

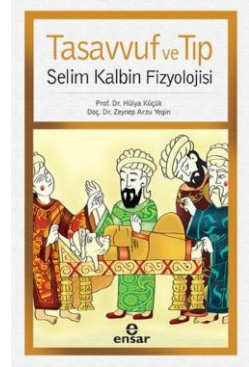
Tasavvuf ve Tıp: Selim Kalbin Fizyolojisi

Prof. Dr. Hülya Küçük- Dr. Zeynep Arzu Yeğin, Ensar Neşriyat, İstanbul 2025, ISBN 9786052174678

Seher Tutak Acar¹

Giriş

Günümüzde tasavvuf ve tıp genellikle birbiriyle ilgisi olmayan alanlar olarak görülür. Modern tıp, din ve tıbbın birbirinden ayrılması gerektiğini, ikisinin farklı disiplinler olduğunu savunur. Ancak bu ayrım inançlı kişiler için pek de mümkün değildir. Nitekim din ve insan iç içedir. İnsanın dâhil olduğu bir alanda tıbbın olmaması düşünülemez. Tasavvuf ve tıp konusunda Türkçe yayınlardan ilki Muinüddin Çiştî'ye aittir.



Muînüddîn-i Çiştî, "Sûfî Tıbbı" (*The Book of Sufi Healing*) kitabı **Dr. Hayrettin Tekümit** tarafından Türkçeye kazandırılmış, İnsan Yayınları tarafından yayımlanmıştır. Yazar İnsanı bedensel, zihinsel ve ruhsal boyutlarıyla ele alan bütüncül bir sağlık (holistik) paradigması sunmaktadır. Hastalıkları sadece fiziki bir arıza olarak değil, kişinin manevi olgunlaşma sürecinde bir deneyim ve ilahi bir imtihan olarak değerlendiren bir bakış açısına sahiptir. Hz. Peygamber'in sünnetindeki beslenme ilkeleri, çeşitli şifalı bitkilerin, baharatların ve doğal maddelerin özellikleri, manevi pratiklerin (dua, zikir, namaz, oruç) insan ruhu ve bedeni üzerindeki iyileştirici etkileri pratik bir reçete formatında ele alınır. Bitkilerin özellikleri ile tedavi ettikleri hastalıkları birlikte gösteren Çiştî, mistik terimler ile ilgili sözlük, Kur'an ayetleri, namaz, oruç, zikir vb. hakkında temel bilgiler ile kitap; hekimlik ve sahanın incelikleri ile ilgilenen herkes için bir başvuru kitabı mahiyetindedir.

Türkçe'de bu konuyla ilgili ikinci çalışma, Prof. Dr. Hülya Küçük ve Dr. Zeynep Arzu Yeğin tarafından, *Tasavvuf ve Tıp* adıyla telif edilmiştir. Bu çalışmada, Küçük ve Yeğin'in adı geçen eserinin genel anlamda tahlil edilmesi hedeflenmekte ve böylece tasavvuf ve tıp ilişkisini göstermek amaçlanmıştır.

¹ Yozgat Bozok Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Tasavvuf Anabilim Dalı, yüksek lisans öğrencisi, (Bu yazı Young Academia iş birliğinde Prof. Dr. İbrahim Işıtan yönetiminde "Sufi Psikolojisi Uzmanlık Sınıfı" kapsamında üretilmiştir.)

Eserin İncelenmesi

Küçük, akademik çalışmalarında tasavvufu merkeze alan ve bu alanda pek çok çalışması bulunan bir akademisyendir. Yeğîn ise bir tıp hekimidir. Onlar, tasavvufu disiplinler arası bir alana taşımış ve böylece bu alanda daha önce yazılmamış bir eser ortaya çıkmıştır. Eserin başlığından anlaşılacağı üzere yazarlar, bu çalışmalarında tasavvuf ve tıbbın birbiriyle olan ilişkisini ele almakta ve “selim kalbi” ön plana çıkarmaktadırlar. Eser, yalnızca tarihî bir inceleme olmaktan öte, manevi ve fiziksel sağlığın bütüncül bir yaklaşımla ele alındığı bir düşünce kitabıdır. Bu kapsamlı çalışmalarıyla İslam medeniyetinde beden ve ruh sağlığının iç içe olduğunu ve sûfî hekimlerin varlığını ortaya koymaktadır. Ayrıca çalışma, tasavvuf aracılığıyla bu bütüncül bakış açısının hem tarihsel hem de kavramsal düzeyde varlığını kanıtlamaktadır.

Yazarlar ön sözünde, tasavvufu iyi bilen bir kimsenin diğer ilimleri tasavvuf perspektifinden görüp yorumlayabileceğini ifade ederek tıp ilminin de bu açıdan tasavvufla kesiştiğini ifade ederler. Konuyu Gazzâlî’den alıntı yaparak destekler. Tıbbî bilgilerin başlangıçta deneye değil de ilhama dayanması, tasavvufla tıbbın kesiştiği nokta olsa gerektir; tıp gibi bütün tecrübî ilimlerin tekrara, müşahedeye, yani deneye dayanırken tasavvufun ise kalbî müşâhedeye dayanması bu iki ilmin kesiştiği başka bir terime yani müşâhedeye işaret etmektedir.²

Yazar, ön sözde tıp ve tasavvufu yan yana koyduğu bu çerçevede, söz konusu ilimlerin ilişkisinin eserin ana bölümlerinde nasıl karşılık bulduğu sorusunu gündeme getirmektedir. Tıp ilminin sûfîler ile olan ilişkisi konusunda en çok başvurulmuş ilimlerden olduğu ifade edilir. Bunun sebebi ise ibadeti yapabilme gücünü sağlıklı bir bedenle mümkün olduğudur. Sûfîlerin tıp ile ilgili başlıca ilgilendiği konular: Anatomi, beyin, ruh ve ölüm, beden sağlığı, fizyolojik zayıflık ve hastalık, sağlığı korumak, beslenmenin sağlığı korumadaki yeri, uykunun sağlığı korumadaki yeri, spor, karantina, sağlığı korumada diğer tedbirler, hastalığın tedavisinin imkân ve gerekliliği, tedavinin şekli, ilaç kullanımı ile ilgili uyarı ve tavsiyeler, tabip ve ilaçlarla ilgili hükümlerdir. Ayrıca sufiler, güzel sesler şiir ve müzik/semayla tedavi, perhiz/diyet yoluyla tedavi, su ile tedavi, bitkilerle tedavi, bitkisel tedavi reçeteleri, kan ve kan dolaşımı, göz sağlığı, spermsiz çocuk sahibi olmak gibi konulara da ilgi göstermiştir. Yazar,

² Hülya Küçük- Zeynep Arzu Yeğîn, *Tasavvuf ve Tıp Selim Kalbin Fizyolojisi* (İstanbul: Ensar Neşriyat, 2025), 82.

sûfilerin bu ilimleri Allah'ı bilmeye vasıta olarak gördüklerini beyan ederek bütün ilimlerin aslında Allah'ı tanıma vesilesi olduğunu vurgulamış olmaktadır. Yazar burada bu konu başlıklarını sıralayarak eserin hem tasavvufa hem de doğrudan insan bedenine ve yaşama temas eden bir çerçeve sunduğunu göstermektedir. Verilen bu başlıkların ortak noktası insan bedeninin ve fizyolojisinin Allah'ı tanımaya götüren bir vasıta olarak ele alınması düşüncesi yer almaktadır.

Kitap iki bölüm ve iki ekten oluşmaktadır. Kitabın "*Tasavvuf ilmindeki tıp*" başlığını taşıyan birinci bölümünde tasavvuf ve fen bilimleri altında sûfiler ve tıp ilmi, sûfilerin beden sağlığı, fizyolojik zayıflık ve hastalık, sağlığı korumak hakkındaki görüşleri; Kuran okuma, dua, güzel sesler şiir ve müzik, su bitkileri, hastaya nazar/gözle bakma gibi başvurdukları tedavi usulleri; tasavvuf kitaplarındaki diğer bazı tıbbi bilgiler gibi konu başlıklarıyla ele alınmıştır.³

İkinci bölümdeki "*Tıp ilmindeki tasavvuf*" başlığı, sûfilerin tasavvuf ilmini anlatırken kullandıkları bazı tıbbi terimlerin açıklamasıyla başlamaktadır. Bunlar nefis hastalıklarının tabipleri, nefis hastalıkları, et-tıbbu-rûhânî, et-tabibu'r-rûhânî/rûhânî, tabîb, şifâ ve devâ kavramlarıdır. Bölümde özellikle İmâm Gazzâlî ve İbnü'l-Arabî'nin kullandığı bir terim olan İlâhî ilmi't-teşrîh (İlâhî Anatomi), bâtinî ilmi't-teşrih gibi terimlere de ele alınmıştır. Daha sonra "sûfî sağlığı" başlığı altında az yeme, az uyku ve teheccüd vb. bazı tasavvufî hallerin fizyolojisi, sûfilerin duçar olduğu bedenî hastalıklar üzerinde durulmuştur. Her iki bölümde de sûfilerin doğrudan tıpla ilgili eserleri değil, tasavvufla ilgili kitapları taranmış ve ağırlıklı olarak bütün sûfilerin başvuru kaynağı olan Gazzâlî ve İbnü'l-Arabî dikkate alınmıştır. Kitabın birinci bölümünde beden sağlığıyla ikinci bölümde ise "Tıbbi Terimlerle Tasavvuf" anlatılırken, bir bakıma ruh sağlığıyla ilgili konuların ele alındığı, gerektiği yerlerde ise tasavvuf ve psikoloji veya psikiyatrinin kesiştiği konulara kısaca temas edildiği görülmektedir. Çünkü ruh sağlığı, tasavvufu tümüyle içine alır ve hepsine değinmek bütün tasavvufu anlatmayı gerektirir.⁴

Eserin "Ek-I" bölümünde, Ebu Hamid el-Gazzâlî'nin *el-Hikmetü fi Mahlûkâtillahi Azze ve Celle'den Seçme Metinler*; Ek-II'de Abdullah Bosnavî'nin *Lübbü'l-Lübb fi Beyani'l-Ekli ve's-Şûrb* adlı Ekberi tasavvuf ekolü sûfilerinin beslenme konusundaki fikirlerine mükemmel bir örnek

³ Küçük-Yeğin, *Tasavvuf ve Tıp*, 15.

⁴ Küçük-Yeğin, *Tasavvuf ve Tıp*, 15, 16.

teşkil eden kısa ama ilginç bir Arapça risâlesinin tercümesine yer verilmiştir. Ek-III'de de ise Dâvud el-Kayseri'ye ait Hızır ve Hz. Mûsa'nın suyun kaynağında buluşmalarından hareketle hayatı anlattığı *Tahkiku Mâi'l-Hayat ve Kesfû Esrari'z-Zulumât* adlı, Arapça bir risalesinin tercümesi okuyucuya sunulmuştur.⁵

Sûfî hekimler ve âlimler konusunda İbni Sina, Gazzâlî, İbnü'l Arabî, Mevlâna Celalettin Rumi ve Akşemsettin gibi hem tasavvufî derinliği olan hem de tıp/fen bilimlerine katkı sağlamış isimlerin ele alınması tasavvufun sadece soyut bir züht hayatı değil, aynı zamanda insan doğasını tanıma sanatı olarak görüldüğünü kanıtlar niteliktedir. Ayrıca 11. yüzyıldan 19. yüzyıla kadar uzanan geniş bir yelpazede pek çok mutasavvıfın tıbbi bilgilerle olan ilişkisine çoğunlukla yazdıkları tasavvuf eserleri üzerinden değinilmiştir. Buna bağlı olarak eser tasavvuf kitaplarının sadece ahlaki öğütler içermediğini, aynı zamanda dönemin tıbbi bilgilerini de barındırdığını ortaya koymaktadır.

Eserde ilmi teşrih (anatomi) bağlamında kalp, beyin ve diğer organlar önce tasavvufi bir bakış açısıyla, sonra anatomik olarak incelenmiştir. Canlılık ruh ve ölüm gibi ontolojik konular hem tasavvufî hem de tıbbi bir zeminde tartışılmıştır.

Eserde kalp hem biyolojik olarak hem de varoluşsal olarak insanın merkezini temsil eder. Yazar bu konuyu şu satırlarla ele almıştır: “...kim Allah'a inanırsa Allah onun kalbini hidayete erdirir çünkü gözler kör olmaz ama kalpteki gözler kör olur gibi birçok ayet insanı kalbe indirgemektedir. Burada belirtmek gerekir ki ayetlerde kalbin gözünden söz edilirken hadislerde ek olarak kalbin kulağından da söz edilir. Bu kalbin doğruyu duyma gücü demektir.”⁶

Yazar, Hz. Peygamber'in hadisinde geçen “*Dikkat edin bedende bir et parçası vardır ki o iyi olduğu zaman bütün beden iyi olur. Bozulduğu zaman bütün beden bozulur. İşte o kalptir.*” Hadisindeki ‘bir et parçası’ ifadesinin hem fizyolojik hem de manevi anlamda bir kalbe işaret ettiğinden bahseder. Bunun neticesinde fizyolojik kalp ve manevi kalp arasındaki ilişkiye işaret eder.⁷

Örneğin Hakîm Tirmizî'ye göre mide dolduğu zaman, mideden göze uzanan damarın göz kapağını uyarması sonucu göz kapağının kapanması gibi kalp de nefsin arzularının istilasına uğrayınca kalbin içindeki fuâdın gözleri kapanır, uykuya dalar ve Rabbinden gelecek

⁵ Küçük-Yeğin, *Tasavvuf ve Tıp*, 16.

⁶ Küçük-Yeğin, *Tasavvuf ve Tıp*, 279.

⁷ Küçük-Yeğin, *Tasavvuf ve Tıp*, 281.

vâridlerden mahrum kalır. Hakîm Tirmizî'ye göre, kalbin manevi anlamda iki gözü ve iki kulağı vardır. Burada sözü edilen aslında, kalbin içindeki kalp zarı demek olan ve ilahi tecellileri seyretme mahalli olan “fuâd”dır. Tıpkı körün eşyayı görememesi gibi fuâd da kör olunca ilahî tecellileri göremez. Fuâdın göz nuru arttıkça, sahibi eşyanın hakikatini daha iyi anlar ve görür. Aynı şekilde kulağı da açık olduğu sürece ilâhî hakikatleri işitir Nitekim âyette, *“Hakkında bilgin olmayan şeyin arkasına düşme çünkü kulak, göz ve fuâdın hepsi ondan sorumludur”* (İsra 17/36) derken hepsini bir arada zikretmiştir. Fuâdın bu kulağının, Hak'tan gelen keşf ve ilhamları işitmesine yarayan kulakları olduğunu söyleyebiliriz. Fergâni de kalbin gözü yanında “kulağı” olduğundan ve bunun insanda “vahdet/birlik” hükümlerinin hâkim olmasından sonra olduğunu söyler. Hakîm Tirmizî'ye göre, kalbde fuâddan öte bir de “lûbb” denen kısım bulunmaktadır. Lübb, kalple ilgili mertebelerin sonuncusu ve en yücesidir ve Allah'ın sevdiği ve has kullarında bulunur ki Kuran bunları “ulu'l-elbab/akıl sahipleri” olarak adlandırmış ve övmüştür.”⁸

Yazar bu konuda diğer sûfîlerin görüşüne de yer verir. Sufîlerin iki çeşit gözden bahsettikleri; birincisinin kalbin bir gözü olduğu ve bununla manevi hakikatlerin anlaşılabilceğini, ikinci olarak ise fiziki gözden bahsettiklerini, bununla fiziki alemin görüldüğü ifade edilmiştir. Onlara göre kalp gözü daha güçlüdür. Nitekim başımızdaki göz sınırlıdır. Kalpteki göz ise, bir yol açılmışsa hiçbir engel ve konuma ihtiyaç duymaksızın görür. Nitekim, âyette *“Göz gördüğünü yalanlamadı...”* (Necm 53/11) buyrulur. Onun ihtiyaç duyduğu tek şey, basiretinin açılmasıdır.⁹

Sûfîlere göre kalp, toprak gibidir. İman da tohum. Ahiret için recâda/ümitli oluşta, çiftçilerin toprağa tohumu ektikten sonra ümitli oluşu gibi ümitli olmak gerekir. Sakınan veya sakınmayan, anlayan ya da anlamayan vs. kalptir. İrfan da evvel emirde kalbî olup sonra kulak vermekle ilgilidir. “Müminin kalbi Allah'ın arşıdır.” şeklindeki sözün sûfî dilinde hadis kabul edilmesinin sebebi budur. Bütün manevi aktivitelerin merkezi kalptir. Şeytan, bir insanı kuşatmak, ordularıyla saldırmak istediği zaman onun kalbini kuşatır. Bu anlamda kalb, kuşatılmaya namzet bir şehirdir.

⁸ Küçük-Yeğin, *Tasavvuf ve Tıp*, 281-282.

⁹ Küçük-Yeğin, *Tasavvuf ve Tıp*, 282.

İbnü'l-Arabî'ye göre kalp, ibadetin en önemli rüknü olan ihlasla diğer organlara yardımcı olur. Bu haliyle, organlar içinde en değerli olanı seçmek gerekirse, kalbi seçmek gerekir. Diğer organların secdesinden önce o secde ederse, hepsinin secdesi sürekli olur. Çünkü kalp secde edince bir daha başını kaldırmaz."¹⁰

Bu açıklamalara göre kalp, insan ülkesinin merkezi olarak işlev görür ve ülkenin bütün şehirlerinin işlevi, merkezin işlevine göre şekillendiği gibi bedenin bütün organlarının işlevi de kalp merkezinin fonksiyonuna göre şekil alır.

Yazar, ölüm konusunu biyolojik ölüm ve manevi ölüm olarak iki şekilde ele almıştır. Manevi ölümü, kötülüğün kaynağı olan nefsin ölümü olarak işlemiştir. Bu ölüm çeşitli renklerle anlatılır. Beyaz ölüm açlıkla, yeşil ölüm yamalı elbise giymekle, siyah ölüm eza ve cefaya katlanmakla ve kırmızı ölüm de nefse muhalefet ederek etkisini kırmakla gerçekleşir. Sûfîler, "İnsanlar uykudadır öldükleri zaman uyanırlar." veya "Ölmeden önce ölünüz." derken bu tür ölümleri kastederler.¹¹

Eserde koruyucu sağlık (hıfzus'-sıhha) kavramıyla bağlantılı olarak hijyen, beslenme, uyku düzeni, spor ve karantina gibi güncel tıbbi konular, tasavvufi metinlerdeki bağlantılarıyla incelenmiş ve günümüz mevcut durumuna yönelik katkılar sağlanmıştır.

Kitapta silsileler halinde tedavi metotları mevcuttur. Bunlar geleneksel İslam tıbbı ile tasavvufi uygulamaların birbiriyle sentezini yansıtmaktadır. Bunlar içinde çeşitli tedavi kanalları bulunur. Eserde geleneksel tıp kavramlarının yanı sıra dua, güzel ses, perhiz, su ile tedavi ve bitkisel reçetelere yer verilmiştir. Özellikle Gazzâlî, İbni Arabî ve Erzurumlu İbrahim Hakkî'nın eserlerinden verilen örnekler, bitkisel reçeteler ve bir takım perhiz çeşitleri teorik bilginin nasıl uygulandığını ve sonuçlarını göstermektedir.¹²

İbadetlerin fizyolojisi olarak namaz, zikir, riyazet ve muhabbet gibi konular incelenmiştir. Riyazette yeme ve içmenin kurallarına (helal, haram, miktar, vakit vs.) değinilerek tıbbi açıdan temellendirmeler yapılmıştır. Bunun yanı sıra psikolojik durumlar da ele alınmıştır. Böylece yeme içmenin ibadetler ve beden üzerindeki etkisi karşılıklı olarak tartışılmıştır.

¹⁰ Küçük-Yeğin, *Tasavvuf ve Tıp*, 288.

¹¹ Küçük-Yeğin, *Tasavvuf ve Tıp*, 296.

¹² Küçük-Yeğin, *Tasavvuf ve Tıp*, 170-204.

Yazar ibadetlerin yapıldığı esnada insan bedeninde meydana gelen halleri; zikir esnasında çılgılık atma ve yüksek tansiyon gibi başlıklarla incelemiş, bu hususları Kelebazî'den alıntılar yaparak aktarmıştır.¹³

Yazar ayrıca muhabbet, havf (korku), reca (ümit) ve tevekkül gibi kalbi halleri tasavvufun yanı sıra bedensel sağlıkla ilişkisini fizyolojik bir dille aktarmıştır. Bunun devamında panik atak ve tevekkülü psikolojik bir zeminde, Gazzâlî'nin konuya yaklaşımından hareketle aktarmıştır. Sûfîlerin hastalıkları bölümünde sûfî menkıbelerinden örnekler vermiştir.¹⁴ Bu hastalıklar sûfîler için elem ve ızdırabın çok daha ötesinde Allah'ın bir lütfu olarak karşılanmıştır. Sufilerin hastalıklara karşı olan tutumları da sahabenin örnekliğinde sabır olmuştur.

Sonuç

Prof. Dr. Küçük-Doç Dr.Yeğin'in *Tasavvuf ve Tıp; Selim Kalbin Fizyolojisi* eseri, alışagelmış bir algının ötesine geçmiştir. Tasavvufi eserlerde, insan seyri sülûk yolculuğunda bedenden bağımsız düşünülmemektedir. Aksine yapılan riyazetler neticesinde Sufiler, bedende meydana gelen fizyolojik durumlara karşı tedavi yollarına, bu süreçte tüketilen gıdaların beden üzerindeki tesirlerine ve gıdaların miktarına varacak kadar detaylı incelemeler yapmıştır. Küçük-Yeğin'in eseri, izlediği yöntem açısından bahsedilen tasavvufî literatürü içine almakla beraber günümüz modern tıbbi ve psikolojiyi de kapsayan disiplinler arası bir karşılaştırma yaparak daha geniş bir bakış açısı sunması bakımından özgün ve dikkate değer bir çalışmadır. Bu çalışma tasavvufun izlediği yöntemlerin yalnızca bir temrinden ibaret olmadığını gerek insan fizyolojisi ve psikolojisi gerekse insanın toplumsal konumu bakımından hayati öneme sahip birçok konuyla ilişkili olduğunu göstermesi bakımından yol göstericidir.

¹³ Küçük-Yeğin, *Tasavvuf ve Tıp*, 319-320.

¹⁴ Küçük-Yeğin, *Tasavvuf ve Tıp*, 324-336.