> a.g.e., s. 51.

<sup>93</sup> Ebu Turabî, *Melakhâ-yi Behencari ve Nabehencari*, (doktora tezi), s. 114.



ortak noktası olarak şöyle denmiştir: “İnsanın, normalleşmeye ulaşma yönünde onun en iyi tarafına yardımcı olmak üzere gerçeklerle, kısıtlamalarla, kendisinin ve dünyanın ihtiyaç ve beklentileri ile çatışma ve iletişim tarzı.”<sup>94</sup> İman ve normallik arasında karşılaştırmalı bir incelemede, araştırmacı, normalliğin yalnızca Allah’a iman sayesinde elde edilebileceğini ortaya koymaktadır. Dolayısıyla sağlıklı kişilik mümin olarak, sağlık ve normalliğin basamakları da imanın mertebelerine göre izah edilmiş olmaktadır. Anormal kişilik de iman etmemiş bireye uygulanmaktadır. Küfür ve iman, normallik ve anormallik sınırı konumuyla gözönünde bulundurulmuş ve buna göre normal kişiliğin alametleri açıklanmıştır. Bu da aslında imanın alametleridir.<sup>95</sup> Söz konusu belirtiler şöyledir:

1) Dinamizm ve sürekli tekâmül hareketi, 2) Hayatın belli bir hedefi olması ve anlam taşınması, 3) Akılcılık ve aklını kullanma, 4) Hakikate kavuşma anlamında gelişim, 5) Güvenlik hissi ve maddî etkenlerden korkmaktan uzak olma hâli, 6) Huzur ve güvence, 7) Ruhsal neşe, mutluluk ve depresyondan uzak durma, 8) Akraları, toplum ve doğa karşısında sorumluluk duyma, 9) Umut, 10) Allah’a tevekkül ve itimat.

Sağlıklı kişiliğe dair, onu diğer görüşlerle karşılaştırılabilir yapan bu teorinin meziyetleri şu şekilde sıralanabilir: Adaptasyon, hazcılık, varlığın gerçeğini idrak, kendini ve varoluşsal kapasitelerini tanıma, yaratılış hedefinin bilincinde olma.

Rogers’ın sağlıklı kişilik tanımı, bireyin kendisi ve çevresel olaylar hakkındaki sahih kavrayışı bileşenini içermektedir. Fıtratın çiçeklenmesini sağlamak da, insanın fıtratı ve kapasitelerinin ne olduğu üzerine bu iki görüş arasında derin görüş ayrılığı bulunsa da, Maslow’un “kendini gerçekleştirme”sine benzemektedir. Hayatın hedefi ve anlamı da Frankl’in görüşünde görünmektedir. Adaptasyonun mânası, Erikson’un teorisi başta olmak üzere sağlıklı kişilikle ilgili bazı görüşlerde eksende yer almaktadır. Bu tanımda hazcılık Freud’un teorisindeki gibidir. Tabii ki hazzın anlamı konusunda temel bir fark vardır. Bu tarifte istikrarlı hazlar asıl hedef sayılmaktadır.

Bu tarifte daha az vurgulanan şey, insanın duygusal boyutlarıdır; bu cümleden olarak da aileden tutun, toplumun diğer bireylerine kadar başkalarıyla toplumsal ilişkilerdir. Bu görüşün bir diğer sorunu normal kişiliği mümin bireye tam anlamıyla uygulaması; küfür ve imanı belirlemeye, üstelik bunu normallik ve anormalliğin kriteri ve sınırı olarak tayin etmeye vurgu yapmasıdır. Hâlbuki iman ve küfrün iki dinî kavram olduğu açıktır ve her din, dolayısıyla İslâm da her biri için tanım, çerçeve ve sınır göstermiştir. Buna karşılık normallik ve anormallik, bir diğer ifadeyle ruh sağlığı ve ruh hastalıkları psikolojinin kavramları ve anlamlarındandır. Bu iki kavramın birbirine indirgenmesi, onları, İlahiyatçılar ve psikologları cevapsız sorularla karşı karşıya getiren bir kör düğüme dönüştürür. Zayıf dinî inançlara sahip veya hiç dinî inancı

<sup>94</sup> a.g.e., s. 182-187.

<sup>95</sup> a.g.e., s. 203-216.

olmayan bireylerin hepsi anormal sayılabilir mi? Diğer taraftan tüm mütedeyyinler ve inançlıları sağlıklı kişiliğe sahip kabul etmek mümkün müdür? Burada ruhsal sağlığına uygunluk ve din alanının yazarlarından birinin sözüne değinmemiz uygun olacaktır: “Kişilik araştırmacıları, İlahîyatın ilkelerini psikolojinin kavramlarına indirgeme vesvesesinden kaçınmalıdırlar. Dinî konuları psikolojik meselelerle karıştırmak, hem kişilik psikologlarını, hem de din âlimlerini tatmin etmeyecek ve beğenilmeyecek psikoloji ve dinden yapılmış karmakarışık bir çorbaya dönüştürür. Dinî ve psikolojik izahların her birinin kendine özgü çok sayıda avantajları vardır ve bunlar birbirine indirgenemez.”<sup>96</sup>

### 3.2. İslâmî Kaynaklara Göre Sağlıklı Kişiliğin İzahı

İslâm açısından sağlıklı kişiliği incelerken başta çoğunluk psikologların görüşlerine göre en uygun ve en makbul tanımı seçecek, daha sonra bu anlamı İslâm’ın öğretilerine tabi tutarak İslâm’ın onunla ilgili görüşünü ele alacağız. Öyle anlaşılıyor ki sağlıklı kişiliğin anlamını bu yaklaşımla ele almak, psikologlar ile dinî ilimlerin araştırmacıları arasında bilimsel alışveriş için en uygun zemini hazırlayacaktır.

Hemen hemen birçok teorisyen, sağlıklı kişiliği üç boyutu hesaba katarak tanımlamış ve izah etmiştir: Olaylar ve varlık düzeniyle ilişki, kendisiyle ilişki, diğer insanlarla ilişki.<sup>97</sup> Sağlıklı kişiliklerin, varlık düzeni, ona hâkim ilişkiler ve onun gerçekleri hakkında doğru ve nispeten kapsamlı bir kavrayışı ve bilgisi vardır. Onlar, varlık düzenindeki konumları ve hayatlarını layıkıyla tanımaktadırlar. Bu bilginin sonucu, insicam ve uygunluk içinde bir hayat felsefesine sahip olmaktır.<sup>98</sup> İkinci boyutta sağlıklı kişilikler, kendisi, kapasiteleri ve sınırlarıyla ilgili derinlemesine kavrayışa ulaşmıştır. Kendisiyle ilgili gerçekçi görüş, bireyin kendisi ve başkalarıyla ilgili nesnel ve dakik değerlendirmesini kapsamaktadır. Maslow, kendini gerçekleştiren kişiler listesinde bu noktayı dikkate almıştır. Allport da “kendisi”ni<sup>99</sup> şöyle tanımlamaktadır: “Kendini tanıma ve kavrama; bireyin hâlihazırdaki davranış ve girişimlerinin geçmişteki tecrübelerden nasıl etkilendiğini idrak ve ayırtetme yeterliliği.” Kendisiyle ilgili realist görüşün kendine dair şöyle sorulardan türemiş olması mümkündür: Hangi tür faaliyetleri

<sup>96</sup> Koenig, H. G., *Religion and Mental Health*, s. 71.

<sup>97</sup> Örnek vermek gerekirse, ruh sağlığının Kanada’daki derneği, kendi ruhsal sağlığa uygunluk tanımını yaparken ilk iki ilişkiyi, hayatta ilgili bakışı ilave ederek gözönünde bulundurmıştır. (Gencî, *Behdaşt-i Revani*, s. 13) Maslow’un iddiasına göre sağlıklı kişilik ve normallik izah edilirken bu üç ilişkinin hesaba katılması geleneksel dinlerin tarzıdır ve psikologların çoğu, dinlerin bu yönde pek başarılı olmadığını öne sürse de dinlerin bu çabasını itiraf eder. (Maslow, *Engizeş ve Şahsiyyet*, s. 352)

<sup>98</sup> Allport sağlıklı kişilik tarifinde bir şekilde bu üç ilişkiye yoğunlaşmıştır. (Allport, *Revanşinasi-yi K - mal*, s. 43). O, aynı şekilde dini duyguları ve insicam içinde bir hayat felsefesini kemale ermiş bireylerin özellikleri arasında sayar. (Maddi, *Personality*, s. 400)

<sup>99</sup> Objectification





güzelce yapabilirim? Güçlü ve zayıf yönlerim nelerdir? Başkaları bu sorulara verdiğim cevapları onaylar mı? Güçlü yanlarımda şimdiye dek başarılı olabildim mi?

Şu önemli noktayı hatırlamalıyız ki, bireyler kabiliyet ve zekâdan daha fazlasına, aşağı düzeyde çok sayıda yeteneğe sahiptir. Buna ilâveten bireyin zekâsı ve yetenekleri çoğunlukla onun ilgileriyle irtibatlıdır (Allport, 1961). Çoğu kişi, yapmayı sevdiği veya yapabilmeyi öğrendiği bazı durumlarda bu türden ilgileri olmayan kişilerden daha iyi ve hızlı davranabildiğini görür. Bireyin alâkalarının çeşitliliği yeteneklerinin çeşitliliğine bağlıdır. Kendisiyle ilgili realist (gerçekçi) görüşü edinirken ilgilerini tecrübe etmesi, yeterliliğini ve gizli yeteneklerini keşfetmesinde yararlı olur.

Olgunlaşmamış veya sağlıklı olmayan bireylerin iki hatası şudur: Sağlıklı olmayan kişiliklerin çoğu kendisiyle ilgili olarak iki hatadan birine düşmektedir. Birincisi, bir kişinin bir zeminden daha fazlasında gerçekten zeki olabileceğini tasavvur etmesidir. Bu hatayla eşzamanlı olarak başkalarının gerçek anlamda yeterlilik sahibi olmadığını, konularını tesadüfen ve raslantıyla elde ettiklerini sanmaktadırlar. Birinci hata, genellikle, bazı şeyleri yaparken başkalarından daha güçlü olduklarını hisseden bazı çocuklarda, özellikle de ilk gençlik yıllarında gözlemlenmektedir. İkinci hata ise birinci hatanın tersidir. Böyle kişiler herhangi bir yetenekleri bulunmadığını ve bir işi güzelce yapamayacaklarını sanır ve hemen hemen herkesin onlardan daha iyi meseleleri çözüme kavuşturacağını beyan ederler.

Kendisiyle ilgili realist kavrayışa sahip olan kişiler bu iki hataya düşmekten kaçınırlar. Zayıf ve güçlü yanlarını tanırlar, onları ne abartır, ne de küçümserler. Bu kavrayışın sonucu birinci basamakta varlığının bütünlüğünü kabul etmek, ikinci basamakta da varoluşsal kapasitelerini fiiliyata dökmektir. Kapasitelerin gerçekleşmesi de her bireyin yetenek ve imkânlarıyla uyumludur, insan türünün kapasite ve yeteneklerine değil. Buna ilâveten, daha üst varoluşsal kapasitelerin tahakkuku mecrasında hareket edilmesi, daha aşağıdaki kapasitelerin gerçekleşmesine bağlıdır. Yetenek ve ilgilerin gelişmesi ve hayatın sorunlarına karşı koyabilmek olgunlaşmış insanın nihaî özelliğidir. İlk özellik, daha çok net biçimde “ben” idrakine sahip olma zarureti vurguluyordur. Hâlbuki bu özellik, gizli yetenekleri ve bireyin maharetlerini geliştirmeye odaklanmıştır. Sonuçta da yaratıcılığa, yapıcılığa ve zorunluluk taşıyan işleri yapmaya erişebilmektir, ama aynı zamanda birey için haz verici ve hoşnut edicidir.

Freud bunu gerçek uyum, Maslow ve Rogers ise onu kendini geliştirme olarak adlandırmaktadır. Maslow olgunlaşmış insanları sorun eksensiz kabul eder. Meslek, ev, aile, toplum ve bireylere alâka gösterirler. Tabii ki ilgi dereceleri muhtelif alanlarda birbirinden farklıdır. Fakat kuru biçimde ve esneklik göstermeksizin bir tek saha üzerinde ısrarları yoktur. Onlar hedefli girişimlerde yaratıcı ve yetenekli olmakla kalmaz, bilakis böyle girişimlerde bulunmayı severler de. Görevi yerine getirmeye yoğunlaşmak için üst düzeyde yeterliliğe sahip olmalarının yanısıra zaruret sırasında da

onu terketme kapasiteleri vardır. Olgunlaşmamış bireyler işleri yapmaya eğilimden ziyade şaşkındırlar. Onlar yaratıcı yeteneklerini veya ilgilerini hayatın gündelik sorunlarına karşı koymak için kullanmazlar. Coleman, olgunlaşmışlığın nihaî yönünü, savunma oryantasyonu (uyumluluğu) karşısında hayata görev oryantasyonuyla yaklaşımda özetlemiştir.<sup>100</sup>

**“Adler insanı ırkının ve bireyin bekası için en iyi yolun, dış dünyanın isteklerine durmaksızın adaptasyon (uyum) ve değişim hattında olduğunu düşünür. O hâlde birey ile çevresi arasında uygun ilişki kurulmalı ve bu ilişki için azamî kemal temin edilmelidir. Beşeriyetin ideale doğru ilerleyişinin en iyi tecellisi Tanrı kavramında aranmalıdır.”** Elbette ki genellikle teorisyenlerin her biri bazı yönleri daha fazla vurgulamışlardır.

Sağlıklı kişiliğin üçüncü boyutu başkalarıyla münasebet ilişkisine atıfta bulunmaktadır. Bireyin tüm insan toplumlarına, kendi toplumuna, yakınlarına ve ailesine bakışı onun kişiliğinin sağlıklı olduğunu göstermektedir. Buna mukabil kendini eksen alma, aileyi eksen alma, daha üst aşamada da akraba, ırk ve milliyetini eksen alma kişiliğin hastalıklı ve anormal olduğunu göstermektedir. Diğer insanlara sevgi ve şefkat,

halka ve topluma özen gösterme, onlarla ilgili sorumluluk duygusu, akrabalara önem verme, ona en yakın bireyler olan aile üyeleriyle güzel ilişkiler sağlıklı bir kişiliğin kriterleridir. Doğal olarak sınırlı sayıda insanla samimi ve yakın ilişkiler kurulması, sağlıklı kişiliğe özgü düşüncelere, ilgilere ve değerlere bağlıdır. Bunun, sağlıklı kişiliklerin insanî ve ahlâkî değerlere karşı kimi insanlarla yakın ilişki kuramamasına, aksine sadece gerekli durumlarda onlarla uygun tarzda mukabelede bulunmasına yol açması gayet normaldir.

Birey, zayıf yönleri ölçüsünde olumlu durumlarını, yeteneklerini ve zekâsını tam anlamıyla tanıdığı anda başkalarının idrakinde de daha güçlü hâle gelecektir. Diğerlerini kabullenmenin kendisiyle ilgili realist idrakte yakın irtibatı vardır. Rogers bu boyutun önemine o kadar çok vurgu yapmıştır ki onu öğelerine ayırmış ve her birini ayrı ayrı araştırmıştır. Allport, diğerlerini kabullenmeyi üstüne basarak tekrarlamış ve bunu toplumsal ilgi veya toplumsal hissiyat ya da kişilerle ilgili kardeşlik duygusu şeklinde ifade etmiştir.

Sullivan’a göre başkalarıyla sağlıklı tarzda irtibat ve birbirlerinin ihtiyacını karşılıklı olarak giderme kişiliğin aslî mahiyetidir. Son zamanlarda bireyler arasındaki ilişkinin niteliğinin öncelikli önemi bazı araştırmaların ana istikameti olmuştur. Diğerlerini

<sup>100</sup> The Gale Encyclopedia, Keumann, s. 548.



kabullenmenin anlamı, onların deneyimlerine değer vermek, inanmak ve resmen tanımaktır. Bu, kabul edilen herşeyin iyi olduğu, değer taşıdığı veya sahih görüldüğü mânâsına gelmez. Bilakis onun varlığını idrak ettiğimizi gösterir. Başka bir ifadeyle, başkalarını, taşıdıkları birçok kusuru gözardı ederek kabul etmek gerektiğini ifade eder. Sağlıksız bireyler; kendine özgü âdetleri, görüşleri veya eylemleri insanların kişiliklerinin bütünüyle içiçe geçirir ve gayet açık bir ayırt edici tutum sergilemek yerine o kişilere muhalefet ederler.

Zikredilen her üç ilişkinin bilişsel ve duygusal iki boyutu vardır: İnsanın varlıkla bağı, varlık düzeniyle ilgili idrak ve telakkisi, bireyin düşünce tarzı ve dünya görüşü bu ilişkinin bilişsel boyutudur. Bireyin varlığın gerçekliğiyle ilgili duygusal hissiyatı ise olumsuz ve protesto da olabilir veya teslimiyet ve rıza gösterme sebebiyle bu ilişkinin diğer bir bölümünü içerebilir. İnsanın kendisiyle ilişkisinde her bireyin kendisiyle alâkalı tasavvuru, bir diğer ifadeyle benlik varsayımı bilişsel boyuttur; bireyin kendisiyle ilgili hissiyatı ve kendine değer vermesi de bu bağın duygusal boyutudur. İnsanın başkalarıyla ilişkisinde de bilişsel boyut, aile üyelerinden tutun akrabalara, toplum bireylerine ve tüm insanlara kadar bireyin başkalarıyla ilgili görüşüne rücu eder. Bu görüşle birlikte bireyin diğerleriyle ilgili hissiyatı ve duyguları sevgi, nefret, haset ve kayıtsızlıktan oluşur. Bireyin davranışları bu üç ilişkinin türü ve niteliğine tabidir.

Üç boyutta açıkladığımız sağlıklı kişiliğin bu özellikleri diğer görüşlerde açıkça görülmektedir.<sup>101</sup> Bir farkla ki, biz Allah’la ilişkiyi varlık düzeniyle ilişki içine yerleştiriyoruz. Bazı yazarlar insanın ihtiyaçlarını üç grup ihtiyaca ayırmışlardır: Kendisiyle ilişki, Allah’la ilişki, başkalarıyla ilişki. Bu, insanın ruh sağlığında sözkonusu üç tür ilişkinin önemini göstermektedir.<sup>102</sup> Adler de, çoğu araştırmasını yalnızca insanın başkalarıyla ilişkisine ayırmışsa da bu üç ilişkiyi dikkate almaktadır.<sup>103</sup>

“Adler insanı ırkının ve bireyin bekası için en iyi yolun, dış dünyanın isteklerine durmaksızın adaptasyon (uyum) ve değişim hattında olduğunu düşünür. O hâlde birey ile çevresi arasında uygun ilişki kurulmalı ve bu ilişki için azamî kemal temin edilmelidir. Beşeriyetin ideale doğru ilerleyişinin en iyi tecellisi Tanrı kavramında aranmalıdır.”<sup>104</sup> Elbette ki genellikle teorisyenlerin her biri bazı yönleri daha fazla vurgulamışlardır.

Şimdi bu özellikleri, İslâm dininin ontoloji (varlık bilim) ve antropoloji (İnsanın fizikî yapısıyla ilgilenen bilim) boyutlarındaki itikadî temellerine göre incelersek eksiklik ve belirsizliklerini bertaraf edebiliriz. Burada, İslâm’ın sağlıklı kişilik bahsindeki görüşünün dayandığı önemli bir epistemolojik varsayuma işaret etmemiz yerinde

<sup>101</sup> Hüseyini, *Usul-i Behdaşt-i Revani*.

<sup>102</sup> Koenig, *Religion and Mental Health*, s. 125

<sup>103</sup> Schultz, *Nazarîyehâ-yi Şahsiyyet*, s. 150.

<sup>104</sup> Mansur, *İhsas-i Kihteri*, s. 219.

olacaktır. Psikologlar, filozoflar, ahlâk uleması ve din âlimleri, tarih boyunca, varlıkla, kendisiyle ve başkalarıyla verimli ve beğenilen münasebetler kurabilmiş sağlıklı kişiliğin peşinde olmuşlardır. Öte yandan bu iş, insanın tabiatına, varlık düzenindeki konumuna ve insan toplumlarındaki yerine dair doğru ve nispeten kapsayıcı bir tanıma olmaksızın mümkün değildir ya da eksiktir. Yine çoğu felsefe okuluna ve tüm İlahî dinlere göre varlık düzeninin yaratıcısı olan Allah'ın insan, toplumlar ve varlığa ilişkin kâmil ve kuşatıcı bir idraki vardır ve peygamberler yoluyla bu bilgiyi beşere aktarmıştır. Dolayısıyla İlahî dinler aracılığıyla elde edilen bilgiden yararlanılması, sağlıklı kişiliğin kriterlerini tanımada bize en iyi şekilde yardımcı olacaktır.

İslâm dininin kaynaklarına göre sağlıklı kişilik kendine özgü bir dünya görüşüne sahiptir. Bu dünya görüşüne göre, varlık düzeninin, tüm göklerle<sup>105</sup> ve yer, hatta yer yüzündeki doğa olayları<sup>106</sup> ve insanî mübadelelerin<sup>107</sup> idaresini kendi iradesi ve kudretiyle tanzim eden bir kurucusu ve yaratıcısı vardır.<sup>108-109</sup> Varlık âleminde hiçbir fenomen (görüngü), yaratıcısıyla bağı olmaksızın meydana gelmez. Bu düzen hikmet, adalet ve kemale doğru hareket temelinde idare edilir. Bu sebeple varlık düzeninin bir hedefi olduğuna<sup>110</sup>, boşboşuna ve tesadüfi olmadığına<sup>111</sup> inanç bireyin varlıkla ilişkisindeki önemli boyutlardan biridir. Diğer nokta, varlığın yaratıcısının onun tüm tezahürlerinde eksen olmasıdır.<sup>112</sup> Bireyin dünya görüşü ve varlık düzeniyle ilişki türü, bireyin değerler düzeninde büyük etkiye sahiptir. Her ne kadar bu etkilemede çatışan görüşlerin varlığına işaret edilmişse de dünya görüşü ile değerlerin ilişkisi inkâr edilemez.<sup>113</sup> Münasip değerlere sahip olunması, sağlıklı kişiliğin önemli bileşenlerinden biridir. Birinci görüşte değerler psikolojik kavramsallaştırma olarak telakki edilmiyordu. Fakat çoğu psikolog, hiç olmazsa zımnen yönlendirici değerlerin zorunluluk olduğunu kabul etmişlerdir. Frankl, değerlere sahip olmanın, bireyin tüm hayatını düzenleyen “anlam için irade taşıma”nın ta kendisi olduğunu iddia etmektedir. Allport, hayatlarıyla ilgili insicam içinde bir felsefeye sahip olgunlaşmış bireylerden bahseder. Maslow şöyle der: Olgunlaşmış bireylerin güçlü bir ahlâkî hissiyatı

<sup>105</sup> “مَا شَاءَ اللَّهُ لَا قُوَّةَ إِلَّا بِاللَّهِ” (Zümer 39, Zariyat 58)

<sup>106</sup> “يُدَبِّرُ الْأَمْرَ مِنَ السَّمَاءِ إِلَى الْأَرْضِ” (Secde 5, Yunus 31)

<sup>107</sup> “قُلْ لَا أَمْلِكُ لِنَفْسِي نَفْعًا وَلَا ضَرًّا إِلَّا مَا شَاءَ اللَّهُ” (A'raf 188, Yunus 49)

<sup>108</sup> “قُلْ اللَّهُ خَالِقُ كُلِّ شَيْءٍ” (Ra'd 16).

<sup>109</sup> “لِلَّهِ خَالِقُ كُلِّ شَيْءٍ” (Zümer 62)

<sup>110</sup> Bakara 156 ve 210, Hud 123 ve benzer diğer ayetler.

<sup>111</sup> Müminun 115

<sup>112</sup> Mesela hiçbir tezahürün Allah'ın izni olmaksızın meydana gelemeceğini söyleyen ayetler: Bakara 101, Haşr 5.

<sup>113</sup> Suruş, *Danış ve Erziş*.



vardır ve kültürel baskılar karşısında direnecek güçtedirler. May, değerlerden, nasıl yaşanacağıyla ilgili karar verme cesareti ve seçim temelinde sözeder. Psikologlara göre değerler, gönüllü tercih<sup>114</sup> olmalıdır. Bireyin çevre baskısıyla kabul ettiği değerler, değer değildir. Çünkü birey onları kabul ederken toplumun zorlaması altındadır. Olgunlaşmış kişinin seçtiği değerler,

benlik varsayımı ve davranışta içselleştirilir ve insicam sağlar. Bu değerler dışsal değildir, aksine içseldir. Değerlerin içselleştirilmesi, insicamı ve bütünleştiriciliği kişilikteki düzen ve insicamı, plan ve eylemlerin hedef sahibi olmasını ve mecburiyetten özgürleşmeyi gösterir. Çünkü değerler gönüllü seçilir. Olgunlaşmamış kişi ise değerler olmaksızın hareket edebileceğini zanneder. Bu, vehimden öte bir şey değildir. Zira hiçbir şey değerden yoksun olma konumundan daha kötü yerde olmaz. Bireyin varlık düzeniyle bu tür bir ilişkisi, diğer iki tür ilişkiyi de belli ölçüde aydınlatmaktadır.<sup>115</sup>

Sağlıklı kişiliğin kendisiyle ilişkisinde kendi varoluşsal boyutlarını, insan türünün mahiyet ve doğasını ve kendi kapasitelerini tanınmasının önemi vardır. Sahip olduğu güdülerini tanıması, onları tasvip edilecek çerçevede tatmin etmesi ve bireysel yetenek ve kapasiteleri gerçekleştirilmesi sağlıklı kişiliğin özelliklerindedir. Sağlıklı kişilik varlıkla ilişkisinde Allah'ı eksen ve idareci kabul ettiği<sup>116</sup> ve başta kendisi olmak üzere tüm insanları Allah'ın mahlûku gördüğünden doğal olarak kendisini varlık düzeninin hedefleri doğrultusunda konumlandırmanın peşinde olacak; ihtiyaç ve yeteneklerini varlık hedeflerine göre düzenleyecektir. O, bu yolla ahenkli ve uyum içinde bir varlık felsefesine ulaşmakla kalmaz, hayatını da anlam ve hedef sahibi görür ve bunun mecrasını tanzim eder. Sağlıklı kişilik, kendisiyle ilgili tüm fikirler, duygular ve davranışları varlığın yaratıcısıyla ilişki esasına göre düzenler.<sup>117</sup>

<sup>114</sup> Self-chosen

<sup>115</sup> The Gale Encyclopedia, Keuman, s. 548-549.

<sup>116</sup> “قُلْ لَا أَمْلِكُ لِنَفْسِي نَفْعًا وَلَا ضَرًّا إِلَّا مَا شَاءَ اللَّهُ” (A'raf 188, Mülk 2 ve Âl-i İmran 145) İnsanın hayatı ve ölümü konusunda.

<sup>117</sup> “قُلْ إِنَّ صَلَاتِي وَنُسُكِي وَمَحْيَايَ وَمَمَاتِي لِلَّهِ رَبِّ الْعَالَمِينَ” (En'am 162)

Diğer insanlarla ilişkide de eksen yine varlığın yaratıcısıyla ilişki olmaktadır. Sağlıklı kişilik, diğer insanlarla ilgili tüm tasavvurları, görüşleri, dostluk<sup>118</sup>, düşmanlık ve tüm duygu ve davranışlarını varlığın yaratıcısının beğendiği esasa göre tanzim eder. Başka bir deyişle, sağlıklı kişiliğin bütün değerleri tevhidi dünya görüşü temelinde biçimlenir. Böylelikle insanın kendisi ve başkalarıyla olan iki ilişkisi Allah'la ilişkiye göre düzenlenmiş olur. Allah'la ilişki insanın kişiliğine bütünlük ve insicam bahşeder. Bu durumda insanın tüm motivasyonları (isteklendirmeleri) ve içsel çekimleri Allah'ın beğendiği motivasyonlar yönünde olur, yani aslında Allah'ın rızasını kazanacak motivasyonlar hâline gelir. İnsanın dışsal davranışları da aynı istikamette gelişir. Kur'an, güzel bir misalde, kişiliğin bütünlük ve insicamında Allah'la ilişkinin kişiliğin bütün boyutlarına hâkimiyetinin sonucu olan tevhid ve tektanrıcılığın rolünü gösterir: "Allah bir misal verdi: Hakkında kendi aralarında sürekli tartışan ortakların hâkimiyeti altındaki adam ile sadece bir tek kişiye teslim olmuş adam. Bu ikisi bir midir?"<sup>119</sup> Ayetin izahı olarak, muvahhid insanın yalnızca bir tek motivasyonun etkisi altında olduğu söylenebilir. Çünkü iç dünyasındaki bütün motivasyonlar ve güçler Allah'ın rızasına ulaşmak ve İlâhî buyrukları yerine getirmek içindir. Buna mukabil, Allah'a itikadı olmayan kişi, bütünleştirici ve insicam kazandırıcı yönü bulunmayan çok sayıda motivasyonların etkisi altındadır. Bu kişi genellikle iç çatışmalarla karşı karşıyadır ve başıboş bir hâldedir. Her zaman önceki çekimle çatışan bir güç ve motivasyonun etkisi altındadır. Kur'an, Allah'a itikadı bulunmayan bireyi şöyle tarif etmektedir: "Allah'a şirk koşan, adeta gökten düşmüş de kuşların (havada) kapıp kaçtığı veya rüzgârın ücrea bir yere fırlatıp attığı şey gibidir."<sup>120</sup>

Aynı zamanda başkalarıyla yüzyüze gelmesi ilişkinin yakınlık ve uzaklığına göre ve yine varlığın aynı hedeflerine rücu eden başka kriterler itibarıyledir. Sağlıklı kişiliğin bu tanımı esas alındığında kişilik selametinin öncelikli ve asgarî sınırı, kişinin üç ilişkiye (varlıkla, kendisiyle, başkalarıyla) odaklanması ve bu üç ilişkiyi taassuplardan, zihnin imal ettiği klişelerden, her tür hassasiyetlerden ve ön duygulardan uzak uygun bir temelde düzenlemenin ardına düşmesidir. Bu bireyin, varlığın gerçekleri, insanlar ve kendisi karşısında açık ve esnek bir hâli vardır. Kendisi ve varlığın gerçekliğiyle ilgili sahih kavrayışa ve başkalarıyla uygun ilişkiler kurmaya mani olan taassup, inatçılık, taşlaşmışlık, tekebbür, ahlâkî hastalıklar, kişilik bozuklukları ve ruhsal sorunlar gibi durumlar onda yoktur. Diğer bir ifadeyle kişilik sağlığının asgarî sınırı, bireyin temel doğasını koruyarak potansiyel yetenekleri ve kemalatı geliştirme zeminini ortadan kaldırmamış olmasıdır.<sup>121</sup> Eğer bireyin bu asgarî sınırdan nasibi yoksa sağlıklı

<sup>118</sup> Tevbe 24. "وَالَّذِينَ آمَنُوا أَشَدُّ حُبًّا لِلَّهِ" (Bakara 165)

<sup>119</sup> Zümer 29

<sup>120</sup> Hac 31

<sup>121</sup> Şehid Mutahhari "هُدًى لِّلْمُتَّقِينَ" (Bakara 2) ayetini bu esasa göre tefsir etmiştir: "Bu takva, temel fitratan öze ilişkin ve tertemiz olduğunu göstermektedir. O kadar ki, çevredeki kirlilik bireyi temel



kişiliğin asgarî şartlarından da nasibi yoktur. Evriminin son aşamalarına kadar bu üç ilişkiye gaflet ve şaşkınlıkla karşılık veren veya bu üç ilişkide mutaassıp hâli öne çıkartan ve hakikati kabul etmeye hazır olmayan bazı bireyler asla sağlıklı kişiliğe sahip olamayacaklardır. Sağlıklı kişiliğin üst mertebeleri, bu üç ilişkinin bilişsel ve duygusal gelişimine göre şekillenmektedir. Bireyin varlık düzeniyle ilgili aşinalığı ne kadar üst düzeydeyse ve derinlikliyse onunla ilgili o kadar normal bir hissiyat ve duyguya sahip olur. Aynı şekilde, kendisiyle ilişkide, bireyin kendisine dair aşinalığı ne kadar çok ve derin olursa varlığın hedefleri ekseninde varoluşsal boyutlarına yön vermede o kadar başarı sağlar ve daha fazla sağlığa kavuşur. Başkalarıyla duygusal ve bilişsel boyutlarda ilişki de bu esasa göre daha uygun olacaktır. Dolayısıyla bireyin varlık düzeni ve onun yaratıcısıyla münasebeti, diğer iki irtibata kesin ve derin bir etkide bulunacaktır. Nispeten genel hatlarıyla ele alınmış bu bahisten sonra sağlıklı kişiliğin özelliklerini İslâmî metinler temelinde daha geniş izahla incelemeye geçebiliriz.

### 3.3. İslâmî Metinlerde Sağlıklı Kişilik

Modern psikoloji bilimi başlangıcından itibaren çeşitli okullar formunda kişilikle ilgili çok sayıda tanım yapmıştır. Allport bunların elli farklı şekline değinmektedir. Kişiliğin tanımı konusunda psikologlar arasında görüş birliği bulunmasa bile, meselâ “bireyin belli bir insanı belirginleştiren psikolojik bütünlüğü”, “bireyin sabit ruhsal özellikleri”, “bireyin damar ve sıfat sistemi” gibi tanımlar uzmanlar arasında aşağı yukarı ittifak edilmiş tariflerdir. Buna ilâveten, genellikle kişilik konusunda sabit bir şey olan, bireyin birçok ve değişken tezahürünün tabii bulunduğu ruhsal alandan bahsedilmektedir.<sup>122</sup> Bu sebeple bilişsel ve duygusal yapılar ve davranış modelleri belli ölçüde kişiliği yansıtan bir bütündür.

İslâmî metinlerde kişilik konusunu araştırırken kalp, sadr, şâkile, nefis, akıl, ruh ve başka kavramlarla karşılaşırız. Şimdi bu kavramların Kur'an'da ve Masumların (a.s) sözlerinde kullanıldığı yerleri ele alacağız.

**Şâkile:** Bu kelime İsrâ suresi 84. ayette geçmektedir: “De ki: Herkes kendi şâkilesine göre hareket eder. Rabbiniz, tuttuğu yol hidayete en uygun olanları çok iyi bilmektedir.”<sup>123</sup> Şâkile, bireyin âdet ve tarzı mânasına gelmektedir. Arapça sözlüklere ve dinin evliyasının (a.s) bakıldığında şâkile için aşağıdaki anlamlar dikkate alınabilir:

**1. Niyet:** İmam Sâdık (a.s) bu ayeti izah ederken şöyle buyurmuştur: “Herkes niyetine uygun hareket eder.”<sup>124</sup> Kur'an'ın müfessiri olan pâk İmamlar (aleyhimüsselam);

fitratın mecrasından çıkartmamıştır.” (Aşina-yi bâ Kur'an, s. 130)

<sup>122</sup> Miley, Şahsiyyet, s. 1, 2 ve 23.

<sup>123</sup> “قُلْ كُلُّ يَعْمَلُ عَلَىٰ شَاكِلَتِهِ” (İsrâ 84)

<sup>124</sup> Vesâilu's-Şia, c. 1, s. 36.





niyeti, davranışın esası<sup>125</sup>, davranışı da niyetin meyvesi saymışlardır.<sup>126</sup> Hatta bazen bir davranışın hakikatini onun niyeti olarak değerlendirmişlerdir.<sup>127</sup> Bu durumda niyetin sırf motivasyon olmadığı, bilakis bir insana özgü ruhsal teşkilâtın ürünü olduğu anlaşılabilir.<sup>128</sup>

**2. Huy:** İnsanın dış çevreyle ve toplumsal muhitte ilişkisi sırasında ortaya çıkan ruhsal sıfatların toplamıdır.

**3. Hacet ve ihtiyaç:** İnsan davranışının altyapılarından; biyolojik ve ruhsal olmak üzere iki gruba ayrılır.

**4. Programlı tarz:** Birey hayatında buna önem verir ve varlık düzenini de ona göre yorumlar.

**5. İnsanın ruhsal yapısı ve bütünlüğü:** İnsan, üniter (tekli) bütündür ve niyetler ondan doğmaktadır.

Beşinci anlam, diğer anlamları da kapsamaktadır ve buna göre denebilir ki, şâkile; veraset, çevre ve iradenin etkileşimi neticesinde şekillenen insanın ruhsal biriminin bütünlüğüdür. Bu yüzden şâkile kavramının psikolojide kişilik olarak ele alınan şeyin ta kendisi olduğu söylenebilir.<sup>129</sup>

**Kalp:** “Kalp” kelimesi incelendiğinde bu kelimenin anlam ve içerik olarak İslâmî metinlerde psikolojideki kişilik kelimesine en yakın sözcük olduğu görülecektir. “Kalp” kelimesi ve çoğulu olan “kulûb” Kur’an’da 120’den fazla yerde kullanılmıştır.<sup>130</sup> Bu yerlerde kimi zaman kişiliğin duygusal yönlerine vurgu yapılmış<sup>131</sup>, kimi zaman bilişsel yönler<sup>132</sup> ve pek çok yerde de kişiliğin tüm boyutları kalbe nispet edilmiştir.<sup>133</sup> Elbette ki bütün bu yerler incelendiği ve üzerinde düşünüldüğünde çoğunlukla kişiliğin duygusal boyutlarının “kalp” kelimesine nispet edildiği görülecektir. Dolayısıyla Kur’an’da “kalp” kelimesine ve onun çoğuluna, yani “kulûb”a nispet edilmiş beğenilen veya beğenilmeyen bütün sıfatlar ve hâllerin kişiliğin bazı boyutları veya tamamıyla, yani insanın psikolojik bütünlüğüyle bağlantılı olduğu söylenebilir. Kur’an’da “kalb”in beğenilen ve beğenilmeyen sıfat ve hâllerinin karşıtığı, kişiliğin duygusal

<sup>125</sup> “النّية اساس العمل”, *Gureru’l-Hikem*, s. 292.

<sup>126</sup> “الاعمال ثمار النيات”, Aynı yer.

<sup>127</sup> “الا و ان النية هي العمل” *Vesâilu’ş-Şia*, c. 1, s. 51.

<sup>128</sup> Ahmedî, *Revanşinasi-yi Şahsiyyet ez Didgah-i İslâmî*, s. 16, 21 ve 23.

<sup>129</sup> Aynı yer.

<sup>130</sup> *Mu’cemu’l-Müfehres li-Elfazi’l-Kur’ani’l-Kerim*.

<sup>131</sup> Mesela: Kasas 10, Ahzab 4 ve 53, Âl-i İmran 151, Hadid 27, Haşr 10, Maide 13, Enfal 2, Hac 35, 53 ve 54, Müminun 60, Zümer 22, 23 ve başka birçok ayet.

<sup>132</sup> Mesela: A’raf 179, Hac 46, Fetih 12, En’am 25 ve Tevbe 87, 93 ve 110.

<sup>133</sup> Mesela: Bakara 225, Enfal 70, Ahzab 5, Hucurat 14, Maide 13, Ra’d 28 ve Mücadele 22.



(bireysel ve toplumsal) ve bilişsel boyutları, yahut kişiliğin tümü göz önünde bulundurulduğunda hem anormal kişiliğin uygunsuz hâllerini ve hastalıklarını, hem de ruhsal sağlığı, yerinde ve sağlıklı kişiliğin özelliklerini bulmada bize kılavuzluk edebilir. Kalbin uygunsuz sıfat ve hâlleri arasında bazıları şiddetli ve ciddidir, hatta kişiliği sağlıksız saymamıza yolaçar. Bazı uygunsuz sıfat ve hâller de her ne kadar kişiliğin çeşitli boyutlarda gelişimi ve tekâmülü üzerinde olumsuz etkisi olsa da, sırf “kalp”te bulunuyorlar diye bireyin kişiliğini sağlıksız kabul etmek mümkün değildir.

Bazı ayetlerde, aslında “kalb”in sıfatları olan birtakım sıfatlar “sadr”a nispet edilmiştir. Belki de bu sıfatların “sadr”a nispet edilmesi cismanî kalbin göğüste yer alması nedeniyle ve kalp ya da kişiliğin cismanî kalbe benzetilmesi esasına göre onunla ilgili sıfatlar “sadr”a nispet edilmiştir.<sup>134</sup>

Din evliyasının (a.s) sözleri incelendiğinde de görülecektir ki onların nazarında kalpten murad, insanın psikolojik bütünlüğüdür. Bir diğer ifadeyle, psikoloji bilimindeki kişiliktir. İnsanın bilişsel boyutları hâfıza, malumat<sup>135</sup> ve tefekkür<sup>136</sup> gibi “kalb”e nispet edilmiştir. Yine ince duygular, kasavet<sup>137</sup> ve fizyolojik<sup>138</sup> motivasyonlar gibi insanın duygusal yönlerinin kaynağı ve doğuş yeri “kalp” olarak açıklanmıştır. Dindarlıkta da “kalp”, diğer ifadeyle insanın psikolojik bütünlüğü zahirî davranışlardan daha önemlidir.<sup>139</sup> “Kulûb”un kategorize edilmesi de aslında kişiliğin türlerine işarettir.<sup>140</sup> Dinin evliyasının (a.s) “kalp” sağlığı, onun tahareti ve huzuru, kalbin gözü ve kulağı, onun kör ve sağır olması, kalbin hâlleri ve kalpte hastalığa yolaçan etkenler konusundaki sözleri incelendiğinde kalbi, bahsi geçen kişilik anlamında kullandıkları görülecektir.<sup>141</sup>

### 3.4. Sağlıklı ve Anormal Kişiliğin Kriterleri

Sağlıklı kişiliğin kriterlerini tayin amacıyla Kur’an’da ve dinin evliyasının (a.s) sözlerinde geçen sağlıklı kalbin alamet ve göstergelerini incelemeye koyulabiliriz. Kur’an iki ayette sağlıklı kalbe değinmiş<sup>142</sup> ve çok sayıda yerde kalbin hastalığından bahsetmiştir. Dinin evliyasının (a.s) aslında Kur’an ayetlerinin açıklaması ve tefsiri de sayılan sözlerine göre sağlıklı kalp bilişsel ve duygusal boyutlarda şu özelliklere sahiptir:

<sup>134</sup> Kureyşi, *Kamus-i Kur’an*, c. 6, s. 26.

<sup>135</sup> İbn Ebi'l-Hadid, *Şerhu Nehci'l-Belağa*, c. 20, s. 46; Amidi, *Gureru'l-Hikem*, s. 261.

<sup>136</sup> Amidî, a.g.e., s. 2046 ve 3078.

<sup>137</sup> Muhammedi Reyşehrî, *Mizanul-Hikme*, c. 10, s. 4980; Harranî, *Tuhafu'l-Ukul*, s. 371.

<sup>138</sup> Kuleynî, *el-Kâfi*, c. 8, s. 21.

<sup>139</sup> Muhammedi Reyşehrî, *Mizanul-Hikme*, c. 10, s. 4980.

<sup>140</sup> Amidi, *Gureru'l-Hikem* ve Muhammedi Reyşehrî, a.g.e., s. 4982.

<sup>141</sup> Muhammedi Reyşehrî, a.g.e., c. 10, s. 4980-5006.

<sup>142</sup> Şuara 87-89, Saffat 83 ve 84.



Bilişsel boyutta Allah'a inanç konusunda kuşku ve tereddüdü yoktur.<sup>143</sup> Varlık âleminin hakikatleri ve gerçekleriyle taassuptan, cehalet perdelerinden ve önyargılı klişelerden uzak biçimde, açıklıkla yüzleşir.<sup>144</sup> Varlık âleminin hikmetlerini idrak için uygun kapasiteye sahiptir.<sup>145</sup> Münasip bir kavrayış ve anlayışı vardır.<sup>146</sup>

Duygusal boyutta, başta cinsel ihtiyaç ve açlık olmak üzere biyolojik isteklendirmeler onu denge çerçevesinin dışına çıkarmaz.<sup>147</sup> Dünyevî tecellilere sevgi ve mad-diyatı kazanmaya tamah onda pek az görülmektedir. Allah'a muhabbet<sup>148</sup> ve işlerde Allah için ihlas<sup>149</sup> onda galebe çalmıştır. Gazap ve tamah onu sarsmamaktadır.<sup>150</sup> İnsanlara karşı müşfik ve iyi huyludur.<sup>151</sup> Kin beslemez.<sup>152</sup> Kendisi için istediğini başkaları için de ister.<sup>153</sup> İlâhî hedefler mecrasında sebatlı ve kalp kuvveti sahibidir.<sup>154</sup>

Bilişsel ve duygusal boyutlarda belirtilen özellikleri taşıyan bir kişilik, doğal olarak uygun ve normal davranışlara sahiptir.<sup>155</sup> Eğer hayatın değişik konumlarının baskısı sonucunda davranışsal sorunlara düşer olursa süratle onu ıslah edecektir.<sup>156</sup> Hayatın çeşitli yanlarında takvaya riayet sağlıklı kalbin davranışın âlâmeti sayılmaktadır.

Kişiliğin anormal hâlleri ve hastalıkları: Kur'an-ı Kerim'de oniki ayette kalbin "mariz"inden bahsedilmiştir.<sup>157</sup> Başka ayetlerde, beğenilmeyen ve anormal sayılan hâller ve sıfatlar kalbe nispet edilmiş. Şu kelimeler bunlardan bazılarıdır: Galiz (öfke), kasavet (taş kalplilik), reyn (hicap, utanma), hatem (mühür), ism (günah), umyun (kör-lük), dıyk (darlık), rayb (tereddüt, şüphe), kibir, inkâr, gumre (örtme), hamıye (taassup), kirlilik, gul (kin), tab' (mühür), zi' (sapma).<sup>158</sup> Kalbin hastalığı, onun fitrî istikametten sapması kabul edilmektedir.<sup>159</sup> Kalbin hastalıklarının yahut kişiliğin anormalliklerinin

<sup>143</sup> Kuleynî, *Kâfi*, c. 2, s. 16.

<sup>144</sup> İnşirah-i Kalp, *Mizanu'l-Hikme*, s. 4994-4996.

<sup>145</sup> Kalbin gözü ve kulağı ifadeleri ve kap olması gibi. (Muhammedi Reyşehrî, *Mizanu'l-Hikme*, c. 10, s. 4982-4988)

<sup>146</sup> Amidî, *Gureru'l-Hikem*, s. 3078.

<sup>147</sup> a.g.e., s. 6020.

<sup>148</sup> Bakara 165

<sup>149</sup> *Nuru's-Sakaleyn*, c. 4, s. 50 ve 58.

<sup>150</sup> *Nehcu'l-Belağa*, hikmet 108.

<sup>151</sup> Muhammedi Reyşehrî, *Mizanu'l-Hikme*, s. 4980.

<sup>152</sup> Amidî, *Gureru'l-Hikem*, s. 4017.

<sup>153</sup> Meclisî, *Biharu'l-Envar*, c. 78, s. 62.

<sup>154</sup> Muhammedi Reyşehrî, *Mizanu'l-Hikme*, c. 10, s. 4980.

<sup>155</sup> Amidî, *Gureru'l-Hikem*, s. 10874.

<sup>156</sup> "وَكَوْزَةٌ إِلَيْكُمْ الْكُفْرَ وَالْفُسُوقَ وَالْعِضْيَانَ" (Nahl 106), "إِلَّا مَنْ أَكْرَهَ وَقَلْبُهُ مُطْمَئِنٌّ بِالْإِيمَانِ" (Hucurat, 7).

<sup>157</sup> "فِي قُلُوبِهِمْ مَّرَضٌ" ifadesi veya benzerinin geçtiği ayetler: Bakara 10, Maide 52, Enfal 49, Hac 53, Nur 50, Ahzab 12, 32, 60, Muhammed (sallallahu aleyhi ve alihi) 20 ve 29, Müddessir 31.

<sup>158</sup> Abdulkakî, *el-Mu'cemu'l-Müfehres*, "kalp" ayetleri.

<sup>159</sup> Tabatabaî, *el-Mizan*, c. 5, s. 619.



**Çeşitli dinlerde dindarlığın, asgarî sınırın ve dindarlığın mertebelerinin belirlendiği birtakım tanımları vardır. İslâmî metinlerde de dindarlığın alt sınırı ve mertebeleri tayin edilmiştir. Meselâ Allah'a itikat, Allah'ın birliğine, onun yaratıcılığına ve rububiyetine inanç, kişinin Allah'tan başka hiçbir mabud tanımaması kabul edilebilir alt sınırdır. Bunun altına düşülmesi Allah'a inanç ve dindarlık sayılamaz.**

bir bölümü bilişsel boyuta rücu etmektedir. İdrak ve anlayış yoksunluğu, taassuplar, araştırmacıların kalbinin tozlanması, akletmenin engelleri, sebepleri tanımamanın yanlış kullanımı, varlık düzeni hakkında, başlangıcı ve işleyişi üzerine sahil olmayan inançlar, bu konuda şaşkınlık, kuşku ve tereddüdün mevcut bulunması, kişilik anormalliklerinden bazısıdır. Duygusal boyutta, kendini eksen alma, kendini büyük görme, ruhsal kapasitelerini tanıma yoksunluğu, öfke ve dar görüşlülük, isteklerin, arzuların ve biyolojik ve maddî ihtiyaçların diğer bütün boyutlara galebe çalması, merhametsizlik, taş kalplilik, başkalarına sert davranma, insanlara karşı kin, haset ve düşmanlık Kur'an-ı Kerim açısından kişiliğin bazı anormal yönleri olarak kabul edilmektedir.

Zikredilen anormallikler ve hâllerin bir kişide istikrarlı ve sürekli olması durumu onun kişiliğini hasta kabul etmemize yolaçacaktır. Örnek vermek gerekirse, Kur'an açısından taş kalpli, günahkâr, kabahatli, müşrik, kör kalpli, kibirli, dar görüşlü, hayatın dünyevi tezahürlere hayran ve mutaassıp bireyler hasta kişiliğe sahip sayılmaktadır.

Dindarlık ve sağlıklı kişilik: Çeşitli dinlerde dindarlığın, asgarî sınırın ve dindarlığın mertebelerinin belirlendiği birtakım tanımları vardır. İslâmî metinlerde de dindarlığın alt sınırı ve mertebeleri tayin edilmiştir. Meselâ Allah'a itikat, Allah'ın birliğine, onun yaratıcılığına ve rububiyetine inanç, kişinin Allah'tan başka hiçbir mabud tanımaması kabul edilebilir alt sınırdır. Bunun altına düşülmesi Allah'a inanç ve dindarlık sayılamaz.<sup>160</sup>

Açıktır ki, bireyin, iman ve dindarlığın bu çerçevesinde yer alması kişilik sağlığının gereği değildir. Diğer bir ifadeyle, dindarların da kişilik bozukluklarına ve diğer ruhsal sorunlara maruz kalması mümkündür. Buna ilâveten, katı kalplilik, şirk, dar

<sup>160</sup> Misbah Yezdi, *Mearif-i Kur'an*, s. 54.



görüşlülük ve tekebbür gibi hastalıkların esintili mertebeleri dindarlıkla biraraya gelebilir. Çünkü böyle bozuklukların sırf varlığı bireyin dindarlığından tereddüt etmeyi gerektirmez. Fakat tekebbür, şirk ve katı kalplilik gibi hastalıkların şiddetlenmesi durumunda bunların dindarlıkla birarada olabilmesi daha az mümkündür. Buna mukabil, dindarlık olmaksızın kişilik sağlığı daha az oranda gerçekleşebilir. Çünkü varlıkla, kendisiyle ve başkalarıyla uygun ilişki kurabilme ancak dindarlık koşullarında gerçekleşebilir bir şeydir. Gerçi kişilik sağlığının ilk mertebeleri bazı yerlerde dindarlıktan yoksunlukla birlikte olabilir. Çünkü birey için dinin teklif edilebileceği uygun toplumsal zeminin hazırlanmadığı bir durum sözkonusudur.

Buna göre, İslâm açısından sağlıklı kişiliklerin, çoğu psikologlar gözüyle sağlıklı kişiliklerle ilişkisi ve örtüşme tarzı açıklığa kavuşturulmuş olabilir. Varlıkla, kendisiyle ve başkalarıyla ilişkilerini güzelce ve en uygun biçimde düzenleyebilmiş bireylerin ekseriyeti makbul dindarlık içindedir. Elbette ki dindarlığın ilkeleri ve İlâhî dinlerin öğretileri kendilerine pekiyi sunulmamış kimi sağlıklı kişilikler dindar olmayabilir. Buna rağmen bu bireyler bilişsel ve duygusal boyutlarda makbul özellikler taşıdıklarından ve katı kalplilik, dar görüşlülük, zihnin ürettiği önyargılı tasavvurlar ve diğer bilişsel engeller onlarda nadiren görüldüğünden dinin en uygun biçimde sunulması onlar için dindarlaşmanın zeminini de hazırlayabilir.