



Dorlion Journal

Academic Social Studies / Akademik Sosyal Arařtırmalar

Vol: 1 / Issue: 1, p. 137-143, June 2023

Tez Tanıtımı Ve Değerlendirme: İslam Ahlak Felsefesinde Üzüntünün Nedenleri ve Çözüm Yolları, Kader Okçu

Thesis Presentation And Evalauation: The Causes of Sorrow and Solutions in Islamic Moral Philosophy, Kader Okçu

DOI: <https://doi.org/10.5281/zenodo.8078305>

Tez Tanıtımı /
Thesis Presentation

Makale Geliş Tarihi /
Article Arrival Date

16.05.2023

Makale Kabul Tarihi /
Article Accepted Date

24.05.2023

Makale Yayın Tarihi /
Article Publication Date

30.06.2023

Dorlion Journal

Büşra Özkeçeci Bulut

busra_ozkececi@hotmail.com

ORCID ID

<https://orcid.org/0009-0008-6558-746X>

SCREENED BY

iThenticate
Professional Plagiarism Prevention

Öz

İslam filozoflarına göre insan yeryüzünde mutluluğu hedefler. Kiş bu hedefe üzüntüden kurtulmak suretiyle ulaşır. Çalışma ilk çağ filozoflarından Stoacıların bu amaca giden görüşleri ile başlamaktadır. Akabinde İslam Ahlak filozoflarının görüşleri ve günümüzde çalışmalarını üzüntü ve mutluluk üzerine sürdüren psikologların tespitleri ele alınmaktadır. Üzüntünün mahiyeti, ortaya çıkış sebepleri, insanların kültür farklılıklarına rağmen ortak olarak hissettiği duygu durumları üzerinde durulmuştur. Ele alınan çalışmada insanların üzüntü ve üzüntüye neden olan hastalıklara karşı bakış açılarının ve yüklediği anlamların zamanla değişip değişmediğini kronolojik bir halde tespit etmek en temel amaçlardan olmuştur. Bu amaç doğrultusunda güncel psikoloji alanından sıklıkla yararlanılmıştır. İncelenen çalışmada geçmişten bugüne tüm insanlığın merkezinde olan üzüntü, kaygı, korku, endişe gibi hislere sebep olan hastalıklar, insanların asıl gayesi olan mutluluğa ulaşması için izlemesi gereken yollar tespit edilmiştir. İslam geleneği temelinde üzüntünün kişiyi ruhsal olarak depresif durumda bırakmadığı ve kâmil mümin olma yolunda destekleyici nitelik taşıdığı üzerinde durulmuştur.

Anahtar Kelimeler: Felsefe, Üzüntü, Nefsin Hastalıkları, Mutluluk

Abstract

According to Islamic philosophers, man aims at happiness on earth. One achieves this goal by getting rid of sadness. Our study begins with the views of the Stoics, one of the ancient philosophers, towards this goal. Then, the views of Islamic Moral philosophers and the findings of psychologists who continue their work on sadness and happiness today are discussed. The nature of sadness, the reasons for its emergence, the emotional states that people feel in spite of cultural differences are emphasized. In the study discussed, it has been one of the most basic objectives to

Citation Information/Kaynakça Bilgisi

Özkeçeci Bulut, Büşra. "Tez Tanıtımı Ve Değerlendirme: Okcu, Kader. İslam Ahlak Felsefesinde Üzüntünün Nedenleri ve Çözüm Yolları". Uluslararası Dorlion Akademik Sosyal Araştırmalar Dergisi (DASAD) 1/1 (June 2023), 137-143. <https://doi.org/10.5281/zenodo.8078305>

determine whether people's perspectives and meanings against diseases that cause sadness and sadness have changed over time, in a chronological manner. For this purpose, the current field of psychology has been frequently used. In the study examined, diseases that cause feelings such as sadness, anxiety, fear, worry, which are at the center of all humanity from past to present, and the ways that people should follow in order to reach their main goal, happiness, have been determined. On the basis of Islamic tradition, it has been emphasized that sadness does not leave the person in a depressed state and has a supportive quality in the way of being a perfect believer.

Keywords: *Philosophy, Sadness, Diseases of the Soul, Happiness*

1. TEZİN KÜNYESİ

Okcu, Kader. *İslam Ahlak Felsefesinde Üzüntünün Nedenleri ve Çözüm Yolları*. Danışman: Prof. Dr. Kamil SARITAŞ. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, (Eskişehir: Eskişehir Osmangazi Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, 2022).

2. TANITIM VE DEĞERLENDİRME

İslam Ahlak Felsefesinde Üzüntünün Nedenleri ve Çözüm Yolları isimli Yüksek Lisans Tezi giriş, üç bölüm ve sonuçtan oluşmaktadır. Tezin giriş bölümünde öncelikle çalışmanın konusu, amacı, önemi, izlenen yöntem ve literatür değerlendirilmesi üzerinde durulmuştur. Tezin araştırma alanı olarak, Antik Yunan filozoflarıyla da ilişkilerini ortaya koyarak İslam Ahlak filozoflarında insanın ruh ve bedenden oluşan yapısı merkeze alınarak üzüntüyle başa çıkmanın yolları ele alınmaktadır. Üzüntünün insanın maddi ya da manevi olarak istediklerini yapamaması, başına gelen bela ve musibetlerden gelen hüznler, elinde bulunan maddi imkânları kaybetmesi ve en çok da birini kaybettiği için meydana gelen tepkiler sonucunda oluştuğuna değinilmiştir. Daha sonra bu bölümde tezde izlenen yöntem ve literatür taraması başlığı altında tezin faydalandığı kaynaklar verilmiştir.

Birinci bölümde “Kavramsal Temellendirme” başlığı altında, üzüntü ve mutlulukla ilgili ilk çağdan Stoacıların görüşleri incelenmiş, daha sonra İslam ahlakçıların görüşleri de ele alınarak değerlendirme yapılmıştır. Bu bölümde merkeze alınan kavramlar üzüntü ve mutluluk temelli olup bu iki kelimeyle bağlantılı olan kavramlara yer verilmiştir. Bu kavramlar sırasıyla şöyledir: üzüntü, keder, mutluluk. Konuyla ilgili üzüntüye ve mutluluğa neden olan durumlar ifade edildikten sonra üzüntünün bireysel farklılıklar çerçevesinde ele alınması gerektiği vurgulanmıştır. Kişilerin bireysel farklılıkları, yaşantıları, aile yapısı ve kültürel faktörler göz önüne alınarak değerlendirilmesi gerektiğine dikkat çekilmiştir. Aynı zamanda üzüntü konusunda İslam ahlakçıların insanın hayatını duraklatan, yaşama sebebini sorgulatan ve dünyalık menfaatleri elde edememesi sonucu meydana gelen üzüntüyü yedikleri üzerinde durulmuştur. Aksine İslam ahlakçıları insanın olgunlaşmasını sağlayan üzüntüyü kınamadıklarını insanın ondan ders çıkararak olgunlaşma aracı olarak görmesini tavsiye etmişlerdir. Bu bölümde son olarak mutluluk kavramı da incelenmiştir. Üzüntü kavramında olduğu gibi dünyalık bir şey elde edildiğinde duyulan mutluluktan bahsedilmemektedir. Burada özellikle insanı iyiye ve güzele yönelten, yaratılış amacını

anlamaya çalışan bir mutluluk anlayışı incelenmiştir. Çünkü mutluluk bizatihi kendisi için istenilen şeydir. Filozofların çoğunluğunun da ifade ettiği gibi mutluluğa engel olan sebeplerin başında nefsi hastalıklar gelir. Kişinin mutlu bir hayat sürmesi için nefsin sağlığına dikkat etmesi gerektiği vurgulanmıştır. Nefsin sağlığı ise, her türlü olumsuz tutum ve davranışlardan uzaklaşarak nefsin erdemlerle süslenmesiyle mümkün olacağına dikkat çekilmiştir.

İkinci bölümde “Üzüntü ve Kederin Nedenleri” başlığı altında üzüntü ve kedere neden olan hastalıkları ele almıştır. Burada filozofların bu hastalıkları tespit etmelerini, tespit ettikten sonra ne gibi tedavi yöntemleri sunduğuna değinilmiştir. Bu bölüm altında şu alt başlıklar incelenmiştir; korkaklık ve korku, ölüm korkusu, nefsin hastalıkları konuları ele alınmıştır.

“Korkaklık ve korku” başlığında korku, insan hayatının vazgeçilmez duygusu olarak görülmüştür. Filozofların da dediği gibi önemli olan korkuya sebep olacak etmenlerin ortadan kaldırılmasıdır. Korku bazen insanın kendi fiillerinden, bazen de başkasının sebep olduğu durumdan çıkmaktadır. Kişi kendisinden kaynaklı korkuyu terk ederek bundan kurtulabilir. Başkasından kaynaklı oluyorsa yine o davranıştan kaçınarak kendisini korumalıdır. Korkunun tedavisi kişinin kendisinde aranmalıdır. Kişi korku uyandıran şeylerden kaçmayıp yüzleşebilirse tedavi için de ilk adımı atmış sayılır. Antik Yunan filozoflarının da söylediği gibi vaktinden önce korku anlamsızdır. İslam ahlak filozofları da bu konuda Antik Yunan filozoflarının söylediği gibi vaktinden önce korku anlamsızdır. İslam ahlak filozofları da bu konuda Antik Yunan filozoflarına katılmaktadır. Çünkü verilmek istenen mesaj bir duruma vaktinden önce korkup sanki başına gelmiş gibi üzülmüştür. Bu durumun kişiyi mutsuz ettiğine değinilmiştir.

“Ölüm Korkusu” başlığı altında ilk çağdan beri insanların ölümden değil ölüm korkusundan korktuklarına vurgu yapılmıştır. Özellikle Stoacılar ölüm korkusu üzerine durmuştur. Stoacılara göre ölüm tabiatın bir gereği olarak görülmüştür. Kişinin bundan korkmamasını, aksine insanın kendisiyle yüzleşerek ne kadar erken bu durumu kabullenirse o kadar hayattan zevk alarak yaşayacağına değinilmiştir. İslam ahlakçıları da bu konu üzerinde durarak ölüm korkusunun sebeplerini şu şekilde özetlemişler:

- 1) Ölümün gerçekte ne ifade ettiğini bilmeyenlerde,
- 2) Ruhun öldükten sonra nereye ulaşacağını bilmeyenlerde,
- 3) Kendisinin yok olacağını, kendisinden sonra âlemin ebedi devam edeceğini düşünenlerde,
- 4) Ölümden sonra kendisinde ceza ve işkence meydana geleceğini düşünenlerde,
- 5) Öldükten sonra nereye gideceğini, gittikten sonra neler olacağını bilmeyenlerde,

6) Sevdiklerini ve dünyada biriktirdiği maddi gücünden ayrılacağından korkanlarda ölüm korkusu meydana gelmektedir. Burada önemli olan ölüm korkusundan ve ölümden korkmamaktır. Bunun da en güzel yolu dünyanın geçici olduğunun kavranması ve canın insana emanet bilinciyle verildiğinin farkına varılmasıdır. İnsanın varoluşunun geçici olması, hayatın sonunda ölüm olması hayatını anlamsız kılmaz. Aksine insanda bilinç ve sorumluluk oluşturmaktadır. Çünkü en nihayetinde insan geçici şeyleri gerçekleştirmek için var olmuştur. İlk çağdan beri filozofların da üzerinde durduğu şu hakikat gibi: Bütün bir hayat ölüme koştuktan başka bir şey değildir. Bunu anlayan insanın ölümden veya ölüm korkusundan korkmasının anlamsız olduğuna değinilmiştir.

“Nefsin Hastalıkları” başlığı altında özellikle filozoflar açısından manevi hastalık olarak ele alınan konulara yer verilmiştir. İlk çağ filozofları daha çok ölüm ve üzüntü merkezli bir anlayış geliştirirlerken İslam ahlak filozofları üzüntüye neden olan nefsi hastalıkları tek tek ele alıp incelemişlerdir. Özellikle insanın beden ve ruhtan müteşekkil olduğuna bu yüzden sağlıklı ve mutlu bir hayat yaşamının sırrının insanın bedenen ve ruhen sağlığının tam olmasına bağlamışlardır. Nasıl ki bedendeki hastalıklar tespit edilip tedavi süreci başlatılıyorsa aynı şekilde manevi hastalıkların da teşhis edilip tedavi sürecinin başlaması gerektiğine vurgu yapmışlardır. Bu minvalde şu hastalıklar ele alınmıştır: Öfke, kendini beğenme, şaka, kibir ve alay etme, haset ve yalan söyleme. Öfke alt başlığı altında filozoflarca öfkenin tanımı yapıldıktan sonra öfkeye neden olan etmenlerin tanınması gerektiğine vurgu yapılmıştır. Bununla birlikte öfkenin tanınmasının da kişinin biyolojisinin, fizyolojisinin, mantıklı ve mantık dışı inançlarının, içinde yaşadığı ailenin, ortam ve kültürün bilinmesiyle doğru orantılı olduğuna değinilmiştir. Bireyler ancak öfkelerini tanıdıklarında onun yıkıcı etkisinden kurtularak kendileri için yapıcı hale getirirler. İşte sayılan bu sebeplerin ortadan kaldırılmasına yönelik tedbirlerin öfkeyle baş etmenin yollarından olduğu söylenmiştir.

Kendini beğenme alt başlığı altında kendini beğenmenin filozoflara göre tanımı yapılmıştır. Daha sonra kişinin gelişimi açısından bu hastalığın ona engel olduğuna değinilmiştir. Ve insanın ne kendisini başkasından küçük görerek değersiz hissetmesinin doğru olduğuna ne de kendini herkesten üstün görerek başkalarından farklı olduğunu düşünmesinin doğru olduğu vurgulanmıştır.

Şaka, kibir ve alay etme alt başlığından filozoflar tarafından bu kavramların tanımı yapılmıştır. İlk çağ filozoflarının özellikle insanın dünyada emanetçi olduğunu bu yüzden de kibre kapılmalarının, başkalarıyla alay etmelerinin yanlış olduğunu vurgulamışlardır. Kişinin bu hastalıklardan kurtulması için, kendi ayıplarını ve eksikliklerini düşünmesi gerektiği ifade edilmiştir. Çünkü İslam ahlak filozoflarına göre akıllı insanın kendi nefesine yönelip bu hastalıkları tedavi etmek için çabalamasının önemli olduğu vurgulanmıştır.

Haset alt başlığı altında hasedin tanımına yer verilmiştir. Burada özellikle haset hastalığının kişinin hem bedenine hem de ruhuna zarar verdiği vurgulanmıştır. Kişinin bu hastalıktan kurtulmasının ön şartı olarak bu hastalığın farkına varması gerektiği söylenmiştir.

Yalan söylemek alt başlığı altında yalanın tanımı yapılmıştır. Daha sonra bir insanın neden yalan söylediğine dair nedenlerine yer verilmiştir. Yalanın bakıldığında korkaklık, üstün gelme ve cahillikten kaynaklandığına vurgu yapılmıştır. Yalan başta söyleyen kişiye fayda verse de zamanla hakikat ortaya çıktığında kişide çok büyük acı bırakacağı vurgulanmıştır. İnsanların yalan söyleyen kişiye güvenlerinin kalmamaları ve toplumda itibarının zedelenmesi gibi durumlara sebep olmaktadır. Bu yüzden kişinin bu ve benzeri kötü sonuçlara düşmemek için yalandan uzaklaşması gerektiği ele alınmıştır.

Genel olarak bu bölümde üzüntüye neden olan faktörler ele alınmıştır. Kişinin bunları bilmesi tedavi için ön şart olarak kabul edilmiştir. Bütün yapılan açıklamaların amacının kişinin ruhunu koruması olduğuna da dikkat çekilmiştir. Çünkü insanın ruhen ve bedenen sağlıklı olması kendisini ve dünyayı anlamlandırması noktasında büyük önem arz etmektedir. Duyguların da insanın bir parçası olduğu ve önemli olan duyguların dengeli biçimde yaşandığında insana zarar vermediğine vurgu yapılmıştır. Burada özellikle amaç duyguları yok etmek değil onların kontrolünü kişinin dengeli biçimde yürütmesi olduğu ifade edilmiştir.

Üçüncü bölümde ise “Üzüntüden Kurtulma Yolları” başlığı altında, üzüntüye sebep olan hastalıkların nasıl tedavi edileceğine dair reçeteler sunulmuştur. Burada özellikle kişinin hastalıktan önce hastalığın türlerini, sebep ve belirtilerini bilmelerinin önemine değinilmiştir. Bu bölümde özellikle bu hastalıklardan kurtulmak için ilk çağdan bugüne ne gibi çözüm önerileri sunulduğu tartışılmıştır. Akıllı kişinin, nefsin hastalıklarını iyi şekilde öğrendikten sonra her türlü hastalığı kendine uygun yöntemle tedavi etmesi gerektiğine değinilmiştir. Buradan hareketle üzüntüden kurtulma yolları beş alt başlıkta ele alınmıştır. Bunlar: Zihinsel değişim: Her şey sende başlar, ontolojik farkındalık: Her şey fanidir, epistemolojik farkındalık I: Her şey değişmektedir, epistemolojik farkındalık II: İnsan sınırlı bir varlıktır ve son olarak eskatolojik farkındalık: Mutluluk ahirette olacaktır başlıkları altında üzüntüden kurtulma yolları ele alınmıştır.

“Zihinsel değişim: Her Şey Sende Başlar” alt başlığında her şeyin kişinin kendisinde başlayıp bittiğine vurgu yapılmıştır. Kişi başına gelen üzüntünün de mutluluğun da kendisi olduğunun farkına varmalıdır. Çünkü insan olaylara yüklediği anlam neticesinde üzülme ya da mutlu olmaktadır. Bu yüzden kişi her şeyin kendinde olan anlamlarla doğru orantılı olduğunu idrak etmelidir. Bunlar neticesinde bu alt başlıkta vurgulanan ilk çağdan beri insanın hüznünün de mutluluğunun da formülünün kendisinde olduğu gerçekliğidir.

“Ontolojik farkındalık: Her Şey Fanidir” alt başlığında insan bir saniye sonrasına bile sahip değilken, bütün ömre hükmedecek şekilde davranmasının ne acı olduğuna değinilmiştir. Akıllı insan kendisinin bile ebedi olmadığı şu âlemde bela ve musibetlere ebedi gözle bakmayandır. Çünkü bela ve musibetler yaratıcının vermiş olduğu imtihanlardır. Kişi kendisi bu dünyada emanetçi olduğu için elinden gidenlere üzülmesi de emanetçide olmaması gereken özelliktir. Özellikle burada insan ne kadar inkâr etse de ilk çağdan itibaren çaresi bulunmayan şeylerin başında ölümün geldiğine vurgu yapılmıştır. İlk çağdan beri tarihe

bakıldığında da tek gerçekliğin ölüm olduğu üzerinde durulmuştur. Burada son olarak ölüm gerçeğiyle beraber ümidi devam ettiren en önemli formülün, kişinin sonsuzluğa inanması olduğuna değinilmektedir. Ölümden sonra bir başka hayatın varlığı, insanda ümitsizliği yok etmeden doğru çözümler getirir ve insanın başına gelen bela ve musibetlere daha anlamlı bakacağı şeklinde yorumlanmıştır.

“Epistemolojik farkındalık: Her Şey Değişmektedir” alt başlığında kişinin değişimden korkmaması gerektiğine değinilmiştir. Çünkü dönüşüm olmadan evrende hiçbir hadise meydana gelmemektedir. Yaratılışa dair bütün olaylarda değişim ve dönüşüm bulunmaktadır. İnsan bebeklikle gözünü açtığı dünyada değişim geçirerek yaşlılıkla veda etmektedir. Bu yüzden değişim insanın fitratının gerekliliğidir. Akıllı insan fitratına uygun davranandır. Kişi başına gelen bela ve ıstıraplara da bu minvalde bakmalıdır. Özellikle burada vurgulanan her fenalığın iyiliğe, her karanlığın nura dönüştüğünün farkında olmasıdır. Başına gelen ve üzüntüye sebep olan durumlar kalıcı değildir. Bugün kendisine acı verirken ilerde mutluluk verebilir. Bütün bunlar neticesinde doğası değişime uygun olan evrende kişinin başına gelen olaylara değişmeyecek gibi anlamlar yüklemesinin doğru olmadığı vurgulanmıştır.

“Epistemolojik farkındalık: İnsan Sınırlı Bir Varlıktır” alt başlığında insanın kendi sınırlarının farkında olarak isteklerde bulunmasına, kendi iradesiyle değişmesi mümkün olmayan şeyleri değiştirmek için zorlamaması gerektiğine değinilmiştir. Kişi elinde olanlar hususunda tercih hakkına sahiptir. Yaptığı tercihler neticesinde sevinmekte ya da üzülmemektedir. Elinde olmayan durumlarda ise zayıftır. Eğer bunlara savaş açmaya kalkarsa kendisi üzülecektir. Bu yüzden burada özellikle kişinin kendisinin ve sınırlarının farkında olarak hayatını yaşaması gerektiğine vurgu yapılmaktadır. Sınırlı olan insanın sınırsız isteklerde bulunmasıyla kendisinin üzüleceğine değinilmiştir.

“Eskatolojik farkındalık: Gerçek Mutluluk Ahirette Olacaktır” alt başlığında insanın bu dünyada bütün isteklerini gerçekleştirmesinin imkânsız olduğuna değinilmiştir. Sınırlı olan insanın sınırsız isteklerde bulunması kişiyi mutsuz etmektedir. Dünyanın oluş ve bozuluş âlemi olduğu vurgulanarak bu dünyada sürekli bir değişim ve dönüşüm, kazanma ve kaybetme olduğuna dikkat çekilmiştir. Kişi başına gelen üzüntüye sebep olacak olayların geçici olduğunu bilerek ve gerçek mutluluk yurdunun ahiret olduğu bilinciyle hareket etmesi gerektiği vurgulanmıştır.

Özetle bu çalışma, insanların ilk çağdan itibaren üzüntüye ve üzüntüye neden olan hastalıklara dair bakış açılarını ortaya koymuştur. Psikoloji alanında ilk dönem filozofları ve İslam Ahlak filozofları tarafından tespit edilen, üzüntüyü yenmeye dair tedavi yöntemleri incelenmiştir. Devamında bu yöntemlerin insan hayatına nasıl etki ettiği hususunda bilgiler ortaya konulmaya çalışılmıştır. Bu bağlamda 9. ve 12. yy. arasındaki dönem filozoflarının düşüncelerine başvurulmuştur. Zamanları, kültürleri, dilleri, dinleri farklı olsa da özde insan olmak hasebiyle insanların üzüntüye dair yaklaşımlarının her dönemde gündemde olduğu ortaya çıkmış bulunmaktadır. Bunu ortaya koyarken de literatür taramasının iyi yapılmasının,

örneğin konunun sınırlarının net biçimde belirlenmesinin altı çizilmektedir. Üzüntü kelimesini inceleme çalışmasının, kelimenin ilk dönemlerden itibaren zamanla nasıl bir yolculuğunun olduğunu, insanların bu kelimeye nasıl bir anlam yüklediğini ve insanlar tarafından nasıl anlaşıldığı üzerinde durulmuştur. Bunun neticesinde üzüntüden kurtulma yolları incelenip insanlara tedavi yöntemleri sunulmuştur.
