

TÜRK - İSLAM MEDENİYETİ
AKADEMİK ARAŞTIRMALAR DERGİSİ

JOURNAL OF THE ACADEMIC STUDIES OF
TURKISH-ISLAMIC CIVILISATION

Yılda iki kez yayımlanan uluslar arası hakemli bir dergidir.

Editör / Editor in Chief

Prof. Dr. Mehmet AYDIN

Editör Yardımcıları / Assistant Editors

Doç. Dr. Dicle AYDIN

Yrd. Doç. Dr. Ahmet ARAS

Yıl / Years : 9 Sayı / Number : 17

KONYA - 2014

TASAVVUF KÜLTÜRÜNDEKİ İHLÂS ANLAYIŞININ PSİKOLOJİK ve TERAPİK ETKİLERİ

Yrd. Doç. Dr. Esmâ SAYIN*

Öz

İhlâs kavramı, samimiyet, iyi niyet ve söz-davranış tutarlılığı kazandırması yönünden tasavvuf kültürünün en önemli kavramlarından birisidir. Aslında hayatta hal, fiil, zihin, duygu tutarlılığına ve uyumuna sahip olmanın yolu, ihlâs kavramının farkına varmak ve onu tecrübe etmekten geçer. Çünkü ihlâs sahibi olmak samimiyetsiz, menfaat merkezli ve gösterişe yönelik patolojik ruh halinden kişiyi arındırır. İhlâs sahibi insanlar, zihin ve gönül uyumunu ve bütünlüğünü kurarak onları hayata dair kararlarında güçlü kılan ve yaşam enerjisinin sağlanmasında mutlu eden tedavi edici bir güçle hayata bakarlar. Bu nedenle ihlâs sahibi olmayı başaran insanlar samimiyet, iyi niyet ve bütünlük içerisinde hayata yaklaştıkları için, duygusal çatışmalarını da çözmüş olurlar. Yine onlar, daha önce yaptıkları olumsuz alışkanlıkları ortadan kaldırma kararlılığı içerisinde ruhsal uyumla beraber dürüstlük disipliniyle yaşamı içselleştirirler. Aynı zamanda ihlâs sahibi olmak, kişinin kendini-bilme, vicdanlılık ve empati gücü tecrübesi üzerinde yardımcı bir unsurdur. İhlâs anlayışı; çatışma, aşağılık kompleksi ve narsistik kişilik bozukluğu, kimlik ve kişilik bozukluğu üzerinde de tedavi ve terapi edici bir etkiye sahiptir.

Anahtar kelimeler: ihlâs, tasavvuf, tasavvufî ve psikolojik bakış açısı, kendini-bilme, vicdanlılık, empati.

Psychologic and Therapic Effects of Pure Love in Sufistic Culture

Abstract

The concept of ihlâs (pure love), is one of the most important concepts of sufistic culture, as it enhances sincerity, good will and talk-action consistency. In fact, the way of having state, action, mind and emotion consistency and harmony in life, is earned through being aware of the concept of ihlâs and experiencing it. Because having ihlâs purifies a person from being insincere, self-centred and show-off state of pathological spirit. People with ihlâs, establish mind and heart harmony and integrity and perceive life with a healing power, which empowers them in their decisions towards life and creates energy of life. Therefore, people who succeed in reaching ihlâs approach life with sincerity, good will and integrity and resolve their emotional conflicts. Again, they are tenacious to eliminate their previous negative habits, and internalize life with spiritual

* Adıyaman Üniversitesi İslamî İlimler Fakültesi İlköğretim Din Kültürü ve Ahlak Bilgisi Eğitimi Bölümü.

harmony and honesty. In addition, reaching the state of ihlâs also assists a person in self-consciousness, scrupulosity and power of forming empathy. İhlâs also has a healing and therapic effect on conflict, inferiority complex and narcissistic personal disorder, identity and personality disorder.

Keywords: ihlâs (pure love), sufism, sufistic and psychological perspective, self-consciousness, scrupulosity, empathy.

1. Giriş

İhlâs, söz-fiil ve ibadetlerde samimi olmak manasına geldiği için, ruhsal sağlığın ön koşuludur. Bu yönüyle Tasavvuf Psikolojisi açısından söz ve davranış samimiyeti ve bütünlüğü olan ihlâsın ruh sağlığı üzerindeki psikolojik ve terapik etkilerini bu makalede ele alacağız. Tasavvufî kavramları, psikolojik ve terapik etkileriyle ele alacak olursak, onları sūfi bakış açısıyla kavramak ve günlük hayat içerisinde yaşamak mümkün olabilecektir. İnsanın ruh ve kalp uyumunu ve bütünlüğünü sağlamaları açısından tasavvufî kavramlar, psikolojik ve terapik etkileriyle ele alınmak durumundadır. Bu nedenle tasavvufî ve psikolojik bakış açısıyla ihlâs anlayışının etkileri bu makalede ele alınacaktır.

1.1. İhlâs Anlayışının, Kendini-Bilme ve Vicdanlılık Üzerindeki Psikolojik ve Terapik Etkisi

“İhlâs, gösterişi bırakmak; itaatte ve ibadette samimi olmaktır. İhlâs, kalbi keder veren her türlü halden kurtarmak ve Allah’a tam bir doğrulukla kullukta bulunmaktır. İnsanın işlerinde Allah’tan başkasından karşılık beklememesidir”¹. Bu manada “İhlâs, dinî amelleri, kibir ve riyadan temizleyip samimi hale getirmektir. İhlâs, insanın yapmış olduğu ameli bütün kirlilerden temizlemesi ve gösterişi terk etmesidir. Aynı zamanda o, yapılan işlere güvenmemektir. Zira amele güvenmek, irfanın noksanlığına işarettir”². İnsan Allah’ın kendisine ikram ettiği yetenek ve imkânları görmezden gelerek kendi yaptığı işin başarısını sadece kendisinin başarısı olarak görürse ihlâs anlayışına aykırı davranmış olur. İnsanın narsist bir çerçevede sadece kendi başarı ve yeteneklerini görmesi, Rabbî’nin kendisi üzerindeki lütfünü ve ikramlarını görmesine engel olur. Esas olan başarı, yetenek ve imkânların Allah’la bütünlük kurularak insanların istifadesine sunulmasıdır.

İnsanın gösterişi ve yapay hallerini bırakarak gerçek samimiyeti hissetmesi ve onu yaşaması olan ihlâs anlayışı, kişiye inançta ve amellerde bir şuur ve bilinç hali kazandırır. Kişinin inanç samimiyeti ve bilinci kazanması olan ihlâs, insana kendisini-bilmesi ve ona kendisi hakkında gerçek bir bilince sahip olması hali olan hakiki bir bilinç kazandırır. Kişinin kendisi hakkındaki ruhsal ve

¹ Ethem Cebecioğlu, *Tasavvuf Terimleri ve Deyimleri Sözlüğü*, Anka Yayınları, İstanbul, 2004, s. 298.

² İsmail Ankaravî, *Minhâcü'l-Fukara*, (haz. Saadetin Ekici), İnsan Yayınları, İstanbul, 1996, s. 252.

psikolojik bilinç hali, onun kendisini-bilme sürecini ortaya koyar. Bu manada "Kişinin kendisini-bilme (self-consciousness) süreci, onun başkalarından ayrı bir insan olarak kendi sosyal kimliğinin farkında olmasıdır. Bu bağlamda onun kendisini-bilme süreci, onun insanların arasındayken kendi güdülerinin, davranışlarının vb. farkında olması ve görünümü, davranışları konusunda aşırı duyarlı olmasıdır"³. Kendisini bilen kişi, samimi ve dürüst bir yaşam bilinciyle iş ahlakı ve ibadet bilinci geliştirebilir. İhlâs, insana kendisi hakkındaki hakiki bilinci sunarak ona yaşam tercihlerinde doğru değer yargıları kazandırır.

"İnsanın kendi yaptığı işlere güvenmesi, hakikate vakıf olanlar nezdinde zillettir. Sevap kazanmak için amel etmek ve ihlâsa yönelmek, ihlâsı elde etmeye mânidir. Bir kimsenin şöhret için amel etmesi de, ihlâsa mânidir. Bütün bağlamda ihlâs, bütün bunlardan amelleri uzak tutmaktır. İhlâs, içerisinde nefsin haz duyacağı ve böbürleneceği şeyin bulunmadığı bir vasıftır"⁴. "O, insanın kendisini görme duygusunun kalkması ve kendi fiillerini görmemesidir"⁵. "Kulluk ve tevhit, amaca ulaştıran birer vesiledir. Bunlardan biri, Allah'a isimleri ve sıfatları ile O'na yönelmek, diğeri de O'na kullukla yönelmektir"⁶. Kulluk ve tevhidin özüne, ihlâs denilen inançta ve fiillerde sadece Allah'ı bilmek ve görmek olan ahlakî bir üstünlükle kavuşulabilir. İnsan inançta ve fiillerde sadece Rabbini görürse, O'na tam bir inançla bağlanabilir ve samimiyeti yakalayabilir. İnanç ve fiillerde kendisini görürse, samimiyet ve tevazudan da uzaklaşabilir.

İnsan, inanç ve fiillerde sadece kendisini görürse ve bu manada samimiyet ve tevazudan uzaklaşırsa, ihlâs anlayışından sapar. Bu noktada "Allah Teâlâ'dan başka bir mahlûk için yapmacık bir şey işlemek, sadece insanların övgüsünü kazanmak, onlar tarafından sevmeyi arzulamak ve Allah Teâlâ'ya yaklaşma niyeti dışında herhangi bir mana ve maksat taşımak, ihlâsa mânidir. İnsanlar, ihlâslarında ihlâs gördükleri zaman ihlâsları ihlâsa muhtaç olur. Zaten ihlâslı kimse, ihlâs üzere olur. Fakat bunu görmez, görürse ihlâsı eksiktir. Samimi olduğunu düşünmekten kaynaklanan kibir duygusunu içinde taşımaksızın samimiyetle ve gerçek bir dürüstlikle çalışan ve ibadet bilinciyle gayret eden bir kişi için vicdan melekesi canlanır. Bu noktada "vicdan, yapılan ve düşünülen eylemlerin doğru veya yanlış olduğuna karar veren içselleştirilmiş ahlakî ilkeler toplamıdır"⁷. "Aynı zamanda vicdan, doğru ile yanlış ayırma sezgisi ve yeteneğidir ki, ahlakî değerlendirmeler ve referanslar hep vicdanla şekillenir"⁸. Samimi ve dürüst bir çalışma disipliniyle işlerini ve ibadetlerini

³ Selçuk Budak, Psikoloji Sözlüğü, Bilim Sanat Yayınları, Ankara, 2000, s. 576.

⁴ Ankaravî, a.g.e., s. 252.

⁵ Serrâc Tûsî, el-Lümâ fi Tarihi't-Tasavvufi'l-İslamiyyi, Dâru'l-Kütübi'l-İlmiyyeti, Beyrut, 2001, s. 221.

⁶ İbn Kayyım Cevziyye, Medaricu's-Salikîn, Darü'n-Nifâs, Beyrut, 1979, s. 30.

⁷ Budak, a.g.e., s. 810.

⁸ C. Langston, Conscience and Other Virtues, The Pennsylvania State University Press, Pennsylvania, 2001, s. 176.

yerine getirme bilincini geliştirdiği için ihlâslı bir kişide, doğru ile yanlış ayırt etmeye yönelik değer yargıları da en üst düzeyde tecrübe edilebilir.

1.2. İhlâs Anlayışının, Çatışma ve Aşağılık Kompleksi Üzerindeki Psikolojik ve Terapik Etkileri

Samimiyet ve dürüstlüğün ölçüsü olan ihlâs için üç belirti, onun gerçek kalitesini gösterir: "Kişinin nezdinde halkın övmesi ve yermesinin eşit olması, amelde ameli görmeyi unutmak, amelin ahirette sevap gerektirdiğini de unutmak"⁹. İhlâsın zıddı, riyadır. "Riyanın da üç temel sebebi vardır: Övülme arzusu, yerilme endişesi ve başkalarının elindeki nimetlere göz dikmedir. Bu sebepleri ortadan kaldırmak, ilim ve amel sayesinde mümkündür. Buna göre insan bilmelidir ki, riya ameli mahveder; uhrevî ziyana sebep olur. Bir insan yaptığı işi, gerçek bir samimiyetle sadece Allah'ın rızasını ve sevgisini kazanma amacıyla yaparak, insanlar tarafından övülme arzusu ve yerilme endişesini kalbinden çıkarırsa iç dünyasındaki mantık-duygu dengesini oluşturabilir. Bu nedenle ihlâs sayesinde insan, mantık-duygu dengesini oluşturarak ruhsal çatışmalarını (conflict) etkisiz hale getirebilir. "Bu yönüyle çatışma, en genel anlamıyla birbiriyle uyumsuz olan iki güç-düşünce, duygu ve dürtü- arasındaki karşıtlıklardır"¹⁰. "Duygusal çatışmalar gerilim, baş ağrısı, iç gerginlik ve huzursuzluğun en temel sebebidir"¹¹. Bu karşıtlıklar, zihin ve gönül dengesini kuramamış insanlar açısından bir bunalım nedenidir. Bu nedenle çatışmalar, insanın hayat kararlarını ve yaşam enerjisini daraltan bir etkiye sahiptir. Bu açıdan ihlâs anlayışı, kişide gerçek samimiyeti, iyi niyeti ve hedef-amel bütünlüğünü ortaya çıkartarak ve onda zihin-gönül dengesini oluşturarak onu hayata dair kararlarında ve yaşam enerjisinin sağlanmasında tedavi edici bir etkiye sahiptir.

İnsanlara yaranmak ve onların vereceği değeri hesap ederek ibadet etmek, sadece riyadır. Gerçek samimiyet ve iyi niyetten uzaklaşarak bir işi yerine getirmek veya bir işi yaparken insanların ne düşüneceğini veya ne söyleyeceğini hedefleyerek bir işi yapmak ihlâsın ruhuna aykırıdır. Sadece insanların ne düşüneceğine odaklanarak gerçek samimiyet ve iyi niyetten uzaklaşarak bir işi yapmak insandaki aşağılık kompleksinin bir sonucudur. Çünkü "Aşağılık kompleksi, insanın genel anlamıyla yetersizlik veya aşağılık duygularını ifade eder. Bu kompleks, insanın başkalarıyla veya belli bir standartla kendisini karşılaştırma temelinde kişinin kendine yönelik olumsuz, eleştirel tutumu veya duyguları olarak tasvir edilir"¹². "Bu noktada aşağılık duygusu, kişinin kendisini başkalarıyla kıyas ederek küçük görmesine; onlardan yetersiz, yeteneksiz ve zayıf hissetmesine ve insanların kapasite ve yeteneklerini kendisi

⁹ Abdülkerim Kuşeyri, Risâletü'l-Kuşeyri, Daru'l-Hayr, Beyrut, 2003, s. 290.

¹⁰ Budak, a.g.e., s. 178.

¹¹ Carl Gustav Jung, Human Symbols, John Moores Press, London, 1964, s. 80.

¹² Budak, a.g.e., s. 95.

için hayalî bir düşman görmesine neden olabilir"¹³. Bu nedenle aşağılık kompleksi, samimiyetsizlik duygusuyla beraber işi gerçek amacından ve Hak rızasından saptırarak gösteriş duygusuyla yapmanın neticesidir; onlara motive eden temel duygusudur. Saygı ve tevazu içerisinde Allah huzurunda eğilerek haddini bilmiş; samimiyet ve iyi niyet içerisinde bir işi ve sorumluluğu kucaklayış aşağılık kompleksinin en etkili ilacıdır.

1.3. İhlâs Anlayışının, Empati Gücü Üzerindeki Psikolojik ve Terapik Etkisi

"İhlâs, Allah Teâlâ ile kul arasında bulunan bir sırdır: Melek bilmez ki sevabını yazsın, şeytan bilmez ki açığa çıkarsın, nefsin, haberi olmaz ki onu vesile yaparak kendini beğensin"¹⁴. Bununla beraber "İhlâs, kulun her şeyden kesilerek Yüce Allah'a yönelmesi, işlediği her işten dolayı O'na dönmesi ve her fiilini bir tevbe sebebi olarak görmesidir. Muvaffak kılan gerçek güç ve kuvvet sahibi Allah'tır"¹⁵. Gösteriş, makam ve saygınlık kazanmak için insanlar katında güzel görünme istediği gibi her türlü art niyetten arınmış dindarlık, Allah'a ait ve layık olan dindarlıktır. Samimiyet ve iyi niyetten beslenen ve gösteriş, makam ve saygınlık kaygısından uzak dindarlık, özünde ihlâs anlayışının olduğu bir dindarlıktır. Özünde ihlâs anlayışının bulunduğu bir dindarlık, insana ilahî bütünleşmeyi yaşatırken insanlık ailesiyle de ortak değerler sistemi yaşadığı esnada ona empati yetisini kazandırabilir. "Zaten empati; kişinin başka insanların psikolojik yapılarını, duygularını ve düşüncelerini şefkat duygusunu merkeze alarak ve kendini onların yerine koyarak hissedilme yeteneğidir"¹⁶. Bu yetenek, empatiyi bir kenara koyarak oluşturulan bir ihlâs anlayışını merkeze almayan bir dindarlık sistemi açısından geliştirilemez. Bu nedenle özünde samimiyet, iyi niyet ve menfaat duygusunu en aza indiren bir dindarlık anlayışını oluşturan ihlâs anlayışı, Allah'a teslimiyeti içerirken aynı zamanda başkalarının acılarına, mutluluklarına ve umutlarına da ortak olmayı ve umutlarını arttırmayı da hedefler.

1.4. İhlâs Anlayışının, Narsistik Kişilik Bozukluğu Üzerindeki Psikolojik ve Terapik Etkileri

"Makam ve can sevgisi, methedilme arzusu ve kendini diğer insanların içerisinde üstün görme özellikleri baş gösterince insanda ihlâs nuru yavaş yavaş sönmeye başlar. Çünkü Allah, tüm afetlerden arındırılmış amelleri kabul eder. Aynı zamanda ihlâssızlıktan meydana gelen manevî hastalıklar çoktur. Bunlar başıboş bırakılırsa imanı yok ederler. Bazı gedikler bırakılınca da şeytan hemen

¹³ M. Gelder, D. Gath, R. Mayou, P. Cowev, Oxford Textbook of Psychiatry, Oxford University Press, New York, 1996, s. 161.

¹⁴ Ebu Bekir Muhammed Kelâbâzi, et-Taarruf li Mezhebi Ehli't-Tasavvuf, Daru'l-Kutubi'l-İlmiyyeti, Lübnan 1993, s. 149.

¹⁵ Kelâbâzi, a.g.e., s. 149.

¹⁶ LD. Batson, Distress and Empathy, Journal of Personality, New York, 2006, s. 55.

oralardan nüfuz eder. Allah Teâlâ, menfaatperest ve samimiyetsiz müslümana öfke duyar. Müslüman'a yaraşan, Allah yolunda O'nun sevgi ve rızasını kazanma çabasında tüm arzu ve taleplerini feda etmesidir"¹⁷. İhlâs gerçek bir samimiyet, iyi niyet ve menfaatten uzak saf ve temiz bir kalbin arınmışlık ölçüsüdür. İşlerdeki samimiyet ve iyi niyetin kalitesi, ihlâsla anlaşılır. Bu nedenle "İhlâs bir süzektir, işi onunla süzerler. Şirk ve riya bulanıklarını süzüp ortaya çıkartan cevher, ihlâstır. Dünya nimetlerini ve menfaatlerini gönlün terk etmesi, nefsin zühdüdür. Ahiret nimetlerini ve menfaatlerini gönlün terk etmesi ise, gönlün zühdüdür"¹⁸. Menfaatten arınmış, saf, temiz ve katıksız ruhun özü, ihlâstır. Bu manada "İhlâs, ibadet ve davranışları yalnız Allah'a has kılarak yapmak ve onları Allah'ın sevgi ve rızasını kazanma dışındaki başka düşüncelerden temizlemektir"¹⁹.

İhlâs saf, temiz, katıksız bir ruhu oluştururken, bütün davranışlar ve bedensel hassasiyetler bu durumdan etkilenir. Bu noktada "İbn Arabî, ruh-beden ilişkisi bağlamında ruhun bedene göre şekillenmesini, rüzgârla rüzgârın uğradığı yer arasındaki ilişkiye benzetir. Rüzgâr hoş kokulu bir yere uğradığında, o yerin güzel kokusunu alır ve taşır. Kötü kokulu bir yere uğradığında, kötü kokuyu alır ve taşır. Ruh da, İbn Arabî'ye göre, benzer biçimde iyi mizaçlı bir bedene uğradığında iyi, kötü mizaçlı bir bedene uğradığında ise kötü olur"²⁰. Bu açıdan ruhu besleyen ve güzelleştiren en etkili hazine de, ihlâs'tır.

İhlâs anlayışı, samimiyet ve iyi niyet içerisindeki dünya ve ahiret menfaatlerini aşan bir ruh iklimini inşa ederken, benmerkezci ve insanın sadece kendisine âşık olduğu ve kendisini yücelttiği kişilik yapısını en iyi tanımlayan narsistik kişilik bozukluğuna (narcissistic personality disorder) en güçlü darbeyi vurur. "Narsistik kişilik bozukluğu; görkemli bir eşsizlik, önemlilik, yeterlilik duyguları ve zihnin sınırsız başarı kazanma fantezileriyle meşgul olması, başkalarından sürekli ilgi ve hayranlık görme ihtiyacı, başkalarının eleştirisi ve değerlendirmelerine karşı aşırı duyarlılık ama başkalarına karşı empati yokluğu olarak tasvir edilir. Aynı zamanda narsistik kişilik bozukluğu; başkalarını kullanma, aşırı idealleştirmeye aşırı küçümseme arasında gidip gelme vb. özelliklerle tanımlanan bir kişilik bozukluğudur"²¹. "Yine narsistik kişilik, kibir ve prestij, bir güç ve yeterlilik duygularıyla aşırı meşgul olurken, aynı zamanda ben merkezci bir anlayışla hayatını sürdürür"²². İhlâs anlayışı samimiyet, iyi niyet, menfaate dayalı olmayan sağlıklı insan ve toplum ilişkileriyle kişiyi geliştirirken, onu "ben" merkezci anlayıştan "biz" merkezli bir anlayışa doğru

¹⁷ Muhammed Gazâlî, Müslüman'ın Ahlâkı, Ribat Yayınları, Konya, 1997, s. 103.

¹⁸ Feridüddîn Attar, Tezkiretü'l Evliyâ, (haz. Mehmet Zahit Kotku), Dilek Matbaası, İstanbul, s. 205.

¹⁹ Hasan Kâmil Yılmaz, Anahatlarıyla Tasavvuf ve Tarikatlar, Ensar Neşriyat, İstanbul, 2002, s. 169.

²⁰ Tahir Uluç, İbn Arabî'de Sembolizm, İnsan Yayınları, İstanbul, 2007, s. 300.

²¹ Orhan Hançerlioğlu, Ruh Bilim Sözlüğü, Remzi Kitabevi, İstanbul, 2003, s. 258.

²² Theodore Mellon, Personality Disorders, John Wiley and Sons Press, New York, 1996, s. 393.

kaydırır. Böylece ihlâs anlayışı, kişiyi hem Rabbiyle hem de içinde bulunduğu toplumla birleştirip bütünleştirerek içindeki ben merkezci narsist yapıyı tedavi ve terapi eder.

1.5. İhlâs Anlayışının, Kimlik ve Kişilik Bozukluğu Üzerindeki Psikolojik ve Terapik Etkileri

İhlâsın özünde samimiyetin, iyi niyetin ve menfaatlerden arınmış bir ruhsal yapının esaslı bir yeri varken riya, kötü niyet ve samimiyetsizliğin bir sonucudur. Üstelik bu samimiyetsizlik, kulun Allah'a karşı yapmak zorunda olduğu ibadetlerde bulunursa, riyanın dinî yönden ne kadar tehlikeli olduğu ortaya çıkar. Bu bağlamda "Riya, Allah'a ibadet ederken insanları amaçlamaktır"²³. Hâlbuki insanlara yaranmak ve onların vereceği değeri hesap ederek ibadet etmek, sadece riya'dır. İhlâs merkezli hayat ve ibadet anlayışı, ruhsal sağlığın ve sağlıklı bir toplumun ön koşuludur. Zaten "Dosdoğru yaratılış dinine inanan kimsenin yapacağı dosdoğru bütün ibadetler onu başta ruhî hastalıklar olmak üzere bedenî hastalıklardan koruyacaktır. Ayrıca çeşitli ibadetlerdeki farklı unsurlar da buna yardım edici durumdadır"²⁴.

İhlâs anlayışı, insanı samimiyetsiz, menfaat merkezli ve gösterişe yönelik patolojik ruh halinden arındırdığı ve ona birtakım ilahi vasıflar kazandırdığı için kişilik bozukluklarının da tedavi ve terapisinde etkilidir. "Bu bağlamda kişilik bozukluğu (personality disorder); derinlere kök salmış, kişinin genel yaşama özellikle mesleki-sosyal işleyişinde bozulma veya ruhsal yapısında bunaltı yaratacak kadar ağır olan uyumsuz algılama ve davranma yapısıyla tanımlanan genel kişilik gelişimindeki bozukluklara bağlanan çeşitli davranış bozukluklarının ortak adıdır"²⁵. "Kişilik bozuklukları, bir nevi karakter bozukluğu olarak da tanımlanarak davranışları bozan unsurları da içine almaktadır"²⁶. İhlâs anlayışı; kişiyi henüz keşfedemediği ilâhî özüyle karşılaştırdığı ve kişiyi menfaate dayalı samimiyetsiz ruh halinden arındırdığı için kişilik bozukluklarının temelinde yatan karakter zafiyetlerini ortadan kaldırır. Bu manada karakter zafiyetlerini ortadan kaldıran ihlâs anlayışı kişilik bozukluklarını da tedavi ve terapi eder.

2. Sonuç

İhlâs, insanı samimiyetsiz, menfaat merkezli ve gösterişe yönelik patolojik ruh halinden arındırdığı ve ona birtakım ilahi vasıflar kazandırdığı için ruhsal mutluluk ve huzurun psikolojik ve manevî kaynağıdır. Mesela yaşamından lezzet alan, kendine saygı duyan ve duygu istikrarını yakalayan kişi, hem ruhsal sağlığın bir ön şartını gerçekleştirmiş olur; hem de psikolojik sağlığın özünü ve

²³ Mustafa Çağrıncı, *Gazâlî'ye Göre İslâm Ahlakı*, Ensar Neşriyat, İstanbul, 1982, s. 196.

²⁴ Mehmet Bayraktar, *İslâm İbadet Fenomenolojisi*, Akçağ Yayınları, Ankara, 1987, s. 28.

²⁵ Budak, a.g.e., s. 455.

²⁶ O. Kernberg, *Personality Disorder*, New Haven, CT., Yale University Press, New York, 2006, s. 78.

anlamını yakalamış olur. Zaten tasavvufî bakış açısı içerisinde ihlâs anlayışı; narsizm, egoizm, bireysellik, yalnızlık, dışlanmışlık, yabancılaşıma, aşağılık duygusu, umutsuzluk vb. olumsuz ruh hallerinin azaltılması ve yatıştırılmasında önemli bir etkiye sahiptir. Çünkü ihlâs anlayışı, insana samimiyet, iyi niyet, duygu-zihin uyumu, güven ve bütünlük duygusu gibi psikolojik ve ruhanî durumlar kazandırmaktadır. Bu durum da rahatlatıcı, teselli edici ve huzur sağlayıcı bir etkiye yol açmaktadır. Bu bağlamda imanın, ibadetin ve samimiyetin özü ve koruyucusu olan ihlâsın da, kimlik ve kişilik bozukluklarının, ruhsal çatışmaların, üzerinde olumlu psikolojik ve terapik etkileri olduğu sonucunu söylemek durumundayız.

KAYNAKLAR

- ANKARAVÎ, İ., 1996, *Minhâcî'l-Fukara*, (haz. Saadettin Ekici), İnsan Yayınları, İstanbul.
- ATTAR, F.,----- *Tezkiretü'l Evliyâ*, (haz. Mehmet Zahit Kotku), Dilek Matbaası, İstanbul.
- BATSON, LD., 2006, *Distress and Empathy*, Journal of Personality, New York.
- BAYRAKTAR, M., 1987, *İslâm İbadet Fenomenolojisi*, Akçağ Yayınları, Ankara.
- BUDAK, S., 2000, *Psikoloji Sözlüğü*, Bilim Sanat Yayınları, Ankara, s. 576.
- CEBECİOĞLU, E., 2004, *Tasavvuf Terimleri ve Deyimleri Sözlüğü*, Anka Yayınları, İstanbul
- CEVZİYYE, İBN K., 1979, *Medaricu's-Salikîn, Darü'n-Nifâs*, Beyrut..
- ÇAĞRICI, M., 1982, *Gazâlî'ye Göre İslâm Ahlakı*, Ensar Neşriyat, İstanbul.
- GAZÂLÎ, M., *Müslüman'ın Ahlakı*, Ribat Yayınları, Konya, 1997.
- GELDER, M., D.; Gath, R. Mayou, P. Cowev, 1996, *Oxford Textbook of Psychiatry*, Oxford University Press, New York.
- HANÇERLİOĞLU, O., 2003, *Ruh Bilim Sözlüğü*, Remzi Kitabevi, İstanbul.
- JUNG, C. G., 1964, *Human Symbols*, John Moores Press, London.
- KELÂBÂZÎ, Ebu B. M., 1993, *et-Taarruf li Mezhebi Ehli't-Tasavvuf*, Daru'l-Kutubi'l-İlmiyyeti, Lübnan.
- KERNBERG, O., 2006, *Personality Disorder*, New Haven, CT., Yale University Press, New York.
- KUŞEYRÎ, A., 2003, *Risâletü'l-Kuşeyrî*, Daru'l-Hayr, Beyrut.
- LANGSTON, C., 2001, *Conscience and Other Virtues*, The Pennsylvania State University Press, Pennsylvania.
- MELLON, T., 1996, *Personality Disorders*, John Wiley and Sons Press, New York.
- TÜSÎ, S., 2001, *el-Lümâ fi Tarihi't-Tasavvufi'l-İslamiyyi*, Dâru'l-Kütübî'l İlmiyyeti, Beyrut.
- ULUÇ, T., 2007, *İbn Arabî'de Sembolizm*, İnsan Yayınları, İstanbul.
- YILMAZ, H. K., 2002, *Anahatlarıyla Tasavvuf ve Tarikatlar*, Ensar Neşriyat, İstanbul.