

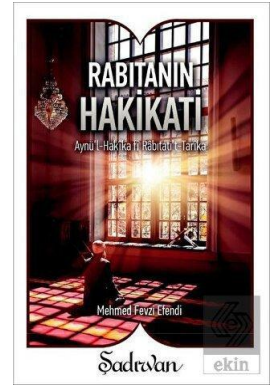
Rabitanın Psikolojik Boyutu: Tasavvufi Rehberliğin Modern Psikolojiyle Buluşması

Rabitanın Hakikati, Abdurrahman Altundağ, Şadırvan Yayınları, İstanbul 2017

ISBN 9786051592268

Dilara Çetin¹

Mehmet Fevzi Efendi (1826–1900), Osmanlı döneminin saygın tasavvuf âlimlerinden ve müftüsüdür. Tavas'ta doğup eğitime Denizli ve Manisa'da başlayan Fevzi Efendi, genç yaşta hacca giderek ilmini derinleştirmiş; Edirne Müftülüğü görevinde bulunduğu süre zarfında da pek çok eser kaleme almıştır. “Rabitanın Hakikati” adlı eserinde, mürşit ile mürid arasındaki manevi bağı ve bu bağın ruhani yolculuk üzerindeki etkilerini derinlemesine irdeleyen yazar, Osmanlı



tasavvuf geleneğinin önemli temsilcilerindendir. Eserleri; dönemin medrese eğitim sisteminin yanı sıra modern zaman da manevi rehberlik arayışını cevap veren değerli kaynaklar arasında yer almaktadır.

Günümüz şartları göz önüne alındığında, manevi ve içsel huzurunu kaybetmiş modern insan için bir mürşide yapılan rabitanın, birçok ahlaki ve manevi probleme çözüm sunabilecek nitelikte olduğunu söylemek mümkündür. Fevzi Efendi'nin bu konudaki görüşleri, rabitanın mahiyetini ve işlevini anlamamıza ışık tutarken; modern dünyada psikolojik sıkıntılar yaşayan ya da içsel huzuru bulmakta zorlanan bireyler için de hâlâ ilham verici bir kaynak niteliği taşımaktadır.

Mehmet Fevzi Efendi'nin tasavvuf anlayışı ve özellikle râbîta kavramına dair görüşleri, yalnızca manevi bir disiplin değil, aynı zamanda insan psikolojisi üzerinde de derin etkiler barındırır. Râbîta, psikolojik bir bağlanma biçimi olarak değerlendirilebilir. Günümüzdeki psikolojik kuramlar, bireyin güçlü bir rehber figürüyle kurduğu ilişkinin, öz farkındalık geliştirme ve duygusal dengeyi sürdürme süreçlerinde önemli bir etkiye sahip olduğunu

¹ KTO Karatay Üniversitesi/ Psikoloji

(Bu yazı Young Academia iş birliğinde Prof. Dr. İbrahim Işıtan yönetiminde "Sufi Psikolojisi Atölyesi" kapsamında üretilmiştir.)

ortaya koymaktadır.² Bu durum, tasavvufun bireysel terapiye olan katkılarına bir kapı aralamaktadır.

Râbitanın Psikolojik Temelleri

Râbîta uygulamasında, mürid bir rehber (mürşit) figürüyle güçlü bir manevi bağ kurar. Psikolojik açıdan bakıldığında, bu ilişki güven, rehberlik ve duygusal regülasyon mekanizmalarını güçlendiren bir süreç olarak değerlendirilebilir. Yani, kişinin duygularını tanıyıp, kontrol edebilmesi ve onlarla sağlıklı bir şekilde başa çıkabilmesidir. Örneğin, öfkelenildiğinde bağırarak yerine derin nefes alarak sakinleşmeye çalışmak duygusal regülasyonun bir örneğidir. Travma sonrası stres bozukluğu (TSSB) veya kaygı bozuklukları gibi klinik tablolarda, bireyin güvenilir bir figüre yönelerek güven duygusunu yeniden tesis etmesi, terapötik sürece olumlu katkı sağlayabilmektedir. Modern psikolojide bu durum, terapötik ittifak kavramıyla paralellik göstermektedir. Terapötik ittifak, danışan ile terapist arasındaki güvene dayalı iş birliğidir. Etkili bir terapi süreci için bu ilişkinin güçlü olması önemlidir.

Ayrıca, meditasyon veya mindfulness (anın içinde kalmayı ve o anı yargılamadan kabul etmeyi ifade eder) gibi günümüzde yaygınlaşan uygulamalarla da râbitanın benzerlikleri dikkat çekicidir. Kişinin, zihinsel odağını belirli bir figüre ya da kavrama yöneltmesi, iç huzuru ve farkındalık kazanmasını sağlayabilir. Bu da modern psikoterapilerde kullanılan tekniklerle tasavvufî öğretilerin örtüşen yanlarını ortaya koymaktadır.

Sonuç olarak, Mehmet Fevzi Efendi'nin râbîta üzerine yazdıkları, sadece manevi bir yöntem değil, aynı zamanda bireyin psikolojik dengesi ve içsel dönüşümü için etkili bir araç olarak değerlendirilebilir. Bu konunun daha iyi anlaşılması, tasavvufun insan psikolojisi üzerindeki etkileri üzerine yapılacak akademik çalışmalara ilham verebilir.

Bölümün Adı: İslâm Dini Kurtuluş Vesilesidir

Bu bölüm, İslam dininin bireyin hem dünyevi hem de uhrevi kurtuluşunu sağlayan bir vesile olduğunu vurgulamakla başlıyor. Yazar, şeriatın (İslam hukukunun) yalnızca ahiret menfaatleri için değil, aynı zamanda dünya hayatındaki huzur ve düzeni sağlamak için de gönderildiğini ifade ediyor. Burada özellikle iki temel kavram dikkat çekiyor: Tevhid (Allah'ın birliği) ve şirkten (Allah'a ortak koşma) arınma.

² Dr. Murat Açar, Ebubekir Aydın (ed.), *Psikolojik Sağlık: Kuramsal Kitap*, MEB, Ortaöğretim Genel Müdürlüğü, Ankara 2022, s. 24.

İnanç ve Psikolojik Güvenlik

İslam'ın kurtuluş vesilesi olarak sunulması, bireyin yaşamındaki belirsizliklere ve kaygılara karşı güçlü bir manevi güvence oluşturur. Hem dünyevî başarıyı hem de ahiret mutluluğunu merkeze alan bir inanç sistemine bağlılık, bireylerde anlam arayışının karşılanmasına ve güven hissinin pekişmesine aracılık edebilmektedir. Bu bağlamda, şeriatın yalnızca bir dizi dini kural değil, aynı zamanda insan psikolojisinin ihtiyaçlarına cevap veren bir rehber olduğu söylenebilir.

Şirk ve Riya Kavramları

Bu bölümde, Peygamber Efendimizin [sallallahu aleyhi vesellem] insanları hem açık hem de gizli şirkten (Allah'a ortak koşmaktan) arındırdığı ifade ediliyor. Psikolojik olarak baktığımızda, riya (gösteriş yapma) bireyin içsel çatışmalarını (Kişinin içinde farklı düşünce, duygu veya istekler arasında yaşadığı çekişmedir. Örneğin hem başarılı olmak isteyen hem de sorumluluktan kaçan biri, içsel bir çatışma yaşıyor olabilir) artırır. Çünkü riya, kişinin samimiyetsiz davranarak dış dünyadan onay beklemesine neden olur. Bu durum, özsaygıyı (Kişinin kendine verdiği değer ve kendine duyduğu saygıdır. Yüksek özsaygısı olan biri, hatalarına rağmen kendini değerli görmeye devam eder) ve manevi tatmini zedeleyen bir süreçtir. Dolayısıyla, İslam'ın riya karşıtı öğretileri, insanın içsel huzurunu ve özgünlüğünü korumasına yardımcı olur.

Râbîta ve Vesile Arayışı

Kitapta geçen bir diğer önemli konu ise "râbîta"dır. Rabîta kelimesi Arapça kökenli olup, bağ, bağlantı, ilişki anlamına gelir. Bu; bir müridin (öğrenci) kâmil bir şeyhe (olgun bir manevi rehber) bağlanarak, onun vesilesiyle Allah'a yakınlaşmaya çalışmasını ifade eder. Yazar, rabîta uygulamasının kimi çevrelerde Allah'a şirk koşmak şeklinde algılanmasına karşı çıkmakta ve bunun patolojik bir bağımlılık değil; bilakis bireyin manevi gelişimini destekleyen bir yönelim olduğunu ifade etmektedir. Psikolojik olarak râbîta, bireyin bir rehberle bağ kurarak manevi yolculuğunu kolaylaştırmasını sağlar. Bu, danışmanlık ya da mentorluk ilişkisinin manevi bir yansıması olarak görülebilir.

Ancak burada önemli bir nokta şudur: Yazar, râbîta kavramının yanlış uygulanmasının ya da istismar edilmesinin insanın saf inancını zedeleyebileceğine de işaret ediyor. Bu durum, bireyin kendi ruhsal ve zihinsel bağımsızlığını kaybetmesine yol açabilir. Dolayısıyla, bu tür bağların denge içinde tutulması gerekmektedir.

Râbıtanın Psikolojik Kavramlarla İlişkilendirme

Bağlanma Teorisi³: John Bowlby tarafından geliştirilen bu teori, bireyin erken dönemde bakım veren (genellikle anne) ile kurduğu duygusal bağın, ileriki yaşamındaki ilişkilerini ve psikolojik sağlığını nasıl etkilediğini açıklar. Güvenli bağlanma geliştiren bireyler, ilişkilerinde daha sağlıklı ve dengeli olabilirken, güvensiz bağlanma tarzına sahip bireyler kaygılı, kaçınmacı ya da bağımlı ilişki dinamikleri geliştirebilir. Bir müridin şeyhe bağlanması, güvenli bir bağlanma ilişkisine benzetilebilir. Birey, manevi bir rehber sayesinde kendini güvende hisseder ve daha yüksek bir anlam arayışına yönelebilir.

Özgüven ve Samimiyet: Şirk ve riya gibi kavramların reddedilmesi, bireyin kendine ve Allah'a karşı samimi olmasını teşvik eder. Bu, özgüvenin ve içsel barışın temel taşıdır.

Kognitif Çelişki: Diğer adı bilişsel çelişki kişinin inançları, düşünceleri veya davranışları arasında tutarsızlık yaşaması durumudur. Örneğin, sağlıklı beslenmek isteyen ama sık sık fast food yiyen biri, bu çelişkiyi hissedebilir. Eğer bir kişi dine ya da manevi bir uygulamaya yanlış bir anlam yüklerse, bu kognitif çelişkiye yol açabilir. Bu da psikolojik rahatsızlıkların temelini oluşturabilir.

Dilin Anlaşılır Kılınması

Bu bölümde kullanılan dil, bazı okuyucular için karmaşık olabilir. Ancak yazarın ana mesajı nettir: İslam, insanın hem dünyada hem de ahirette kurtuluşuna vesiledir. Bu kurtuluş yolunda, samimiyet, doğruluk ve manevi rehberlik esastır.

Sonuç olarak, bu bölüm, İslam'ın insan psikolojisi üzerindeki olumlu etkilerini vurgularken, yanlış anlamaların tehlikelerine de dikkat çekiyor. Hem bireysel hem de toplumsal huzurun sağlanması için inanç, samimiyet ve rehberlik kavramlarının doğru anlaşılması gerektiğini ifade ediyor. Bu bakış açısı, modern psikolojiyle uyumlu bir şekilde değerlendirilebilir ve bireyin ruhsal iyileşmesine katkı sağlayabilir.

Bölümün Adı: Rabıta Bid'attan Uzaktır

Kitabın bu bölümü, rabıta kavramını açıklarken İslam tasavvufunun bu kadim pratiğini hem tarihsel hem de manevi bağlamda değerlendiriyor. Rabıta, bireyin ruhaniyetini geliştirmek

³ John Bowlby, *A Secure Base: Parent-Child Attachment and Healthy Human Development*, Basic Books, New York 1988, s. 11-59.

Mary D. S. Ainsworth, M. C. Blehar, E. Waters, & S. Wall, *Patterns of Attachment: A Psychological Study of the Strange Situation*, Lawrence Erlbaum Associates, Hillsdale (NJ) 1978, s. 167-282.

ve Allah’a daha yakın olabilmek adına bir mürşide odaklanarak manevi bir bağ kurma süreci olarak tanımlanıyor. Ancak bu pratik, zaman zaman bid’at (dine sonradan eklenen yenilikler) olarak eleştirilmiştir. Bu bölüm, rabitanın bid’at olmadığını savunurken aynı zamanda bunun psikolojik temellerine ve faydalarına da ışık tutuyor.

Rabıta ve Manevi Rehberlik: Bir Psikolojik Süreç

Rabıta, modern psikolojideki “mentorluk” ve “aktarılan bilinç” süreçleriyle benzerlik göstermektedir. Özellikle, bir bireyin rehber ya da mentor olarak bir otorite figürüne bağlanarak ondan ilham alması, bireysel dönüşüm ve gelişim için oldukça önemlidir. Tasavvufta rabıta, bireyin Allah’a ulaşma yolunda, manevi rehberlik alabileceği bir mürşidi merkezine alarak onun ruhaniyetinden faydalanma sürecidir. Bu bağlamda rabıta, psikolojideki modelleme teorisi⁴ (modeling theory) ile ilişkilendirilebilir. Albert Bandura tarafından ortaya atılan bu teori, bireylerin başkalarının davranışlarını gözlemleyerek öğrendiğini ve bu davranışları taklit ettiğini savunur. İnsanlar özellikle saygı duydukları, otorite olarak gördükleri ya da duygusal bağ kurdukları kişileri model alırlar. İnsan, rol modelleri aracılığıyla öğrenir ve davranışlarını şekillendirir.

Tasavvuf ve Psikoloji Arasında Bir Köprü

Bölümde, Hz. Yusuf ve Hz. Yakub arasındaki manevi ilişkinin rabıtaya örnek olarak verilmesi, bu pratiğin köklerinin ne kadar derin olduğunu göstermektedir. Hz. Yakub’un Hz. Yusuf’a olan manevi rehberliği, psikolojideki yansıtma özdeşleşim (projective identification) ve duygusal destek (emotional support) kavramlarını andırır. Yansıtma özdeşleşim, kişinin kendi duygularını farkında olmadan başkasına yansıtması ve karşındakinin de bu duyguları gerçekten hissetmeye başlamasıdır. Örneğin, terapistin danışanın hislerini fark edip bu duygulara tepki vermesi, bu sürecin bir örneğidir. Duygusal destek ise birinin zor zamanlar yaşarken ona anlayış, ilgi ve sevgiyle yaklaşarak destek vermektir. Kişi, kendisine model olan bir figür aracılığıyla daha yüksek bir bilinç seviyesine ulaşabilir.

Bid’at Eleştirisi ve Rabitanın Savunulması

⁴ Albert Bandura, *Social Learning Theory*, Prentice-Hall, Englewood Cliffs (NJ) 1977, s. 24-28.

Albert Bandura, *Social Foundations of Thought and Action: A Social Cognitive Theory*, Prentice-Hall, Englewood Cliffs (NJ) 1986, s.

Kitapta, rabitanın bid'at olarak görülmesinin temelsiz bir eleştiri olduğu vurgulanıyor. Çünkü rabita, tamamen Kur'an ve Sünnet çerçevesinde şekillenmiş bir manevi uygulamadır. Özellikle Yusuf Suresi'nde geçen, Hz. Yusuf'un babasının rehberliğiyle ruhanî bir dönüşüm yaşadığına dair yorumlar, rabitanın temellerini sağlamlaştırmaktadır. Tasavvufun rabita pratiği, yalnızca İslâm tasavvufuna özgü olmayıp; Hristiyanlıkta azizlere yöneliş ve İsa'nın hayalini canlandırma, Budizm'de guru yoga ve Buda imgesine meditasyon, Hinduizm'de guruya bağlılık, şamanist geleneklerde ruh rehberleriyle bağ kurma ve modern psikolojide imgeleme (guided imagery) tekniklerinde olduğu gibi farklı inanç ve kültürlerde de benzer biçimlerde görülmektedir.

Psikolojik Perspektiften Rabita

Rabitanın asıl amacı, bireyin Allah'a yaklaşma sürecinde bir vesile bulmasıdır. Modern psikolojide bu, insanın içsel kaynaklarını harekete geçiren dışsal bir destek olarak yorumlanabilir. Bu süreç, bireyde hem bilişsel hem de duygusal bir değişim yaratır. Özellikle, "fenâ fi'l-vesile" (vesilede yok olma) ve "fenâ fillâh" (Allah'ta yok olma) kavramları, bireyin benliğini aşarak daha yüksek bir farkındalık düzeyine ulaşma yolculuğunun psikolojik ve manevi karşılıklarını temsil eder.

Rabita Bir Vesiledir

Kitabın bu bölümü, rabitanın yalnızca tasavvufi bir pratik değil, aynı zamanda bireyin ruhsal olgunlaşmasında önemli bir araç olduğunu göstermektedir. Manevi bağlılık ve rehberlik arayışının psikolojik boyutları, bu pratiğin yalnızca dinî bir uygulama değil, aynı zamanda insanın iç dünyasına hitap eden bir süreç olduğunu ortaya koymaktadır. Rabita, İslam'ın kadim öğretilerinde yer bulan bir vesile olarak, insanın dünyevi ve uhrevî kurtuluşuna hizmet eden bir uygulama olarak görülmelidir.

Bölümün Adı: Rabita Endâd Değildir

Bu bölüm, rabitanın "endâd" olmadığına, yani onu bir putperestlik aracı gibi algılamamanın yanlış olduğuna vurgu yapmaktadır. Endâd kavramı, Kur'an'da Allah'a ortak koşulan varlıklar için kullanılır ve bu varlıkların, insanlara ne fayda ne de zarar verebileceği belirtilir. Ayetlerde, müşriklerin putlarının duyma, görme ve hareket etme yetilerine sahip olmadıkları vurgulanarak, bu tür araçların Allah ile kul arasına sokulmasının batıl olduğu ifade edilir.

Ancak metinde rabıta yapan kişilerin, müşriklerin yaptığı gibi mürşidleri ilahlaştırmadıkları, aksine onların rehberliğinden istifade ettikleri anlatılmaktadır. Burada fenâ fillâh makamına ulaşma süreci, bir öğretmenin öğrencisini eğitmesi veya bir psikoterapistin danışanına rehberlik etmesine benzetilebilir.

Bu metinde, rabitanın putperestlikle karıştırılmasının yanlış olduğu vurgulanmaktadır. Rabıta, Allah'tan bağımsız bir güç vehmetmek değil, manevi rehberlik almak ve bir mürşidin yol göstericiliğinde ilerlemek anlamına gelir. Psikolojik olarak değerlendirildiğinde, bu süreç bireyin ruhsal olgunlaşması, kendini tanıması ve iç huzurunu bulması için bir rehberden faydalanma pratiği olarak düşünülebilir. İnsanların hayatlarında psikolojik, akademik veya manevi rehberler edinmesi doğaldır ve bu durum, bilinçli bir bağlılık çerçevesinde geliştiğinde bireyin olgunlaşmasına, güçlü bir kimlik inşa etmesine ve ruhsal dengesini sağlamasına yardımcı olabilir.

Sonuç olarak, rabıta putlara tapınmak ya da birini Allah'a ortak koşmak değil, manevi rehberlik almak olarak değerlendirilmelidir. Kişinin, bu tür bir rehberliği psikolojik ve ruhsal gelişimi için bilinçli ve dengeli bir şekilde kullanması önemlidir.

Bölümün Adı: Rabıta Bir Vesiledir

Bu bölüm, rabitanın putperestlik ya da şirk olmadığını, aksine bir vesile olarak görüldüğünü açıklamaktadır. Metinde, geçmiş ümmetlerin peygamberlerinin zorluklarını hatırlamak için yaptıkları resim ve heykellerin zamanla yanlış bir anlayışla tapınma nesnesine dönüştüğü anlatılmaktadır. Buradan hareketle, rabitanın putperestlikle ilişkilendirilemeyeceği, çünkü rabıta yapan kişinin mürşidini bir ilah olarak görmediği vurgulanmaktadır.

Özellikle şu nokta önemlidir:

- Mürşid, ilah yerine konulmaz, aksine Allah'a giden yolda bir rehber olarak kabul edilir.
- Namazda imama uymak nasıl bir vesile ise, mürşide rabıta yapmak da bir vesiledir.
- Fenâ fillâh makamına ulaşmış bir mürşid, müridin Allah'a daha yakın olmasına yardımcı olan bir kılavuzdur.

Bu bölümde rabitanın, mürşidin Allah'a giden yolda bir vesile olarak görülmesi gerektiğini savunduğu anlaşılmaktadır. Müride düşen, mürşidine Allah'a yaklaşmak için bağlanmak ama onu bir ilah gibi görmemektir.

Sonuç olarak, rabıta bir ibadet değil, bir vesiledir ve doğru anlaşıldığında bireyin ruhsal gelişimine katkı sağlayabilir.

Sonuç

Mehmet Fevzi Efendi'nin *Rabitanın Hakikati* adlı eseri, tasavvufî düşünce geleneği içerisinde hem rabıta anlayışının mahiyetini açıklığa kavuşturan hem de bireyin manevî gelişimine dair özgün bir perspektif sunan önemli bir metin olarak değerlendirilebilir. Yazarın ortaya koyduğu biçimiyle rabıta, bir mürşide ilahlık atfetmeksizin Allah'a yakınlaşma arzusunun vesilesi olarak tanımlanan manevî bir bağıdır. Bu bağ, modern psikolojideki bağlanma, model alma, duygusal destek ve terapötik ittifak kavramlarıyla doğrudan ilişkilendirilebilecek niteliktedir. Eserde, rabitanın şirk veya bid'at ile ilişkilendirilmesinin, bir yandan dinî-itikadî açıdan kavramın özünü gölgeleyebilecek yanlış anlamalara, diğer yandan da psikolojik işlevselliğini zayıflatabilecek önyargılara zemin hazırlayabileceği ifade edilmektedir. Bu nedenle rabitanın özündeki niyetin ve dengenin korunmasının hem teolojik bütünlük hem de psikolojik fayda açısından önem arz ettiği vurgulamak isteriz. Sonuç olarak, eserde rabitanın şirk veya bid'at ile özdeşleştirilmesinin hem dinî hem de psikolojik bağlamda ciddi yanlış anlamalara yol açabileceği dile getirilmekte; bu nedenle kavramın özündeki niyet ve dengenin korunmasının önemi vurgulanmaktadır. Manevî rehberlik, yalnızca tasavvufî bir gelenek olmanın ötesinde, bireyin öz benliğini tanımasına, duygusal regülasyon becerilerini geliştirmesine ve içsel istikrar kazanmasına katkı sağlayan önemli bir unsur olarak öne çıkmaktadır. Günümüz insanının karşı karşıya olduğu ruhsal boşluk, yönsüzlük, kaygı ve değersizlik hissine karşılık; içtenlik, bağlılık ve samimi rehberlik gibi değerlerin yeniden hatırlatılması elzemdir. Bu çerçevede, *Rabitanın Hakikati* adlı eser hem dinî hem de psikolojik bütünlük içerisinde, bireyin Allah ile ilişkisini derinleştirmesine ve ruhsal iyilik hâlini güçlendirmesine katkı sunabilecek nitelikli bir kaynak olarak değerlendirmek mümkündür.