



**Tasavvuf Düşüncesindeki Zühd ile Modern
Düşüncedeki Minimalizmin Mukayesesi**

Kevser AY

Doktora Tezi

Eskişehir, 2024

**TASAVVUF DÜŞÜNCESİNDEKİ ZÜHD İLE
MODERN DÜŞÜNCEDEKİ MİNİMALİZMİN
MUKAYESESİ**

Kevser AY

T.C.

Eskişehir Osmangazi Üniversitesi

Sosyal Bilimler Enstitüsü

Temel İslam Bilimleri Anabilim Dalı

DOKTORA TEZİ

Eskişehir, 2024

T.C.

ESKİŞEHİR OSMANGAZİ ÜNİVERSİTESİ

SOSYAL BİLİMLER ENSTİTÜSÜ

Kevser AY tarafından hazırlanan **Tasavvuf Düşüncesindeki Zühd ile Modern Düşüncedeki Minimalizmin Mukayesesi** başlıklı bu çalışma **18/07/2024** tarihinde Eskişehir Osmangazi Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Lisansüstü Eğitim ve Öğretim Yönetmeliğinin ilgili maddesi uyarınca yapılan savunma sınavı sonucunda başarılı bulunarak, jürimiz tarafından **Temel İslam Bilimleri Anabilim Dalında Doktora** tezi olarak kabul edilmiştir.

Başkan Prof. Dr. Kamil SARITAŞ	
Üye (Danışman) Doç. Dr. Sevim ARSLAN	
Üye Prof. Dr. Ahmet Cahid HAKSEVER	
Üye Prof. Dr. Vahit GÖKTAŞ	
Üye Doç. Dr. Fatih TOK	

ONAY

.../... /202..

Prof. Dr. Oytun MEÇİK

Enstitü Müdürü

ETİK İLKE VE KURALLARA UYGUNLUK BEYANNAMESİ

Bu tezin Eskişehir Osmangazi Üniversitesi Bilimsel Araştırma ve Yayın Etiği Yönergesi hükümlerine göre hazırlandığını; bana ait, özgün bir çalışma olduğunu; çalışmanın hazırlık, veri toplama, analiz ve bilgilerin sunumu aşamalarında bilimsel etik ilke ve kurallara uygun davrandığımı; bu çalışma kapsamında elde edilen tüm veri ve bilgiler için kaynak gösterdiğimi ve bu kaynaklara kaynakçada yer verdiğimi; bu çalışmanın Eskişehir Osmangazi Üniversitesi tarafından kullanılan bilimsel intihal tespit programıyla taranmasını kabul ettiğimi ve hiçbir şekilde intihal içermediğini beyan ederim. Yaptığım bu beyana aykırı bir durumun saptanması halinde ortaya çıkacak tüm ahlaki ve hukuki sonuçlara razı olduğumu bildiririm.

Kevser AY

İmza



ÖZ

TASAVVUF DÜŞÜNCESİNDEKİ ZÜHD İLE MODERN DÜŞÜNCEDEKİ MINİMALİZMİN MUKAYESESİ

AY, Kevser

Doktora, 2024

Temel İslam Bilimleri Anabilim Dalı

Danışman: Doç. Dr. Sevim ARSLAN

Bu tez, tasavvufî bir yöntem olarak zâhidlik ile minimalist yaşam biçiminin karşılaştırılması üzerine planlanarak insanın madde ile ilişki biçimine odaklanmaktadır. Birtakım benzerliklere sahip olduğu ön kabulü ile sade yaşam biçimi olarak zühd ve minimalizm arasında ilişki kurulmuş ve geleneksel ile modernî temsil etmesi açısından ele alınmıştır. Bu bağlamda araştırmanın temel amacı; Allah, insan ve madde ilişkisinin hayata bir yansıması olarak adlandırılabilen iki sade yaşam modeli olarak zühd ile minimalizmi hedef, süreç ve sonuç açısından karşılaştırmaktır. Çalışmamız geleneksel ve modern ayrımı üzerine kurgulanmıştır. Bu ayrımında zühd, geleneksel düşüncenin bir temsilcisi, minimalist yaşam tarzı ise modern Batılı kültürün günümüzdeki bir biçimi olarak ele alınmıştır. Dünyevî arzular ve sahipliklerin azaltılması ile dünyaya olan ilgi ve sevginin belirli bir seviyede tutulması seyr-ü sülûkta bir aşama olarak kabul edilmektedir. Zühd olarak ifade edilen bu aşama, çalışmanın merkezinde yer almaktadır. Fazlalıkların ortadan kaldırılarak hayatta temel şeylere odaklanmayı böylelikle hayatın daha anlamlı olacağını ve ruh sağlığının da olumlu yönde gelişeceğini savunan minimalist yaşam biçimi ise çalışmanın bir diğer yönünü oluşturmaktadır. Zühd ile minimalizm, kişiye sade yaşam tavsiye etmesinden ötürü bir benzerliğe sahip görünse de Allah'ın varlığı, birliği, îmân ve ibadet gibi konularda bu iki anlayış birbirinden ayrılmaktadır. Bu durum aslında ilk bölümde anlatılan geleneksel düşünce ile modern düşüncenin mâhiyetindeki farklılıkla direkt ilişkilidir. Çünkü İslâmî geleneğin ve onun bir alt yorumu olarak tasavvufî geleneğin insanı ele alışı, insanı konumlandığı nokta ile minimalist yaşam biçiminin kökenindeki modern hümanist dünyanın insan algısı merkezî bir farklılık taşımaktadır. Bu farklılık da tüm düşünce, yorum ve algıların farklı taraflara yönelmesine sebep olmaktadır. Dolayısıyla iki yaşam biçiminin insan algısındaki farklılık hem başlangıç noktasında hem de ulaşılan son noktada dikkat çekicidir.

Anahtar Kelimeler: Tasavvuf, Zühd, Minimalizm, Geleneksel, Modern.

ABSTRACT

COMPARISON OF ZUHD IN SUFI THOUGHT AND MINIMALISM IN MODERN THOUGHT

AY, Kevser

Doctoral Degree, 2024

Department of Basic Islamic Studies

Supervisor: Associate Prof. Dr. Sevim ARSLAN

This thesis focuses on the human relationship to the matter by comparing Zāhid as a Sufi method and the minimalist way of life. The relationship between zāhid as a simple way of life and minimalism has been established on the assumption that they have some similarities, and it has been discussed in terms of the representation of tradition and modernity. In this context, the main purpose of the research is to compare zuhd and minimalism as two simple models of life that can be said to reflect the relationship between God, man, and matter in terms of goal, process, and result. Our study is based on the traditional and modern distinction. In this distinction, zuhd is considered as a representative of traditional thought and minimalist lifestyle is considered as a form of modern Western culture. Reducing worldly desires and possessions and maintaining a certain level of worldly interest and love is accepted as a stage of seyr-ü sulûk. This stage, which is expressed as zuhd, is at the centre of the study. Another aspect of the study is the minimalist lifestyle, which advocates the elimination of excesses and the concentration on the essential things in life. In this way, life becomes more meaningful and mental health develops positively. Although zuhd and minimalism seem to have a similarity in that they recommend a simple life, these two understandings differ on issues such as the existence and unity of God, faith and worship. In fact, this situation is directly related to the difference in the nature of traditional and modern thought explained in the first chapter. This is because the Islamic tradition and the Sufi tradition, as a sub-interpretation of it, have a central difference in their perception of man and the modern humanist world's perception of man, which is at the origin of the minimalist way of life. This difference causes all thinking, interpreting and perceiving to be directed in different directions. Therefore, the difference in the human perception of the two lifestyles is striking both at the starting and end points.

Keywords: Sufism, Zuhd, Minimalism, Traditional, Modern.

TEŞEKKÜR

Çalışmamı meydana getirme sürecinde katkılarını gördüğüm pek çok kişiye teşekkür etmek istiyorum. Öncelikle yüksek lisans ve doktora sürecinde danışmanlığımı yürüten, her türlü desteğini esirgemeyen Hocam Doç. Dr. Sevim Arslan'a saygı ve şükranlarımı sunmak istiyorum. Diğer yandan tez izleme komitesindeki kıymetli uyarı ve katkıları için Prof. Dr. Kamil Sarıtaş ve Doç. Dr. Fatih Tok'a müteşekkirim. Ayrıca tüm tez sürecinde motivasyon ve desteğini gördüğüm eşime, yaşamımın zorluk ve güzelliikle birlikte bambaşka bir hal almasının sebebi kızım ve oğluma, ailemizin diğer tüm fertlerine sonsuz teşekkürler. İyi ki varsınız.



İÇİNDEKİLER

ETİK İLKE VE KURALLARA UYGUNLUK BEYANNAMESİ	İİİ
ÖZ	V
ABSTRACT	VI
TEŞEKKÜR	VII
İÇİNDEKİLER	VIII
KISALTMALAR	XI
GİRİŞ	1
1. ARAŞTIRMANIN PROBLEMİ, ÖNEMİ VE AMACI	1
2. ARAŞTIRMANIN YÖNTEMİ, KAPSAMI VE SINIRLARI	6
3. ARAŞTIRMANIN KURAMSAL ÇERÇEVESİ	9
3.1. Kavramlar	10
3.1.1. Geleneksel ve Modern Ayrımı	10
3.1.1.1. Geleneksel Düşüncenin Mâhiyeti	12
3.1.1.2. Modern Düşüncenin Mâhiyeti	14
3.2. Kuramsal Tartışma	18
3.2.1. Geleneksel ve Modern Düşüncede İnsan, Tanrı, Madde İlişkisi	18
3.2.1.1. Geleneksel ve Modern Ayrımında İnsan	18
3.2.1.2. Geleneksel ile Modern Ayrımında Tanrı ve Din	24
3.2.1.3. Geleneksel ile Modern Ayrımında Eşya/ Madde	27
4. ARAŞTIRMANIN KAYNAKLARI	31
BİRİNCİ BÖLÜM	36
ZÜHD ANLAYIŞI	36
1.1. ZÜHD KAVRAMININ SÖZLÜK VE TERİM ANLAMI	36
1.2. ZÜHD HAREKETİNİN TARİHİ ARKA PLANI	42
1.2.1. DÜNYEVİLEŞME KARŞITLIĞIYLA ORTAYA ÇIKAN ZÜHD HAREKETİ	42
1.2.1.1. Kur'ân-ı Kerîm ve Sünnet Kaynaklı Sebepler	44
1.2.1.2. Bireysel Sebepler	48
1.2.1.3. Toplumsal Sebepler	52
1.2.1.4. Siyasal Sebepler	55
1.2.1.5. Dış Kaynaklı Sebepler	58
1.3. DİĞER DİNLERDE ZÜHD ANLAYIŞI	61
1.3.1. Hinduizm'de Zühd Anlayışı	62
1.3.2. Budizm'de Zühd Anlayışı	64
1.3.3. Caynizm'de Zühd Anlayışı	66
1.3.4. Yahudilik'te Zühd Anlayışı	67

1.3.5. Hristiyanlık'ta Zühd Anlayışı.....	69
1.4. CÂHİLİYE DÖNEMİNDE ZÜHD.....	70
İKİNCİ BÖLÜM	76
BİR YAŞAM TARZI OLARAK MİNİMALİZM	76
2.1. MİNİMALİZMİN ORTAYA ÇIKIŞI	77
2.1.1. Sanat ve Mimarlık Alanında Minimalizm.....	79
2.2. KADİM KÜLTÜR VE DİNLERLE İLİŞKİSİ YÖNÜYLE MİNİMALİZM	80
2.3. TÜKETİM KARŞITLIĞI YÖNÜYLE MİNİMALİZM	83
2.4. HAYATI ANLAMLI YAŞAMA YÖNÜYLE MİNİMALİZM	90
2.5. GÜNLÜK YAŞAM PRATİKLERİ YÖNÜYLE MİNİMALİZM.....	95
2.5.1. Yaşam Alanında ve Eşyada Minimalizm.....	95
2.5.2. Dijital Minimalizm	98
2.6. EKOLOJİYE ETKİSİ YÖNÜYLE MİNİMALİZM.....	103
ÜÇÜNCÜ BÖLÜM	106
ZÂHİDLİK İLE MİNİMALİSTLİĞİN AMAÇ, SÜREÇ VE SONUÇ AÇISINDAN KARŞILAŞTIRILMASI.....	106
3.1. ZÂHİD VE MİNİMALİST	106
3.1.1. Zâhid	106
3.1.1.1. Zühdün Konumu.....	112
3.1.1.2. Zâhidliğin Ölçüsü	114
3.1.1.3. Zâhidliğin Dereceleri	116
3.1.1.4. Zâhidliğin Tamamlayıcıları.....	118
3.1.2. Minimalist	121
3.2. ZÂHİD VE MİNİMALİSTİN AMAÇLARININ KARŞILAŞTIRILMASI	126
3.2.1. Zâhidin Amacı.....	126
3.2.1.1. Mârifetullah	129
3.2.1.2. Muhabbetullah	131
3.2.2. Minimalistin Amacı.....	134
3.3. ZÂHİD VE MİNİMALİSTİN YÖNTEMLERİNİN KARŞILAŞTIRILMASI	137
3.3.1. Zâhidin Yöntemi.....	137
3.3.2. Minimalistin Yöntemi.....	140
3.4. ZÂHİDLİK VE MİNİMALİSTLİĞİN SONUÇLARI.....	144
3.4.1. Zâhidliğin Sonuçları	145
3.4.1.1. Maddî ve Mânevî Arınmışlık	146
3.4.1.2. Öz Kontrol Gelişimi.....	149
3.4.1.2.1. İrâde Kontrolü.....	150
3.4.1.2.2. Davranış Kontrolü.....	151
3.4.1.3. Farkındalık Gelişimi	152
3.4.1.3.1. Maddiyat ve Mâneviyat Farkındalığı	152

3.4.1.3.2. Kendi Özü Hakkında Farkındalık, Kendini Tanıma.....	153
3.4.1.3.3. Emeli Kısaltma ve Dünyanın Fâni Oluşu Hakkında Farkındalık.....	154
3.4.1.4. Huzur ve Anlam Hissi	155
3.4.1.5. Özgürlük Hissi (Sahip Olmaktan ve Sahip Olunmaktan Özgürlük) ..	157
3.4.2. Minimalistliğin Sonuçları.....	158
3.4.2.1. Maddî ve Mânevî Arınmışlık.....	159
3.4.2.2. Anlamsızlıktan Anlamlılığa Geçiş	160
3.4.2.3. Mutluluk, İyi Olma ve Yaşam Doyumu	161
3.4.2.4. Farkındalık Gelişimi	165
3.4.2.4.1. Maddiyat ve Mâneviyat Farkındalığı.....	165
3.4.2.4.2. Kendi Özü Hakkında Farkındalık.....	166
3.4.2.4.3. Ekolojik Farkındalık	166
SONUÇ.....	169
KAYNAKÇA.....	183

KISALTMALAR LİSTESİ

b. : bin, ibn (oğlu)

bk. : bakınız

çev. : çeviren

ed. : editör

haz. : hazırlayan

Hz. : Hazreti

öl. : ölüm tarihi

r.a. : radiyallahu anh

s.a.v. : Sallallâhü aleyhi ve sellem

thk. : tahkik eden

ts. : tarihsiz

vb. : ve benzerleri

vd. : ve diğerleri



GİRİŞ

1. Araştırmanın Problemi, Önemi ve Amacı

İnsan, dünyaya geldiği andan itibaren kendi benliğini, evreni ve bu ikisini var edeni tanıma ve anlamlandırma arzusuyla hareket etmiştir. Bu arzunun sonucunda dünya düşünce tarihi çeşitli inanış, fikir, ideoloji, felsefe ve bilime sahne olmuştur. İnsan, kâinat ve Tanrı meselesine farklı yaklaşımlar neticesinde farklı bilim dalları meydana gelmiştir. Fizik, tıp, kimya, matematik, felsefe, edebiyat, sanat, psikoloji, kelim ve diğer bilim dalları insanoğlunun, hayatı ve kendini anlama, anlamlandırma ve problem çıktığı noktada çözüm üretme gayreti neticesinde hayat bulmuştur. Bu tür çabalar sonucunda ortaya çıkan bir alan da tasavvufur. İnsanın iç dünyasına yoğunlaşan tasavvuf, kişinin benliğindeki olumsuz duygu ve düşünceleri eğiterek kişiyi dizginlemeye, ona öz kontrol davranışı kazandırmaya çalışır. Öz kontrol ile kişi, nefsinin yönetiminde değil, yöneteni olur. Bunun sonucunda da ara yollara kapılıp gitmeden hedefine ulaştıracak asıl yolda kalabilir. Böylece tasavvuf, kişiyi hedefine ulaştıracak yoldan alıkoymasını muhtemel durumlara karşı ona temkinli olmayı öğretir. Zühd de bu temkin ve tedbirlerden biridir. Tasavvufun eğitim sürecinde zühd, bir tavır ve bir davranış biçimi olarak temel bir noktada yer almaktadır. Zühd, insanın hayatı yaşama, dünyayı yorumlama yolunda bir düşünce modeli, maddeye karşı geliştirdiği bir yaşam biçimidir. Maddiyâta ve dünyevîliğe mesafeli olma, dünyaya karşı isteksiz bir tavır takınma dinî ve mistik öğretilerin pek çoğunda bulunmaktadır. Tanrı için eşya ve maddeden uzak durma şeklinde gerçekleştirilen bu tavır, Tanrı-insan ilişkisinin önemli bir tarafını oluşturmaktadır. İnsanın dünyayı ve dünyalığı konumlandırışı âhireti nasıl anlamlandırdığını da büyük oranda belirlemektedir.

Çalışmamızın bir yönünü içeren zühd, İslâm tasavvufunda nefsi tezkiye ile ruhu mânâ âleminin yapısına uygun hâle getiren bir yöntem olarak görülmektedir. Bu yönüyle zühd, nefsin eksik ve kusurlarının giderilerek gerekli noktaların tedavi edilmesi hususunda tasavvufun geliştirdiği yöntemlerden biri ve aynı zamanda tasavvufun ilk döneminin ismidir. Çalışmanın diğer bir ayağını oluşturan minimalizm ise postmodern dönemde yaşayan insanın madde ile kurduğu bir ilişki biçimi olması yönüyle çalışmamızın ikinci bölümünü oluşturmaktadır. Bu bölümde, günümüz insanının

hayatında yer alan sade bir yaşam modeli olarak minimalizme yönelme sebeplerine, minimalizmden beklentilere ve minimalizmin birey üzerindeki etkilerine odaklanılmıştır. Diğer taraftan zâhidlik konusu da zâhidin zühde yönelmedeki amacı, tecrübe ettiği süreç ve zühd ile duygu ve davranış boyutlu değişim üzerinden ele alınmıştır. Bu kısımlarda toplanan veriler, üçüncü bölümde karşılaştırmalı yöntemle değerlendirilmiştir. Birtakım benzerliklere sahip olduğu ön kabulü ile sade yaşam biçimi olarak zühd ve minimalizm arasında ilişki kurulmuş ve geleneksel ile modern temsil etmesi açısından ele alınmıştır. İslâm toplumunda zühdün ortaya çıkışı bireysel ve toplumsal arka planı ile birlikte ele alınarak İslâm'ın doğuş yıllarında zühdün toplum üzerindeki yansımaları, Hz. Muhammed'in (s.a.v.) yaşamında nasıl bir karşılık bulduğu sahâbe ve sonrası İslâm büyüklerinden örneklerle ortaya koyulmuştur. Bu süreç, İslâm öncesi dönemlerde zühdün hayata yansımaları ve toplumda algılanışı göz önüne alınarak değerlendirilmiştir. Bunların ardından tasavvufî zühd geleneği ile minimalizm kıyaslanarak benzer ve farklı noktaları üzerinden meselenin karşılaştırılması hedeflenmiştir.

Çalışmamız geleneksel ve modern ayrımı üzerine kurgulanmıştır. Bu ayrımında zühd, geleneksel düşüncenin bir temsilcisi, minimalist yaşam tarzı ise modern Batılı kültürün günümüzdeki bir biçimi olarak ele alınmıştır. Burada minimalizmin Batılılığı temsil ediyor olması, popüler bir yaşam tarzı olması yönüyledir. Postmodern dönemin Batılı yaşam tarzının merkezinde yer alan aşırı tüketime karşıt bir söylem geliştirmesi itibariyledir. Yoksa minimalizmin kökenlerinin Doğulu din ve kültürlerde bulunduğu bilinmektedir ki bu husus, çalışmanın ilgili bölümünde detaylıca açıklanmıştır. Bu çalışmada minimalist yaşam tarzı, postmodern dönemde ortaya çıkıp, bir nevi moda gibi yaygınlaşan ve Batılıların benimsemesi yönüyle ele alınmıştır. Dolayısıyla çalışmada, minimalist yaşam tarzının “Batı’yı” ve “yeni” temsil etmesi meselenin bu tarafıyla ilgilidir. İslâm tasavvufundaki zühd yaşam biçimi ise “Doğu’yu” ve “gelenekseli” temsil ederek çalışmanın merkezinde yer almaktadır. Geleneksel ve modern düşüncenin bir ürünü olarak zühd ve minimalist yaşam biçimini karşılaştırırken geleneksel ve modern düşünüş biçiminin insana ve maddeye yaklaşımını göz önünde bulundurmanın gerekli olduğu düşünülmektedir. Bu sebeple çalışmanın giriş bölümünde, *gelenek* ve *modern* kavramı ele alınarak geleneksel ve modern düşüncede Tanrı, insan, madde ilişkisinin ele alındığı bir bölüme yer verilmiştir.

Zühd, sadece İslâm dininde mevcut değildir, İslâm öncesindeki dinlerin ve inançların da ortak yönelimlerindenidir. Öyle ki zühd, hemen her dinin temel ve evrensel ahlâk ilkelerinden biri olarak yer almaktadır. Bu sebeple zühd anlayışı farklı isimler altında tüm toplum, din, felsefî ve ahlâkî sistemlerde fakat özellikle de semâvî dinlerde bulunmaktadır. Ancak zühd anlayışının algılanma ve uygulanma biçimi diğer ahlâk kurallarında da olduğu gibi toplumlara ve bireylere göre farklılık göstermektedir.¹ Zühd hayatı, Hinduizm ve Budizm başta olmak üzere Yahudilik ve Hristiyanlıkta da mevcuttur. Birçok peygamber, dünyanın aldaticılığını ve geçiciliğini ifade etmiş, dünyanın süsüne ve nefsin hoşuna giden isteklerine aldanmamak gerektiğini belirtmiştir. Onlar, zühd eksenli bir yaşam sürmeyi insanlara tavsiye etmişlerdir. Bilindiği kadarıyla özellikle Hint dinleri, zâhidâne hayatın ilk ve klasik örneklerini barındırmaktadır. Hinduizm ve Budizm özellikle de Caynizm kişileri zühd hayatına yönlendiren referans ve tavsiyeler barındırmaktadır. Tek tanrılı dinlere bakıldığında ise zühd hayatının önemli bir konuma sahip olduğu ve kurumsallaştığı din Hristiyanlıktır. Hristiyanlık ortaya çıkışının ardından Protestanlık dışındaki diğer mezhepler zühd hayatını tavsiye eden bir yol takip etmişlerdir. Bu yol, zaman içerisinde kurumsal bir yapıya kavuşarak manastır yaşamını da kapsayarak ciddi bir biçimde yaygınlaşmıştır. Zâhidâne tutum Hristiyanlığın kendisinde bulunmamasına rağmen resmen kabul görmüştür.² Hristiyanlıkta en temel prensibin zühde alâkalı olduğu da bilinmektedir. İncil’de Hz. İsa’nın dilinden zühde dair pek çok emir bulunmaktadır. İsa Peygamber’den ulaşan birçok sözde, bu dünyanın önemsizliği, ruhun özgürleşmesini sağlayarak Tanrı Saltanatı’na girmenin önemi, dünya ve dünyaya meyledenlere yergi ve âhirete teşvik konularında yoğunluk olduğu fark edilmektedir.³

Modern zamana gelindiğinde ise 20. yüzyılın sonlarında üretimin, ürün çeşitliliğinin ve zenginliğin artmasıyla pek çok bireyin gündelik yaşamında tüketim kültürü belirleyici olmuştur. Tüketim kültürünün etkisiyle yaşadığımız yüzyıl, maddî

¹ Süleyman Uludağ, *Dört Kapı Kırk Eşik: İslâm Toplumlarında Sufî Gelenekler ve Derviş Tipleri* (İstanbul: Dergâh, 2009), 75.

² Kürşat Demirci, “Zühd”, *Türkiye Diyanet Vakfı İslâm Ansiklopedisi* (İstanbul: TDV Yayınları, 2013), 44/533-535.

³ Rıfat Okudan, “İslam Kültüründe Zühd ve Zahidlik”, *Süleyman Demirel Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi* 1/14 (2005), 159-187; Ernest Renan, *İsa’nın Hayatı*, çev. Ziya İhsan (İstanbul: Milli Eğitim Bakanlığı, 1992), 73; Funda Olgun, *Hiz. İsa’da Zühd ve Diğer Tasavvufî Unsurlar* (Adana: Çukurova Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Yüksek Lisans Tezi, 2020), 65.

sahipliklere büyük önem atfedilen, maddiyâtın toplumsal hayatta bir seviye ve gösterge ifade ettiği bir dönem olmuştur. Bunlara ilâveten, bireylerin refah seviyesi artmış ve her türlü lüks ve konforu elde etmişlerdir. Böyle bir toplumun mutlu hissetmesi beklenirken durum öyle olmamış, aksine insan daha da bunalıma⁴ girerek mutsuzlaşmıştır. Modern insanın bu mutsuzluğuna memnuniyetsizlik, doyumsuzluk, huzursuzluk ve şımarıklık eşlik etmiştir. Tüm bu özellikleriyle modern ve postmodern dönemdeki yeni yaşam biçiminin etkisiyle bazı kimseler ahlâk kurallarından ve erdemden uzak bir hayat tercih ederek dünyevîleşmiştir. Dünyevîlik, Müslümanlar da dâhil olmak üzere neredeyse tüm insanları kuşatmış, insanlık maddiyâtın etkisi altında kalmıştır. İnsanların dünyada huzur ve mutluluğunun yitirilmesinin sebebi kavgaların temelinde mal, şöhret, makam, hâkimiyet ve sahiplik arzusu gibi insanı sıradanlaştıran hatta bazen insanı alçaltan hırsların yattığını söylemek mümkündür.

Tüm bu süreçlerin arka planında yer alan dünyevîleşme, “Dünyanın bizzat dinden, dinî düşüncenin ise dünyayı anlamlandırmasından arındırılarak kapalı tüm dünya görüşlerinin dağıtılması ve tüm tabiat üstü mitler ile kutsal sembollerin kaldırılıp atılması” şeklinde târif edilmiştir.⁵ Diğer yandan modern Batı’nın sahip olduğu düşünce biçimi, yalnızca maddî yaşamı dönüştürmekle kalmamış; din en başta olmak üzere gelenekleri, kültürleri ve de kutsalı yeni bir okumaya tâbî kılarak radikal bir değişim yaşatmıştır.⁶ Bu bağlamda dünyevîleşme; dinî düşünceler, uygulamalar, inançlar ile kuralların hem bireysel hem de toplumsal yönleriyle insan yaşamındaki anlam ve önemini kaybettiği durum şeklinde ifade edilebilir.⁷ Bu süreç, insanın akıl ve dili üzerindeki dinî ve metafizik denetimin kaldırılmasıdır.⁸ İnsan yaşamındaki sosyo-kültürel ve ekonomik gerekçelere ilâveten başka birtakım sebeplerle bireylerin, yaşamı yalnızca dünyadaki yaşam ile gerçeği ise yalnızca algılanıp görülen ve tecrübe edilen boyutuyla sınırlandırması, varlığın tek boyutunun kabul edilerek metafiziğin tartışılması, diğer yandan kişilerin kendisini Tanrı’dan bağımsız görmesi ve dolayısıyla

⁴ Bunalım ile burada “huzursuzluk, bıkkınlık, çağın hastalığı, hayatın donuklaşması, insanın otomatikleşmesi, insanın kendinden, çevresinden ve doğadan yabancılaşması kastedilmektedir. Erich Fromm, *Psikanaliz ve Zen Budizm*, çev. İlhan Güngören (İstanbul: Yol Yayınları, 1997), 16.

⁵ İlhami Güler, “Dünyanın Başına Gelen ‘Derin Sapkınlık’: ‘Dünyevîleşme’”, *Politik Teoloji Yazıları* (Ankara: Ankara Okulu Yayınları, 2019), 10.

⁶ Ahmet Yıldırım, *Din, Dünyevîleşme ve Zühhd* (Ankara: Ankara Okulu Yayınları, 2014), 19.

⁷ Ahmet Cevizci, *Felsefe Sözlüğü* (İstanbul: Paradigma Yayınları, 1999), 275.

⁸ Harvey Cox, *The Secular City* (New York, 1965), 3.

kendi öz benliğinden uzaklaşarak yabancılaşması meydana gelmiştir.⁹ Bu ve benzeri şekillerde tanımlanan dünyevîleşme, insanın dünya aynasında gördüğü oyuna kendisini kaptırması sonucu unutmaya durumunu ifade eder.¹⁰ Bu ve buna benzer şekillerde tanımlanan dünyevîleşmeyle, insanların ihtiyaç anlayışı değişmiş, kişiler her defasında daha fazlasını tüketmeyi arzular olmuştur.

Büyük oranda küresel kapitalizmin de etkisiyle dünyanın çok farklı bölgelerinden insanlar birbirleriyle benzer ve hatta aynı nesneleri tüketir olmuşlardır. Bu ve benzeri şekillerde kendini gösteren tüketimdeki aşırılığı eleştiren ve bu aşırılığa karşı bir davranış geliştiren bazı yeni davranış modelleri geliştirilmiştir. Minimalizm de bu yaşam biçimlerinden biri olarak çalışmamızın bir yönünü oluşturmaktadır. Minimalizm, sade bir yaşam modeli olarak günümüzde talep görmektedir ve bu tür yaşam tarzını benimseyen bireylerin sayısı her geçen gün artmaktadır. Diğer yandan dünya kaynaklarının sınırlılığı hakkında gelişen farkındalık ve tüketimdeki aşırılıklar da göz önünde bulundurulduğunda minimalist yaşam tarzını benimseyen bireylerdeki artış eğiliminin devam edeceğini söylemek mümkündür.¹¹

Tasavvufî bir yöntem olarak zâhidlik ile minimalist yaşam biçiminin karşılaştırılması üzerine planlanan bu çalışma, insanın madde ile ilişki biçimine odaklanmaktadır. Bu ilişkide sadeliği tavsiye eden zühd ve minimalizmin karşılıklı ele alınarak değerlendirilmesi hem modern hem geleneksel düşünce biçimini yaşamında tatbik eden iki farklı düşünüş biçimine ait insanı küllî bir biçimde değerlendirmek açısından önemlidir. Bu, insanın maddiyâtla ilişkisini geniş bir perspektiften yorumlamak açısından faydalı olacaktır. Birbirinden tamamen farklı zaman ve zeminde ortaya çıkmış tasavvufî zühd geleneği ile minimalist yaşam tarzındaki benzerlikler dikkat çekicidir. Bu bağlamda araştırmanın temel amacı; Allah, insan ve madde ilişkisinin hayata bir yansıması olarak adlandırılabilen iki sade yaşam modeli olarak zühd ile minimalizmi hedef, süreç ve sonuç açısından karşılaştırmaktır.

Dünyevî arzular ve sahipliklerin azaltılması ile dünyaya olan ilgi ve sevginin belirli bir seviyede tutulması seyr-ü sülûkta bir aşama olarak kabul edilmektedir. Zühd

⁹ Mehmet Sait Reçber, “Realizm, Din ve Dünyevîleşme”, *İslâmiyât* 4/3 (2001), 21.

¹⁰ Burhanettin Tatar, “Dünyevîleşme”, *Diyanet Aylık Dergi* 149 (Mayıs 2003), 22.

¹¹ Joshua Fields Millburn - Ryan Nicodemus, *Minimalizm: Anlamlı Bir Yaşam*, çev. Hülya Key (İstanbul: Eksik Parça Yayınları, 2021), 37-42.

olarak ifade edilen bu aşama, çalışmanın merkezinde yer almaktadır. Fazlalıkların ortadan kaldırılarak hayatta temel şeylere odaklanmayı böylelikle hayatın daha anlamlı olacağını ve ruh sağlığının da olumlu yönde gelişeceğini savunan minimalist yaşam biçimi ise çalışmanın bir diğer yönünü oluşturmaktadır. Çalışmada zâhidlik ile minimalistlik benzer ve farklı yönleri açısından karşılaştırılmıştır. Çalışmada ayrıca şu sorulara cevaplar aranmıştır: Farklı ilkelerden hareket eden iki dünya görüşünün pek çok benzerliğe sahip olması ne ifade etmektedir? Minimalizm ile tasavvufî zühd geleneğinin çıkış noktası ve varmak istediği hedef konusunda nasıl bir değerlendirme yapılabilir? Hicrî 1. asırda zühd hareketinin ortaya çıkışı ile günümüz modern insanın minimalizm gibi akımlara yönelmesinin sebepleri arasında benzerlik kurulabilir mi? Tasavvuftaki zühd yaşamı ile minimalizmin ilkeler bazında benzer ve farklı yönleri nelerdir? Bu benzerlik ve ayrışmalar zâhid ve minimalistin hayatında nasıl karşılık bulmaktadır?

2. Araştırmanın Yöntemi, Kapsamı ve Sınırları

Bilimsel araştırmaların en önemli yönlerinden biri, genel geçerliliğe sahip ve aynı zamanda tutarlılık taşıyan bilgiyi elde edebilmektir. Bu yönüyle değerlendirildiğinde yöntemin hem genellenebilir ve hem de tutarlı bilgiyi elde etmeye yönelik takip edilmesi gereken yol olduğunu söylemek mümkündür. Bu açıdan bakıldığında yöntem, araştırmacıyı teorik bir bakışla geçerli ve güvenilir bilgiye ulaştıran, olgular ile olayların ele alınma biçimini tarif eden; deney, gözlem ve test ile elde edilecek verilerin hangi şekilde çözümlenip yorumlanacağı hakkında yönlendirmede bulunan bilimsel kuralların tümünü ifade etmektedir.¹²

Araştırmamız gerçekleştirilirken nitel araştırma yöntemlerinden literatür taraması, doküman analizi kullanılmıştır. Konu ile ilgili metinlerden kaynak taraması yöntemi ile veri toplandıktan sonra bu verileri sınıflandırarak analiz etme, ardından eldeki verileri yorumlayarak, karşılaştırma ve açıklamalar yapma en son aşamada ise değerlendirme yöntemleri takip edilmiştir. Çalışma ile ilgili kitaplar, tezler ve süreli yayınlar incelenmiştir. Tasavvuf geleneğindeki zühd anlayışı ile popüler bir yaşam tarzı hâline gelen minimalizmdeki benzerlik ile farklılıklar karşılaştırmalı olarak ele alınmıştır.

¹² W. Lawrence Neuman, *Toplumsal Araştırma Yöntemleri*, çev. Sedef Özge (Ankara: Siyasal Kitabevi, 2014), 1/75-76.

Bunu yaparken tasavvufî alana dair mümkün mertebe birincil kaynakların Arapça orijinal metinlerinden istifade edilmiştir. Minimalizm ile ilgili İngilizce kaynaklarda ise duruma göre bazen orijinalinden bazen ise Türkçe tercümesinden faydalanılmıştır.

Çalışmayla ilgili bir hususu burada ifade etmek gerekmektedir. Bu çalışma, karşılaştırma şeklinde gerçekleştirilmiştir. Zühd ve minimalizmin mevcut tanım ve biçimlerinden hareketle iki sade yaşam biçiminin amaç, süreç ve sonuçları üzerinden ele alınarak karşılaştırması yapılmıştır. Zâhidlik ve minimalistliğin özellikle sebep ve sonuçları üzerinden gerçekleştirilen bu mukayese işleminde sade yaşayan bireyin kendisine odaklanılmıştır. Dolayısıyla zühd kavramının tasavvuf tarihindeki değişimi, sûflere ya da dönemlere göre kavramın farklılaşması çalışmaya dâhil edilmemiştir. Zâhidliğin dönemlere ya da sûflere göre geçirdiği anlam değişimi ile ilgili başka araştırmalar vardır. Bizim bu çalışmamızda ise zühd bir tavır, tutum ve yaşam biçimi olması yönüyle ele alınmıştır. Tarihsel olmayan bu araştırmada kronolojik değil, kavram merkezli bir yöntem takip edilmiştir. Zühdün birey ile ilişkisi merkeze alınarak zâhidin amacı, yöntemi, yaşadığı zorluklar, süreç sonucunda elde ettiği değişim konu edilmiştir. Çalışmada zühd hareketi, İslâm toplumunun daha ilk yüzyılında toplumun bir kısmının dünyevîleşmeyle yüzleşmesine bir itiraz, başkaldırı hareketi olma açısından ele alınmaktadır. Zühdün bu fonksiyonu zaman içerisinde bir kısım değişimlere uğramış olsa da ortaya çıkış itibariyle en önemli gerekçelerinden biri Müslümanların dünyevîleşmesi meselesidir. Aynı şekilde minimalistin de bu yaşam biçimine giriş sebebi ile elde ettiği çıktılar çalışmanın diğer bir yönünü oluşturmaktadır. Bu iki yaşam biçiminin kaynakları ile örnekler üzerinden elde edilen bilgi ve bulgular birlikte değerlendirilip farklılıklar ortaya koyulmuştur. Araştırmada ele alınan zühd ve minimalist yaşamı karşılaştırıp yorumlarken indirgemecilikten uzak durmaya gayret gösterildiğini de ifade etmek gerekmektedir.

Çalışmamızın giriş bölümünde, modern ve geleneksel düşüncenin arka planı ile bu iki düşüncede Tanrı, insan, madde ilişkisi ele alınmıştır. Zühd ve minimalizm, insanın madde ile ilişkisini kapsadığından giriş bölümünde bu konuya değinilmiştir. Zühd, geleneksel düşüncenin, minimalizm ise modern düşüncenin temsilcisi olarak çalışmamızda yer aldığından gelenek ve modern kavramları ile modernleşme süreci ve arka planı çalışmanın kapsam ve sınırları doğrultusunda girişte işlenmiştir.

Çalışmamızın birinci bölümünde; tasavvufî zühd geleneği merkeze alınarak zühd kavramının etimolojisi, zühdü ortaya çıkaran bireysel, toplumsal, siyasal sebepler, iç ve dış kaynaklı hususlar ele alınmıştır. Kavramın eski din ve medeniyetlerdeki durumu, Hinduizm, Budizm, Caynizm, Yahudilik ve Hristiyanlık başta olmak üzere belirlenen din ve inanışlardaki zühd ve benzeri yaklaşımlar ile İslâm tasavvufundaki zühd geleneği benzer ve farklı yönleriyle karşılaştırılmıştır. Ayrıca zühdün Câhiliye Dönemi hayatına yansımaları ele alındıktan sonra Kur'ân-ı Kerîm ile hadislerdeki yeri değerlendirilmiştir. Hz. Peygamber'in ve sahâbenin hayatından zühd ilkesine dair örneklerle yer verilerek çalışma temellendirilmiştir.

Çalışmamızın ikinci bölümünde; günümüz popüler kültüründe ortaya çıkmış minimalist yaşam tarzı ele alınmıştır. Öncelikle minimalizmin tarihi, ortaya çıkışı ve tarihi arka planı değerlendirilerek minimalist yaşamın mâhiyeti ortaya koyulmuştur. Diğer yandan kişilerin bu yaşam tarzına yönelme sebepleri, süreç içerisinde yaşadıkları tecrübe, süreç sonucunda elde ettikleri değişim ve gelişme ikinci bölümde işlenen konular arasındadır. Minimalist yaşamın özellikle tüketim ile ilişkisine bu bölümde yer verilmesi yanında dijital minimalizm ve minimalizmin ekolojiye etkisi de bölüme dâhil edilmiştir. Araştırmamızda özellikle minimalistin iç dünyasında yaşadığı değişime odaklanılarak konuyla ilgili yapılan nicel ve nitel çalışma verilerinden faydalanılmıştır. İlgili çalışmalardan elde edilen veriler zâhidlikle mukayese yapılmaya uygun taraflarıyla değerlendirilip yorumlanmıştır.

Çalışmamızın üçüncü bölümünde ise zühd ile minimalizmi tecrübe eden kişiler olarak zâhid ile minimalistin amaçları, yöntemleri, süreç içinde karşılaştıkları zorluklar ve süreç sonunda elde edilen duygusal ve davranışsal gelişim ve değişimler ele alınmıştır. Belirlenen bu başlıklar altında zühd ile minimalizmin benzer ve farklı yönleri karşılaştırmalı olarak değerlendirilmiştir. Zühd ve minimalizm arasında benzer sayılabilecek mutluluk, iyi olma hâli, huzur arayışı, bireyin farkındalık gelişimi, öz kontrol, arınmışlık gibi hususlar bu başlık altında derinlemesine ele alınarak incelenmiştir. Diğer taraftan zâhid ile minimalistin sade bir yaşamı tercih ederken sahip oldukları niyet, amaç ve varmak istedikleri nokta da bu bölümde ele alınmıştır. Tüm bunların ardından ulaşılan sonuç, tespit, değerlendirme ve gelecek çalışmalar için söylenebilecek tavsiyelere ise sonuç bölümünde yer verilmiştir.

3. Araştırmanın Kuramsal Çerçevesi

Çalışmanın merkezinde yer alan zühd, dünyevîleşme ve modernleşme ile bağlantılı olduğundan çalışmamızın bu bölümünde modern ve geleneksel insan isimlendirmesinin hangi kriterlere göre yapıldığı, modern ve geleneksel insanın sahip olduğu özelliklerin neler olduğu konusu işlenmektedir. Ardından modern insanı modernleştiren süreç, çalışmanın sınır ve amaçları doğrultusunda ele alınarak zühd konusuna geçilmektedir. Çalışmamızın merkezindeki zühd, Doğu kültürü ve geleneksel düşüncenin bir temsilcisi olarak minimalizm ise Batı'nın modern dönemde ortaya koyduğu bir yaşam biçimi olarak ele alınmaktadır. Zühd ve minimalist yaşam tarzının arka planındaki düşünce ve zihin dünyasını doğru bir biçimde anlayıp yorumlayabilmek için modern ve geleneksel düşüncenin mâhiyetine değinmenin anlamlı ve gerekli olduğundan hareketle çalışmanın girişinde bu bölüme yer verilmektedir. İnsanın maddeyi konumlandığı nokta ve maddeye yaklaşım biçimi basit bir konu değildir. Aksine bireyin hem fizik hem metafizik yönlerini etkileyebilecek boyuta sahiptir. Kişinin Tanrı ve madde ile kurduğu ilişki biçimi, dünya yaşamını tanzim etmesinin yanı sıra âhiret hayatını da biçimlendiren bir özelliğe sahiptir. Bunun arka planında, kişinin maddeye yüklediği anlamın Tanrı'yı algılama biçimine etkisi bulunmaktadır. Bu sebeple insanın madde ile kurduğu ilişkinin önemli ve etki alanının geniş olduğunu söylememiz mümkündür. Bu noktada kişinin hareket noktasını oluşturan bakış açısının mâhiyeti devreye girmektedir. Bu hareket noktaları, çalışmamızda temel ve genel itibarıyla ele alınarak *geleneksel düşünce* ve *modern düşünce* olarak belirlenmiştir.

Öncelikle şunu ifade etmek gerekmektedir; bu bölüm altında ele alınacak modernleşme, Batılılaşma, medenîleşme, dünyevîleşme, postmodernizm gibi kavramlar bugün kullanıldığı biçimiyle önce Batı Avrupa dillerinde, Batı Avrupalıların kendi tarihleri içerisinde meydana çıkmış ve onların hayatlarıyla irtibatlı olarak anlam kazanmıştır.¹³ Dolayısıyla kavram ve meseleler hakkında düşünüp yorum yaparken bu durumun akılda tutulması gerekmektedir. Bununla birlikte zamanla, modern Batılı kavramlar, yeni fikirlere yeni terimler uydurarak ya da eski kavramların anlamlarını yeni düşüncelere yaklaştırarak dönüştürme yoluyla yerli kültürlerle mâl edilmiştir. Batı, 1500'lerden itibaren başlayan dönüşümle kendini Hindistan, Çin, Japonya, İran ve

¹³ Tahsin Görgün, *İslam Modernizm ve Batılılaşma* (İstanbul: Tire Kitap, 2021), 11.

Osmanlı Devleti gibi geleneksel kabul edilen dünya ülkelerinden köklü bir biçimde ayırmıştır. 19. yüzyılda ise adına modern dediği yepyeni bir dünya görüşüyle değişerek yeni düşünce ve kavramlarını geleneksel Doğulu kültürle dayatmıştır.¹⁴ Bu dayatmadan Müslümanların da az ya da çok bir şekilde etkilendiği bilinmektedir. Gelinen noktayı zühd ve minimalizm üzerinden örneklendirecek olursak bugün Müslüman gençlerin bir kısmının minimalizm adı verilen sade yaşam biçimini günlük hayatında uyguladığı görülmektedir. Birey yaşamında maddeye ne derece yer vereceğine dair birtakım ipucu ve yönlendirmelerde bulunan minimalist yaşam biçiminin Müslüman bir bireyin hayatında belirleyici olması ne anlam ifade etmektedir? Bu kişi, kendi kültürü içinde maddeyle ilişkisini tayin edecek kıstas ve yöntemleri içeren ve kendisine kılavuzluk edebilecek çaplı bir geleneğe sahipken niçin başka kültürle ait arayışlara girmektedir? Bu sorulara verilebilecek cevapların bir bölümü geleneksel ile modern algılama şekliyle alakalıdır. Bu sebeple meseleyi ortaya koymadan önce çalışmamızın bu kısmında geleneksel ve modern kavramları ile geleneksel ve modern düşüncenin Tanrı, insan ve maddeye bakış açısına değinilecektir.

3.1. Kavramlar

3.1.1. Geleneksel ve Modern Ayrımı

Geçmiş ve eskiyi çağrıştıran geleneksel ile yeniye çağrıştıran modern sözcükleri giyim tarzından siyasete, sanattan mimariye kadar hayatın hemen her alanında kullanılmaya devam eden iki farklı durumu ifade etmektedir. Toplumsal değişim açısından bakıldığında modernizm, dünya görüşündeki köklü bir değişimi ifade etmektedir. Modernite, insanın düşünce yapısı ile günlük hayatındaki pek çok noktada kendini gelenekten ve geleneksel olandan bir şekilde ayırmayı başarmıştır ve bu durumun devam ettiği de söylenebilir. Eskiden yeniye doğru yaşanan toplumsal değişme, toplumların karakteristik bir özelliğidir. Toplumlar hareketsiz değildir, az veya çok her toplum devamlı bir değişme yaşamaktadır.¹⁵ Bu değişimin altında insan-doğa ve insan-insan çatışması yer almaktadır.¹⁶ İnsanın doğa ile gerçekleştirdiği bu çatışma

¹⁴ Bedri Gencer, *İslâm'da Modernleşme (1839-1939)* (İstanbul: Doğu Batı Yayınları, 2014), 47-48.

¹⁵ Ünver Günay, *Din Sosyolojisi* (İstanbul: İnsan Yayınları, 2020), 357-358.

¹⁶ Emre Kongar, *Toplumsal Değişme Kuramları ve Türkiye Gerçeği* (İstanbul: Remzi Kitabevi, 2019), 23.

ise en temelde insanın doğa karşısındaki yaşama mücadelesini ifade eder.¹⁷ Bahsedilen değişme devamlılık gösteren bir süreçtir ki bir toplumun mevcut kültürü gelecek nesillere değişme yaşamadan aktarılması mümkün değildir. Ancak bu değişimin hızı, toplumlar arasında farklılık gösterebilir. Geleneksel toplumlarda bu değişim nispeten yavaş iken endüstriyel toplumlarda daha hızlıdır.¹⁸ Dolayısıyla toplumların değişimi kaçınılmazdır fakat bu noktada yaşanan değişimin hangi yönde ve ne özellikte olduğu belirleyicidir.

Tanrı, insan, mekân (evren) ve zaman (tarih) olmak üzere dört unsur ile müteşekkil olan dünya görüşü, geleneksel düşüncede hikmete dayanmaktadır. Geleneksel dünya görüşüne göre varlığın kaynağı Tanrı ile kendi sûretinde yarattığı insan ve evren arasında bir uyum bulunmaktadır. Geleneksel düşünceye göre, makro-kozmos dünya ile mikro-kozmos insan, aynı varlığın parçaları olarak kabul edilmektedir. Bilgi ise kâinatın, zübde-i kâinatı kabul edilen insana yansımından meydana gelmektedir. Bu geleneksel dünya görüşü, Batılı insanın Hristiyanlığa yabancılaşması ile değişime uğramıştır. Varlık ve bilginin arasında kurulan geleneksel ilişki ise Descartes ile yön değiştirmiştir. O, varlık ve bilgiyi beşerî şuurda temellendirmiş, “Düşünüyorum o hâlde varım.” ifadesiyle modern dünya insan şuuruna göre inşâ sürecine girmiştir.¹⁹ Bu inşâ sürecinde modern Batı düşüncesi özellikle Descartes’le birlikte tabiatın ikiliğini vurgularken geleneksel İslâm anlayışı tevhid ilkesi üzerinde devam etmiştir.²⁰ Fakat Hristiyan Batı dünyasında yaşanan bu büyük değişim, sadece değişimin meydana geldiği bölge ve toplumu etkilemekle kalmamış zaman içerisinde dünyanın bambaşka kültür ve yörelerinde de büyük çaplı bir etki meydana getirmiştir.

Bu etkinin öznesi Batı’da, 17. yüzyıla kadar süregelen dünya görüşünde teoloji, bilimlerin kraliçesi olarak görülmekteyken²¹ gelenek şemalarından kopularak hayatın düzenini insan aklı ile bulma girişiminin Rönesans ile başlatılmasıyla, gözler gerçek

¹⁷ İnan Özer, “Toplumsal Değişme/ Gelişme”, *Sosyolojiye Giriş*, ed. İhsan Sezal (İstanbul: Beta, 2010), 562.

¹⁸ Enver Özkalp, *Sosyolojiye Giriş* (Bursa: Ekin Basım Yayın Dağıtım, 2010), 295.

¹⁹ Gencer, *İslâm’da Modernleşme*, 55-56.

²⁰ Ernest Wolf-Gazo, “Batı’da ve İslâm’da Allah Anlayışına Felsefî Bir Yaklaşım”, çev. İbrahim Özdemir, *İslâmî Araştırmalar* 3/2 (1989), 14-15.

²¹ Franklin Le Van Baumer, “Batı Düşüncesinin Ana Akımları”, çev. Kapadokya MYO Çeviri ve Redaksiyon Heyeti, *Batıya Yön Veren Metinler*, ed. Alev Alatl (İstanbul: Kapı, 2021), 2/834.

dünyaya çevrilmiştir.²² Aydınlanma düşüncesi ile bilgiyi ele alış biçimi farklılaşmış, yeni bir evren anlayışı meydana gelmiş fakat bu değişimi yaşayan birey ve toplumun bir kısmı bu radikal değişime karşı durmayı, eskiyi muhafazayı tercih etmiştir.²³ Yine bu dönemde Katolikliğin eleştirilmesiyle gözden düşürülen gelenek kavramı 19. yüzyılda yok edilerek modernliğe dönüştürülmüştür. Emile Durkheim ile Max Weber gibi Yahudi ve Protestan olup kuvvetli bir dinî geçmişe sahip ve geleneğin bilgisine vâkıf kişilerin başını çektiği Batılı sosyoloji, modernlik ve modernleşmeye yönelerek modernliğin zıddı kabul edilen geleneği teoloji, folklor ve politik felsefe alanlarına yönlendirmişlerdir. Bunun devamında Batılılar, modernleşme ve sekülerleşmenin yaygınlaşmasıyla kamusal fenomen olarak din ve geleneğin tamamen geçmişte kalacağını düşünmüşlerdir.²⁴ Geleneksel ve modern düşünce biçimi şeklinde ikiye ayrılmakla sonuçlanan bu sürecin yankısı yalnızca zihin düzeyinde kalmamış iş yaşamından dinî hayata kadar insanın yaşadığı tüm süreçlerde bir dönüşüme sebebiyet vermiştir.

Geleneksel düşünceye bağlı kalanlar Doğu uygarlıkları olurken gelenek karşıtı uygarlığa ise modern Batı uygarlığı denilmiştir. Doğu uygarlığı birden fazladır ancak ortak noktası geleneksel uygarlık özelliklerine sahip olması ve bu özelliklerin Batı uygarlığında olmamasıdır. Doğu uygarlıkları; Çin uygarlığının temsil ettiği Uzak Doğu, Hint uygarlığının temsil ettiği Orta Doğu ve İslâm uygarlığının temsil ettiği Yakın Doğu'dur.²⁵ Bizim çalışmamızın odak noktasını genel anlamda İslâm uygarlığı, özel anlamda ise İslâm tasavvuf düşüncesi oluşturmaktadır.

3.1.1.1. Geleneksel Düşüncenin Mâhiyeti

Gelenek çoğunlukla 'adet' ve 'stil' anlamlarında kullanılmış olsa da aslında geçmişten miras alınan ve din kategorisindeki şeyler de dâhil olmak üzere bir medeniyeti oluşturan ve benzerlerinden ayıran bütün farklı özellikleri kapsamaktadır.²⁶

²² Macit Gökberk, *Felsefe Tarihi* (İstanbul: Remzi Kitabevi, 1993), 326; Cemal Yıldırım, *Bilim Tarihi* (İstanbul: Remzi Kitabevi, 1994), 78.

²³ Özlem Kırılı, “‘Kadim’in Restitüsyonu ve ‘Kutsal’ın Restorasyonu”, *Öteki Muhafazakârlık*, ed. A. Çağlar Deniz (Ankara: Phoenix, 2016), 17-19.

²⁴ Gencer, *İslâm'da Modernleşme*, 49.

²⁵ René Guénon, *Modern Dünyanın Bunalımı*, çev. Mahmut Kanık (İstanbul: İnsan Yayınları, 2017), 62.

²⁶ Lord Northbourne, *Modern Dünyada Din*, çev. Şahabeddin Yalçın (İstanbul: İnsan Yayınları, 1998), 13.

Gelenek, geçmişten ulaşanların tümünü,²⁷ inanç, kurum ve seremonileri kuşatan toplumsal pratikleri,²⁸ kuşaktan kuşağa aktararak bugüne gelmiş bilgi, düşünce ve kültür birikimini ifade etmektedir.²⁹ Zamana karşı koyabilmiş, yüzyıllar boyunca devam ettirilmiş ve kuşaktan kuşağa geçebilen değer, uygulama ile kuralların tümüdür. Bu yönüyle gelenek, tarihin ve zamanın testinden geçmiş bilgi birikimini ve bilgeliği ifade etmektedir.³⁰

Modernliğin zıddı olarak gelenek, aslında teolojik bir kavramdır. Bu kavram, insanoğluna gelen vahyi ve kutsalı kapsayarak diğer yönden bu kaynakla sürdürülen ilişkiyi ifade etmektedir.³¹ Bu anlamda dinin kendisi, bütün tarihi ve zamanı kuşatan, sahici ve ana bir gelenektir.³² Tüm bu yönleriyle geleneği değerli bulan muhafazakârlık ise korunması istenen değerleri, toplumun hakikatlerini ve tecrübelerini geçmişte aramaktadır. Bu anlamıyla muhafazakârlık, Aydınlanma ile meydana gelen toplumsal, siyasal, kültürel yapılarıdaki köklü değişim ve dönüşüme bir itirazdır. Bu itirazın sebebi ise insanın doğasına, ahlâkî ve toplumsal yönüne uymayan modern projelerdir. Bu anlamda anti modern denebilecek muhafazakârlık, referanslarını gelenekten alır, ilkelerini geleneğe göre belirler. Muhafazakârların, Aydınlanma düşüncesine itiraz ettiği birinci husus insan aklını ele alış biçimidir. Onlara göre akıl, Aydınlanma düşüncesinde iddia edildiği gibi yüce ve yanılmaz bir otorite olmayıp sınırlı bir kavrayış gücüne sahiptir. İtiraz konusu ikinci husus, modern düşüncenin birey hakkında geliştirdiği yorumlar ve kabuller konusundadır. Muhafazakârlar bireyi soyut olarak değil, toplum içinde ele almaktadırlar. Bireyin ahlâkî açıdan zaafı olduğunu ve bundan dolayı karar verirken içgüdü, menfaat ve şehvetin etkili olduğunu düşünmektedirler. Üçüncü bir husus ise kutsal ile dini ele alış biçiminde yatmaktadır. Bu yönleriyle modern düşünüş biçimine katılmayan muhafazakâr düşünceye sahip bireyler kutsallık bulunmadan toplumun, toplum bulunmadan da kutsalın anlamsız olduğu fikrine sahiptirler.³³ Tüm bu yönler göz önünde bulundurulduğunda geleneğin

²⁷ Hasan Hanefi, *Gelenek ve Yenilenme*, çev. M. Emin Maşalı (Ankara: Otto, 2016), 11.

²⁸ Ali Coşkun, *Sosyal Değişme ve Dini Normlar* (İstanbul: Rağbet Yayınları, 2016), 47.

²⁹ Kadir Canatan, “Gelenek, Din ve Modernite”, *Bilgi ve Hikmet Dergisi* 9 (1995), 28.

³⁰ Kırılı, “‘Kadim’in Restitüsyonu ve ‘Kutsal’ın Restorasyonu”, 38.

³¹ Seyyid Hüseyin Nasr, *Modern Dünyada Geleneksel İslam*, çev. Ali Sertan Beşer (İstanbul: İnsan Yayınları, 2022), 16.

³² Canatan, “Gelenek, Din ve Modernite”, 28.

³³ Kırılı, “‘Kadim’in Restitüsyonu ve ‘Kutsal’ın Restorasyonu”, 17-38.

merkez noktasını oluşturan kutsalın etrafındaki meselelerde de Allah düşüncesinin belirleyici olduğunu söylemek mümkündür. Allah'ın bu merkezietiyi insan başta olmak üzere varlık, bilgi, kâinat, dünya ve madde ile ilgili tüm meselelerde etkilidir. Bu durum ise geleneksel düşünce kalıplarına sahip insanların o düşünce ile uyumlu bir dünya algısı ve tavrı geliştirmesine sebebiyet vermiştir. Hicrî 2. asırda zâhid zümrenin ortaya çıkışı meselesini bu yönden değerlendirdiğimizde zâhidlerin, bir gelenek olarak Hz. Peygamber'in yaşam biçimi niteliğindeki sadeliği devam ettirme arzusu taşıdıklarını söylemek mümkündür. Bu arzuyu (sade yaşam geleneğini devam ettirme arzusu) taşıyan bir kısım Müslüman, zenginleşerek dünya malına kıymet veren güncel adlandırmayla dünyevîleşen kimselere karşı bir tepki geliştirmişlerdir. Hz. Peygamber'in madde ile kurduğu ilişki biçimini aynen sürdürmek isteyenler ile dünyevî zenginliklerin merkeze alındığı yaşam biçimine uyum sağlayanlar arasında meydana gelen bu ikilik bir anlamıyla geleneksel ile modernin, eski ile yeninin karşı karşıya gelişini ifade etmektedir. Peki geleneğin karşısına konumlandırılan modern düşünce biçiminin gelişim süreci hangi şartlar altında gerçekleşmiştir?

3.1.1.2. Modern Düşüncenin Mâhiyeti

Modern kavramı, geleneksel olandan yeniliğe ve çağdaşlaşmaya doğru gidişi,³⁴ yeniliğin farkında olmayı, geleneklerden koparak âna tâbi olmayı talep eden yaşam tarzını³⁵ ifade eden bir terimdir. Modern, yaşadığımız zamana ait ya da uygun anlamında,³⁶ mevcut ve canlı, gerçek ve etkili olanı ifade etmekte ve modernlik de canlı bir biçimde mevcut olmak ve bu mevcûdiyetini etkin bir biçimde sürdürmek şeklinde kullanılmaktadır.³⁷ Dolayısıyla modern toplum, günümüzdeki toplum anlamına gelmektedir. Zamanla modern kavramı, çağdaşlaşma anlamı ile gündelik dile yerleşmiştir.³⁸ Buradaki modern kavramı aslında radikal bir değişimin ardından ortaya çıkan yeni durumun adlandırmasıdır. Modern dünya, tarım dünyasının yerini alarak dünya hakkında yeni bir görüş ortaya koymuştur. Dolayısıyla modern olmak, geçmişe

³⁴ Krishan Kumar, *Sanayi Sonrası Toplumdan Post-modern Topluma Çağdaş Dünyanın Yeni Kuramları*, çev. Mehmet Küçük (Ankara: Dost Kitabevi, 1999), 88.

³⁵ Ali Yaşar Sarıbay, *Postmodernite, Sivil Toplum ve İslâm* (İstanbul: Alfa, 2001), 7.

³⁶ Kongar, *Toplumsal Değişme Kuramları ve Türkiye Gerçeği*, 228.

³⁷ Görgün, *İslam Modernizm ve Batılılaşma*, 12.

³⁸ Perry Anderson, *Postmodernitenin Kökenleri*, çev. Elçin Gen (İstanbul: İletişim Yayınları, 2002), 9.

ait olmayıp başka yöntem ve yaklaşımlar gerektiren yeni bir dünyada yaşamak anlamına gelmektedir.³⁹

Modernlik ise Batı'nın Rönesans'tan itibaren kendi dinamikleri ile yaşadığı deneyime sonradan verilen bir isimlendirmedir.⁴⁰ Dolayısıyla modernite tarihte bir kez yaşanmış, Batı ile Kuzey Amerika'da ortaya çıkmış bir gerçekliktir. Bunun dışında dünya üzerindeki diğer modernleşme politikaları ise bu durumun taklit edilmesidir.⁴¹ Bu vaziyet düşünüldüğünde modernleşme, önceki zamanlara ait toplum tipinden günümüze ait toplum tipine doğru ilerleyen değişme anlamını taşımaktadır. Batılı toplum bilimcilere göre ise modernleşme, gelişip ilerleyen toplumların, Batı toplumlarının yaşadığı şeyleri yaşayarak benzer yolları katedecekleri düşüncesiyle ilgilidir.⁴²

Diğer taraftan modernleşme, Aydınlanmayı ve aydınlanmış aklın sonucu olarak rasyonel bilimi ve yöntemini her alana uygulamayı ifade etmektedir. Modernizm, Aydınlanmayla birlikte meydana gelen entelektüel dönüşüm neticesindeki dünya düşüncesini; hümanist anlayış, sekülerlik ve demokrasi fikirlerinin inşâ ettiği bilimsel, ilerlemeci, akla dayanan ve insan merkezci düşünce tarzını merkeze almaktadır.⁴³ Dolayısıyla modernleşme, karmaşık bir süreçtir ki tek bir boyuta indirgenemez. Endüstrileşme, kentleşme, farklılaşma, sosyal hareketlilik, dinî unsurlardan kurtulma, eğitimin artması, haberleşmenin yayılması, siyâsî katılımın genişlemesi gibi insan düşünce ve davranışlarının tüm alanlarındaki değişimi kapsamaktadır.⁴⁴ Kutsal bir vahiy ya da ulusal bir öz etrafında örgütlenen ve aynı amaçla eyleme geçen bir topluma modern nitelemesi verilmesi mümkün görülmemiştir. Somut tarafıyla ise modernlik akılcı, bilimsel, teknolojik ürünlerin yaygınlaştırılmasıdır. Fakat modernliğin göstergesi yalnızca bilimin teknolojik uygulamalarının gerçekleştirilmesi değildir. Toplumsal açıdan bakıldığında modernlik, insan yaşamının ekonomiden aile hayatına, dinden siyasete ve sanata kadar pek çok farklı alanlarının farklılaşmasını ifade etmektedir.

³⁹ Abel Jeanniere, "Modernite Nedir?", çev. Nilgün Tütal, *Modernite versus Postmodernite*, ed. Mehmet Küçük (Ankara: Say Yayınları, 2011), 112.

⁴⁰ Besim F. Dellaloğlu, "Muhafazakârlık ile Modern/lik-leşme Kavşağında Türkiye ve Tanpınar", *Öteki Muhafazakârlık*, ed. A. Çağlar Deniz (Ankara: Phoenix, 2016), 55.

⁴¹ Canatan, "Gelenek, Din ve Modernite", 33.

⁴² Kongar, *Toplumsal Değişme Kuramları ve Türkiye Gerçeği*, 227-228; Dellaloğlu, "Muhafazakârlık ile Modern/lik-leşme Kavşağında Türkiye ve Tanpınar", 56; Sarıbay, *Postmodernite, Sivil Toplum ve İslâm*, 5.

⁴³ Cevizci, *Felsefe Sözlüğü*, 598, 603.

⁴⁴ Özer, "Toplumsal Değişme/ Gelişme", 578.

Modernlik düşüncesi tüm bu alanlarda, bireyin ve toplumun yaşamında yer alan Tanrı'nın yerine bilimi koyarak dinî inanç ve davranışlara özel hayatta yer vermektedir. Teknolojiye ilâve olarak entelektüel etkinliğin her türlü siyasal propaganda ve dinî inançlardan korunması, yasaların tarafsız olması; kişilerin torpil, adam kayırma, partililik ve yolsuzluklardan korunması ayrıca kamu ve özel yönetimlerin kişisel iktidar aracı olmaması, özel yaşam ile kamu yaşamının birbirinden ayrılması da modern toplumda bulunması gerekenlerdendir.⁴⁵

En genel itibariyle Aydınlanma, Avrupa'da ortaya çıkarak 17. ve 19. yüzyıllar arasını kapsayan, bazı filozofların insan yaşamında tek yönetici ve yol gösterici olarak bilimi kabul ettiği, kültürel bir döneme, bilimsel keşif zaman dilimine işaret eden felsefî ve aynı zamanda toplumsal harekete verilen isimdir.⁴⁶ Burada Aydınlanma, insanın geleneğe ait düşüncelerden, otoritelere olan bağlılıklardan, önyargılardan ve tasarımlardan arınarak sadece akıl yoluyla hayatı anlamaya ve düzenlemeye çalışmasını ifade etmektedir.⁴⁷ Her ne kadar Avrupa'da 15. yüzyılın ortalarından itibaren insanın varoluş amacı ve bu dünyadaki yeri sorusu akılları meşgul etse de ancak 18. yüzyılda Rönesans'la birlikte her türlü baskıdan kendisini kurtaran insanın aklını kendi başına kullanması gerçekleşebilmiştir. Yine bu yüzyılın sonlarında yaşanan Fransız İhtilali de Aydınlanma düşüncesinin politik-sosyal bir etkisi olarak meydana gelmiştir.⁴⁸

Aydınlanma temelde Orta Çağ anlayışına itiraz ederek yeni bir dünya görüşü kurmuştur. Rönesans ile aşkın yani kökü ve varacağı nokta bir üst dünyadaki hayat düzeninden içkin yani kökü ve varacağı nokta bu dünyada olan bir hayat düzenine geçiş adımıdır. Bu temel amaçla Rönesans düşüncesi tüm târihî otoritelerden kendisini kurtararak yalnızca deney ve akıl kılavuzluğuyla bir dünya düzeni kurmak istemiştir. Orta Çağ'ın geleneklerinden kurtularak tüm düşünce ve eylemlerinde bireyin özgürlüğünü hedeflemiştir.⁴⁹ Bu hedefine ise akla ve eleştiriye dayanan bir

⁴⁵ Alain Touraine, *Modernliğin Eleştirisi*, çev. Hülya Uğur Tanrıöver (İstanbul: Yapı Kredi Yayınları, 2014), 25-26.

⁴⁶ Cevizci, *Felsefe Sözlüğü*, 88.

⁴⁷ Bedia Akarsu, *Felsefe Terimleri Sözlüğü* (Ankara: Türk Dil Kurumu Yayınları, 1975), 22.

⁴⁸ Gökberk, *Felsefe Tarihi*, 325; Kâmuran Birand, "18. Yüzyıl Fransız Aydınlanma Tarihçiliği ve Modern Tarihçilik Karşısındaki Durumu", *Ankara Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi* 5/1 (Ocak 1956), 87.

⁴⁹ Gökberk, *Felsefe Tarihi*, 326.

sorgulamayla her türlü hurafenin, bâtıl inancın, din ve metafiziğin eleştirilmesi ve reddedilmesiyle ulaşmak istemiştir.⁵⁰

Özetlenecek olursa modernizm, geçmişe ait her türden gelenek, adet, alışkanlık, inanç, otorite gibi tüm bağlayıcılardan özgürleşmek, özerkleşmek, birey olarak kendi hayatını ve inançlarını düzenlemede yalnızca kişinin kendisinin söz sahipliği yapması, yaşam tarzlarının farklılaşması ve bireyselleşmesi, bilim ve tekniğin her alanda tek belirleyici olması ilkelerini önceleyen bakış açısını ifade etmektedir. Tüm bunlarla ilişkili olarak Aydınlanma ise Batı dünyasında meydana gelmiş, Rönesans ile başlayıp süren ve temelinde hümanizm, akılcılık, ilerlemecilik, bilimcilik, ateizm ile deizmin bulunduğu bir süreç olmuştur. Özellikle hümanizm ilkesinin kabulüyle insanın olduğu hemen her alan bu ilkenin etkisinden payını almıştır. İnsan hayatının temelindeki dinin algılanışı hümanizm ilkesiyle köklü bir değişim yaşayarak, Tanrı ve vahiy merkezli bir dünyadan insanın merkez kabul edildiği bir dünyaya geçilmiştir. Dolayısıyla Tanrı'nın değil, insanın kural, bilgi ve kabulleri vahyin yerine geçmiştir. Artık insanın Tanrı'ya ihtiyacı kalmamıştır. Bu yeni düzende insan, hakikatin kaynağı olarak dünyayı kendi başına inşa edebileceği iddiasıyla ortaya çıkmıştır. Peki bu durum ne şekilde devam etmiştir? Kendisini engelleyen her türlü bağdan özgürleşen insan, yeni yaşam biçiminden memnun ve mutlu olmuş mudur?

Geleneksel ile modern düşünceye dair buraya kadar aktarılanlardan şu çıkarımları yapmak mümkündür: Geleneksel bakışın merkezinde Tanrı, din ve kutsal önemli bir yere sahipken modern bakışın merkezinde insan/insanın istekleri ve eşya/kapital yer almaktadır. Eşyanın merkeziyeti ise maddiyata önem vermeyi ve dünyevîleşmeyi doğurmuştur. Bu anlamda özellikle 20. yüzyıl, Müslümanlar açısından bir kırılma ve dönüm noktası olmuş; Müslümanlar gelenek ile modernin arasında bir tercih yapmak durumunda kalmışlardır. Moderniteyi kabul ettikleri durumda modernitenin öngördüğü sürece ya tamamen katılacak ya moderniteyi kendi düşünce dünyalarında yeni bir biçime sokacak ya da tamamen reddederek geleneksel alandan çıkmamayı tercih edeceklerdi. Müslümanların bu üç ihtimal arasında yaşadıkları git-gel, bireysel ve toplumsal çapta kendini göstermiştir. Bu göstergelerden biri de Müslümanların dünyevî

⁵⁰ Ahmet Cevizci, *Aydınlanma Felsefesi* (İstanbul: Say Yayınları, 2017), 12.

sahiplik ve zenginlik karşısında geliştirecekleri tavidir. Geleneksel tavrı sürdürenler ile modern düşüncenin birey merkezli anlayışını tercih edenler mevcut olmuştur.

Çalışmamızın konusu zühd ve minimalizm bu bağlamda değerlendirildiğinde; Batı'nın, modern insan yaşamına sunduğu minimalist yaşam tarzının pek çok yönüyle modernitenin bakış açısını yansıttığını söylemek mümkündür. Minimalist yaşam biçiminde, özellikle bireyin kendisinin ve duygularının merkezde yer alması, herhangi bir kutsalın belirleyici olmaması yalnızca bireyin yaşadığı hayata dönük bir yaşam biçimi oluşturması taraflarıyla dikkat çekmektedir. Bu kapsamda çalışmamızda, minimalist yaşam tarzının Müslüman bireyin hayatına ne derece katkı sunacağı, alternatif bir yaşam modeli olup olamayacağı sorusuna cevap aranmaktadır. Bu arayışta bir ölçü olması adına geleneksel ve modern düşüncenin insan ve maddeye dair geliştirdiği yorumların göz önünde tutularak meselenin ele alınması ve o doğrultuda bir değerlendirme yapılması doğru olacaktır.

3.2. Kuramsal Tartışma

3.2.1. Geleneksel ve Modern Düşüncede İnsan, Tanrı, Madde İlişkisi

3.2.1.1. Geleneksel ve Modern Ayrımında İnsan

Kur'ân-ı Kerîm'de ifade edildiği üzere Allah, ilk insanı⁵¹ topraktan yaratıp⁵² ruhundan üflemiş,⁵³ ona isimlerin tamamını öğretip⁵⁴ ardından meleklerin insana secde etmesini emretmiştir.⁵⁵ Âdem'den sonra eşinin de yaratılmasıyla⁵⁶ insanın hayat hikayesi başlamıştır. Allah, Âdemoğullarını şerefli kıldığını⁵⁷ ifade ederek insanın halifelik⁵⁸ vazifesini vurgulamıştır. *“Biz insanı en güzel biçimde yarattık. Sonra onu aşağıların aşağısına indirdik.”*⁵⁹ âyetinde ifade edildiği üzere insan, iyiliği ve kötülüğü yapabilme kapasitesiyle yaratılmıştır. Yaratılmış diğer canlılara oranla daha fazla güç

⁵¹ Sâd 38/75.

⁵² el-En'âm 6/2; el-Hicr 15/26; Tâhâ 20/55; el-Mü'minûn 23/12; er-Rûm 30/20; es-Sâffât 37/11; er-Rahmân 55/14.

⁵³ el-Hicr 15/29; es-Secde 32/9; Sâd 38/72.

⁵⁴ el-Bakara 2/31.

⁵⁵ el-Bakara 2/34; el-A'râf 7/11; el-İsrâ 17/61; Sâd 38/72.

⁵⁶ en-Nisâ 4/1; el-A'râf 7/189.

⁵⁷ el-İsrâ 17/70.

⁵⁸ el-Bakara 2/30.

⁵⁹ et-Tîn 95/4-5.

ve sorumluluğa sahip insana, iyi ve kötüyü tercih edebilme yetisi bahşedilmiştir. Benliğinde zıt kutuplar mevcut olan insan, devamlı içsel bir çatışma yaşamaktadır. İnsanın bu durumundan dolayı temiz bir fitrat ile bu dünyaya gönderildiği hâli, zaman içerisinde kendi tercihleriyle yaptığı kötü ahlâk ve davranışlarından ötürü değişmektedir. Tasavvuf ise insanın mânevî ve ahlâkî yönden temizlenmesi/sâfiyetini muhafaza edebilmesi hedefiyle birtakım ilke ve yöntemler geliştirmiştir.

İnsandan beklenen, sahip olduğu zıtlıktan kaynaklanan bu çatışmayı doğru yöneterek bir âhenk ve güzelliğe dönüştürebilmesidir. Din, bunu gerçekleştirebilmesi için insana yol göstermektedir.⁶⁰ Tasavvufî gelenekte insan, sadece madde ya da sadece mânâdan meydana gelmiş bir varlık değildir. İnsan, toprak maddesiyle yaratıldığından ötürü süflî, Allah'tan bir ruh, bir parça taşıması yönüyle de ulvîdir.⁶¹ “Allah, Âdem'i kendi sûretinde yarattı.”⁶² sözünden hareketle sûfilere göre insan, yalnızca maddî unsur taşıyan bir varlık değildir, metafizik ve ilâhî alandan pay taşıyan,⁶³ melekût ve lâhut âlemlerine doğru açılabilme boyutuna sahip, ulûhiyet ile ubûdiyetin (lâhut ve nâsutun) birleştiği tek varlıktır.⁶⁴ Bu yönüyle insan ruhu, Allah'ın muhatabı olabilme yetisine, bilgisine sahiptir ki o, zaten ruhlar alemindeyken elest bezminde bunu tecrübe etmiştir. Ancak insanın dünya hayatındaki gafletinden kaynaklı hataları, onun birlik ve bütünlüğe yani vahdete erişmesine engeldir. Tasavvuf ise insanın önündeki bu engelleri ortadan kaldırıp, idrak kapasitesini geliştirip onun hakikate ulaşabilmesini sağlayacak bir yaşam tavsiye etmektedir. Tasavvuf, insan nefsinin hevâ ve hevesini kontrol altında tutacak mücadele ve mücahede yöntemleri geliştirmiştir, zamanla bu yöntemlerin çeşitlenmesi ile farklı meşrep ve tarikatlar meydana çıkmıştır.

Sûfilere göre kâinattaki varlıklar, Allah'ın sıfatlarından ancak birini veya diğerini aksettirebilirken insan, isimlerin tamamını aksettirme kâbiliyetiyle yaratılmıştır. Çünkü

⁶⁰ Mehmet Demirci, “İçe Dönük Cihad: Mücâhede”, *Tasavvuf İlmî ve Akademik Araştırma Dergisi* 8/19 (2007), 11.

⁶¹ Ömer Yılmaz, “Tasavvuf Kültüründe İnsan-Dünya İlişkisi”, *Tasavvuf: İlmî ve Akademik Araştırma Dergisi* 18 (2007), 194.

⁶² Ebû Abdillâh Muhammed b. İsmail el-Buhârî, *Sahîhu'l-Buhârî* (Beyrut: Dâr-u İbn Kesîr, 1423), “İsti'zân”, 1; Ebû'l-Hüseyn Müslim b. el-Haccâc b. Müslim el-Kuşeyrî Müslim, *el-Câmi 'u's-ş-şahîh*, thk. Muhammed Fuad Abdülbâki (Beyrut, 1983), “Birr”, 115.

⁶³ Hüseyin Aydın, “İnsanın Varlığı, Konumu ve Nihâî Gayesi”, *Diyanet Aylık Dergi* 154 (Ekim 2003), 11.

⁶⁴ Sadık Kılıç, “Bir Cennet Hayatına Doğru: Akıl ile Kalbin Uzlaşması”, *Diyanet Aylık Dergi* 154 (Ekim 2003), 20.

insan, ism-i a'zâmın mazharı, Allah'ın sûretinin aynasıdır ki kendisinde hem ulvî hem süflî varlık hakikatlerinin tümünü barındırır. İnsan, hariçteki âlem-i kübrânın özü ve özeti, küçültülmüş hâli olduğundan, âlem-i suğrâ adlandırmasını almıştır. Bunun yanında birtakım mutasavvıflar da asıl insanı âlem-i kübrâ olarak kabul ederken kâinatı da âlem-i suğrâ olarak görürler.⁶⁵ Canlı cansız tüm varolmuşlar Rabbi'ni tesbih eder ancak insan dışındaki varlıkların Allah'ı takdis ve tesbih etmesi tam değildir. Âleme varlık olarak en son gönderilmiş olan insan ise eşyanın eksikliklerini tamamlayıp gidermekle vazifelidir. İnsan, Allah'ı bilen ve Allah'a ibadet eden sonsuz varlıklardan biridir. Ancak insan, diğer tüm varlıklarda parça hâlinde bulunan bilgi ve ibadeti bütünlüğe kavuşturup yetkinleştirebilecek bir varlıktır.⁶⁶ Dolayısıyla tasavvuf, her insanın hâli hazırda içinde olduğu olağan bilinçlilik ve uyanıklık hâlini aşabilme yetisine sahip olduğu iddiasındadır. Tasavvuf bu yetiye sahip insanın bilinç ötesine uzanma sürecini yöneterek bütüncül bir insan modeli ortaya koymaktadır.⁶⁷

Tasavvufta insan denince akla ilk gelen kavramlardan biri “insan-ı kâmil” anlayışıdır. İnsan-ı kâmil, ilâhî tecellinin zuhûr ettiği en yetkin varlık, evrensel insan idesi ve âlemin yaratılmasındaki gâyedir.⁶⁸ Bu kavramı ilk kullanan kişi olduğu ileri sürülen İbnü'l-Arabî'nin eserleri incelendiğinde insan hakikatinin mükemmelliğine yapılan vurgu fark edilir. Ona göre Allah, isimlerindeki hakikati, her şeyi kapsayan (kevn-i câmi) bir varlık üzerinde görmek istediğinde ilk olarak âlemi ruhu olmayan bir ceset ve cilasız aynaya benzer yaratmıştır. İnsan ise bu aynanın cilâsı, ruhu gibidir.⁶⁹ Onun insan-ı kâmil tanımlamasında “Hakk'ın sûreti” olma tarafı ön plandadır. Tanımdaki kâmil sıfatı, iyi ya da kötü herhangi bir ahlâkî ayırmadan ziyâde insanın tüm özelliklerini ifade etmektedir. Yani buradaki kemâllik/yetkinlik, ahlâkî değil ontolojik bir özellik taşımaktadır. İnsan varoluşu itibarıyla kâmildir ki ilâhî ve kevnî özellikler insanda mevcuttur. Dolayısıyla İbnü'l-Arabî'de kemâllik vasfı, varlığın tüm anlamları ile özelliklerinin kendisinde gerçekleştiği insan cinsinin varoluşsal mükemmelliğini, her

⁶⁵ Mehmet Fuad Köprülü, *Türk Edebiyatında İlk Mutasavvıflar* (İstanbul: Alfa, 2016), 424.

⁶⁶ Ekrem Demirli, “Sûfilerin Âlem ve Tabiat Görüşü: Her Şey Tanrı'ya İşâret Eden Canlı Bir Âyettir”, *Uluslararası Çevre ve Din Sempozyumu Bildiriler Kitabı* (İstanbul, 2008), 2/71.

⁶⁷ Ali Ayten - Sevede Düzgüner, *Tasavvuf Psikolojisine Giriş Bireysel Arınma ve Güzel Ahlak* (İstanbul: Sufi Kitap, 2019), 29.

⁶⁸ İhsan Kutluer, “İnsan”, *Türkiye Diyânet Vakfı İslâm Ansiklopedisi* (İstanbul: TDV Yayınları, 2000), 22/323.

⁶⁹ Muhyiddîn İbnü'l-Arabî, *Fusûsu'l-Hikem*, thk. Ebu'l-A'lâ Afîfi (Beyrut: Dâru'l-Kitâbi'l-Arabî, ts.), 48-49.

bir insanda kemâlâtın kuvve hâlinde bulunmasını ifade etmektedir. İnsanın kemâl ve yetkinliğinin diğer bir boyutu ise her bir insanın sahip olduğu kuvve hâlindeki kemâlâtın fiilî hâle getirilmesiyle alakalıdır.⁷⁰ İnsanın kemâliyle, insan cinsinin ilâhî nitelikleri tecelli ettirebilecek kâbiliyete sahip olduğu ifade edilmektedir.⁷¹ Kişi, kuvve hâlinde sahip olduğu bu yetenekleri kemâle erdirerek yani fiilî hâle getirerek ahlâklanır. Burada ahlâklanmanın hareket ve eylem ile ilişkisi dikkat çekmektedir.⁷² Dolayısıyla ontolojik yönüyle insanın kemâli, varoluşun gâye varlığı olmasındadır. İbnü'l-Arabî ve Mevlânâ'ya göre insan, âlemdeki canlılar arasında en son zuhûra gelen tür olmasına rağmen varoluşun gâyesi olma yönünden ilâhî ilmin temel maksadıdır. Tamamlanan her işin mühürlenmesi gibi varoluş süreci de insanın varlık sahnesine çıkışıyla mühürlenmiştir. Buradan bakıldığında insan cinsi insân-ı kâmil ve varlığın mührüdür. Bu özelliğiyle diğer hiçbir varlığa verilmeyen ilâhî sıfat ve isimlere hilafet edebilme kâbiliyeti insana verilmiştir.⁷³

İbnü'l-Arabî'nin ardından gelen sûfiler ise kemâlliğin metafizik yönüyle birlikte özellikle ahlâkî yönünü vurgulamışlardır. Ahlâkî anlamda insanın kemâlâtı, Allah'ın halifesi olabileceği, Allah'ın ahlâkıyla ahlâklanabileceği, sıfatlarıyla muttasıf olabileceği anlamına gelmektedir.⁷⁴ Âlemde görülen diğer tüm varlıklar, asıl nüshadan (nüsha-yı kübrâ), çoğaltılmıştır dolayısıyla her şey o insan-ı hakikin (hakikat-i Muhammediyye) açılımından ibarettir.⁷⁵ Buradan hareketle tasavvufta insan, gözle görülemeyen Allah'ın görünen sembolüdür. “Gizli bir hazine olan Allah”, varlıklar arasında insanda tecelli etmiştir. İnsan, ilâhî bir âyet olarak kendi varlığında Allah'ın varlığının işaret ve delilini barındırır ve Allah'ın tüm isimlerini yansıtabilecek bir potansiyele sahiptir. İnsan dışındaki diğer varlıklar ise Allah'ın isimlerinden bazılarını yansıtmaktadır.⁷⁶

⁷⁰ Suad el-Hakîm, *Mu'cemu's-Sûfî* (Beyrut: Dâru'n-Nedre, 1981), 159-160; Osman Nuri Küçük, *Fusûsu'l-Hikem ve Mesnevi'de İnsân-ı Kâmil Anlayışı* (İstanbul: İnsan Yayınları, 2011), 15-16.

⁷¹ Toshihiko Izutsu, *İbn Arabî'nin Fusûs'undaki Anahtar Kavramlar*, çev. Ahmed Yüksel Özemre (İstanbul: Kaknüs Yayınları, 2005), 290.

⁷² Ekrem Demirli, *İslam Metafiziğinde Tanrı ve İnsan* (İstanbul: Alfa, 2017), 203.

⁷³ Küçük, *Fusûsu'l-Hikem ve Mesnevi'de İnsân-ı Kâmil Anlayışı*, 352.

⁷⁴ Süleyman Uludağ, “Kemâl”, *Türkiye Diyânet Vakfı İslâm Ansiklopedisi* (Ankara: TDV Yayınları, 2022), 25/222.

⁷⁵ Mahmud Erol Kılıç, *Sûfî ve Şiir -Osmanlı Tasavvuf Şiirinin Poetikası-* (İstanbul: İnsan Yayınları, 2014), 21.

⁷⁶ Ömer Yılmaz, *Tasavvuf Bize Ne Söyler?* (İstanbul: Sufi Kitap, 2020), 81.

Görüldüğü üzere insan, tasavvufî gelenekte önemli bir yer tutar. Tasavvufî terbiye metodunda varılmak istenen maksada (Allah) insandan hareketle varılır. İnsan nefis, kalp ve ruh boyutuna sahipliğinden, bedenli oluşundan dolayı sonlu, ruhundan dolayı ise sonsuz bir varlıktır. İnsanın nefsi, kötülüğü ve sınır tanımamayı arzularken kalbi ise nefis ve ruh arasında dengeyi sağlamaya çalışır. Tasavvufî düşüncede insan nefsi kontrol altına alınmalıdır, nefis temizlenmek sûretiyle yücelip arınarak hakikati temâşâ edebilir. Bu durum, beşer seviyesinden insan olmaya, onun ardından ise insan-ı kâmil mertebesine uzanan bir süreçtir. İnsan bu kâbiliyete sahip, değerli bir varlıktır. Sadece insan değil, canlı ve cansız her bir varlık, Allah'ın yaratmasından ötürü tasavvuf düşüncesinde değerli kabul edilir. Dolayısıyla canlı olsun ya da olmasın her bir varlık kıymetlidir çünkü kâinat, Allah'ın tecelli ettiği bir aynadır. Batı'nın modern bakışında ise insan, tek yönlü (ya maddî ya mânevî) bir varlıktır. Hümanist insanda Tanrı'dan alınan otorite, empirik egonun emrine verilmiştir. Tanrı'nın ortadan kaldırıldığı bu yeni durumda otorite insana kalmış ve yaratılmış suni kültürde insan tanrılaşma iddiasına girmiştir.⁷⁷ Tanrılaşan insan, her türlü kutsalı ve dini dışlamış ve her şeyin merkezine kendisini koymuştur. Bu ise insanın kendi varlığını evrendeki diğer varlıklardan üstün görmesine, kendisi dışındaki diğer varlıklara hâkim ve sahip olma isteğiyle hareket etmesine sebep olmuştur.

Modernitedeki hümanizm düşüncesine göre dünya, Tanrı tarafından yaratılmış olmakla birlikte, artık insanların elindedir. Hümanizm, insanı kendinden başkasına değil, insanı yine kendisine nisbet ederek ve insanı her şeyin dayanağı olarak ele alır. Hümanizmanın Aydınlanma düşüncesine nasıl yansıdığı Kant'ın meşhur Aydınlanma tanımında⁷⁸ göze çarpmaktadır. Burada Aydınlanma düşüncesinin gelenek ve vahye yani her türlü insanüstü ve tabiatüstü kaynaklı düşüncelere itirazını hatırlatmak yerinde olacaktır. Aydınlanma düşüncesi yönünü ve bakışını tamamen insanüstünden insana, akıl üstünden akla, tabiatüstünden tabiata çevirmiş vaziyettedir.⁷⁹ Özellikle de Descartes'le birlikte başlayan bu süreçte Tanrı'nın merkezde olduğu dünya görüşünün

⁷⁷ Numan Rakipoğlu, *Seküler Dünya Atlası -Geleneksel Ekol Açısından Modernizm Eleştirisi-* (İstanbul: Kurtuba Kitap, 2011), 110.

⁷⁸ “Aydınlanma, insanın kendi suçu ile düşmüş olduğu bir ergin olmama durumundan kurtulmasıdır.” Immanuel Kant, “Aydınlanma Nedir? Sorusuna Yanıt”, çev. Nejat Bozkurt, *Toplumbilim Dergisi Aydınlanma Özel Sayısı* 11 (2000), 7.

⁷⁹ Rakipoğlu, *Seküler Dünya Atlası*, 105-106.

yerine insanın merkezde olduğu bir dünya görüşü tesis edilerek varlığa ve insana dair her şeye Tanrı'dan değil, insandan hareketle varılmıştır.⁸⁰ Yani bu düşüncenin amacı, her şeyi hümanist boyutlara indirerek yüksek ilkeleri göz ardı etmek bir diğer ifadeyle yeryüzünü ele geçirmek için gökyüzünden yüz çevirmek olmuştur. Bu şekliyle modern insan, hakikat seviyesine yükselmek yerine hakikati kendi seviyesine indirme yoluna gitmiştir.⁸¹ Böyle bir seyir takip eden hümanist düşüncede insan, her türden bâtıl inanç, bilgisizlik ve siyâsî zincirlerden kurtulabilmeli yani tam olarak özgürleşebilmelidir. Bu özgürlüğü yaşayan insan ancak tam anlamıyla mutlu olabilir.⁸² Mutluluğu Allah'a kul olmak ile mümkün gören geleneksel İslâm düşüncesinde ise insan ahlâklı bir yaşantı sürdürdüğünde hakîkî mutluluğa ulaşabilir. Tasavvufta insana verilen değerden ötürü, hümanizm ile tasavvuftaki insan sevgisi birbirine yakın yorumlanmaktadır. Halbuki hümanizm profan, tasavvuf ise kaynağı İslâm olan bir yapıya sahiptir. Hümanizmde insan, evrenin merkezine oturtularak hakikatin tek ve değişmez ölçüsü hatta kaynağı kabul edilmektedir. Tasavvufta ise Allah merkezli bir anlayış ile her şey tevhid ilkesinden hareketle yorumlanmaktadır.

Görüldüğü üzere hümanizm ve Aydınlanma, insanı merkeze almakla ilk bakışta insana verilebilecek en büyük değeri vermiş gibi görünmektedir. Meseleye daha derinden bakıldığında ise durum farklılaşmaktadır. Aydınlanma insanı, Tanrı'yı kendi ölçütlerine indirgeyerek merkezîlik elde etmişken Orta Çağ insanının merkezî olması ise Tanrı ile kurduğu bağdan kaynaklanmaktadır. Öyle ki insan, beşerî ve beşerîliği aşabilen çift yönlü bir yapıya sahiptir. Beşer yönüyle insan, hayvânî doğasının sınırsız istekleriyle vardır. İnsanın bu yönü, sahip olabileceğinin üzerinde sınırsız yapay ihtiyaç üretir. Bu yönüyle insan, tatmin olamaz ve devam eden kısır bir döngüye düşer. Seküler bir dünyada insanın bu yönünün kontrol altına alınması, kendi kendisini kontrol etmesi güçtür. İnsanın kendisinin hem yasa koyucu olup hem de bu yasalara uyması zordur. Kişinin kendi ölçülerini ihlal etmesi durumunda devreye giren dış güç, polis ve hümanist yasalarken, geleneksel toplumlarda devreye giren dış güç, vahiy ve Tanrı'dır. İç güç olarak ise insanda yansıyan ilâhî sıfatlar insanı ihlallere karşı engeller. Bilinmektedir ki,

⁸⁰ Latif Tokat, "Modern Batı Dünya Görüşünün Tanrı ve İnsan Tasavvuru Açısından Tahlil ve Eleştirisi", *Bilimname* 34 (2017), 129.

⁸¹ Guénon, *Modern Dünyanın Bunalımı*, 54-55, 120.

⁸² Erich Fromm, *Psikanaliz ve Din*, çev. Elif Erten (İstanbul: Say Yayınları, 2019), 16.

bir otorite reddedildiğinde o boşluğu mecbûrî bir biçimde farklı bir otorite doldurmaktadır. Hümanizmde ise Tanrı'dan alınan otorite, insanın emrine verilmiştir.⁸³

3.2.1.2. Geleneksel ile Modern Ayrımında Tanrı ve Din

Gelenek, din ile her zaman yakından ilişkili olmuştur.⁸⁴ Aslında gelenek bir anlamda, medeniyeti vahye bağlayan zincirdir. Gelenek zincirinin toplumsal boyutu aynı bir canlı organizmanın organlarının karşılıklı uyumu misâli bir fonksiyon içerisinde. Bu fonksiyonlar hiyerarşisi medeniyetin birliği ve dirliğinin şartıdır, yüksektekini aşağıdakine, geçmişi ise geleceğe bağlayarak bir zincir meydana getirir. Geleneğe sahip toplumda bireyin fonksiyonu onun bireysel karakterinden daha önemlidir, zira düzenli işleyen bir fonksiyon bulunmadan birey faydalı ve mutlu olamaz.⁸⁵ İnsanı geçmişe bağlayan bir köprü gibi düşünüldüğünde gelenek, insanı kozmik bütünlüğe bağlamaktadır. Modernleşmeyle birlikte büyük ölçüde bireyselleşmenin etkisiyle insan kozmik bütünlükten kopmuş, bir diğer söylemle dünyanın büyüğü çözülmüştür.⁸⁶ Bütünlükten kopan birey, zaman ve mekânın birbirinden ayrılmasının da etkisiyle toplum, kültür ve gelenekten soyutlanarak yalnızlaşmıştır.⁸⁷ Yalnızlaşan bu insan, araçsal aklın öncelenmesi neticesinde her ne pahasına olursa olsun hızlı üretim ve sınırsız tüketime yönelmiştir/yönlendirilmiştir.

Hakikat, insana sırf beşerî bir buluş ile değil zorunlu surette beşer üstü bir vahiy yoluyla intikal eder. İlk vahyin gücüne ve saflığına uzak olmakla birlikte bizi o vahye bağlayan gelenektir. Bu gelenek zinciri yıpranmış olsa da kopana kadar yenilenmesi daimâ mümkündür. Geleneğin ortadan kaldırılmasıyla din duygusallaştırılarak beşerîleştirilmiş dolayısıyla aslından saptırılmıştır. Dünyevî ideolojilerle aynı amaca yani refahın artırılmasına mâruf bir çeşit idealizm veya ideolojiye indirgenmiştir.⁸⁸ Birtakım sınırlama ve disiplinlerle bir koruma gerçekleştiren geleneğe göre yeryüzünde tam anlamıyla mükemmellik mümkün değildir. Modernizm ise bunun aksine dünyevî

⁸³ Rakipoğlu, *Seküler Dünya Atlası*, 108-110.

⁸⁴ Anthony Giddens, *Modernliğin Sonuçları*, çev. Ersin Kuşdil (İstanbul: Ayrıntı Yayınları, 1994), 100.

⁸⁵ Northbourne, *Modern Dünyada Din*, 37.

⁸⁶ Charles Taylor, *Modernliğin Sıkıntıları*, çev. Uğur Canbilen (İstanbul: Ayrıntı Yayınları, 2020), 88.

⁸⁷ İsmail Göktürk - Mustafa Günelan, "Modern ve Geleneksek Değerler Arasında Yabancılaşan İnsan", *Selçuk Üniversitesi Karaman İktisadi ve İdari Bilimler Fakültesi Dergisi* 11 (Aralık 2006), 127.

⁸⁸ Northbourne, *Modern Dünyada Din*, 21.

mükemmelliği kabul ederek daha yüksek/ulvî bir iyyin/hedefin peşine düşmez ve böylece belki de daha büyük bir kötülüğe yol açar.⁸⁹

Aydınlanma düşüncesi, geçmişle tüm bağları koparıp atmak ve de geçmişten miras kalan bütün yapıları ortadan kaldırmak istemiştir. Mûsevî-Hristiyan geleneğindeki yaratılış öğretisine, Tanrı'nın insânî işlere müdâhale edişine, mucizelere karşı çıkmış ve âhiretteki ödöl ceza inancını reddetmiştir.⁹⁰ Bu ve benzeri kilisenin dayattığı her türden doğaüstü gerçeklik anlayışına karşı savaş açılmış, insan ve dünya konusunda aklın özerkliği kabul edilmiştir.⁹¹ Kant başta olmak üzere Aydınlanma düşünürleri, gerçek aydınlanmanın vahye, îmânın sırlarına başvurmaktan ziyâde sosyal, siyasal ya da bireysel her türlü soruna akıl ve felsefenin yöntemleriyle çözüm bulmak gerektiğini söylemiştir. Aydınlanma düşünürlerinin neredeyse tümü, mistisizmin karanlık ve dogmatizmin yanlış ve koyu ışığının aksine aklın ışığına dayanmışlardır.⁹²

İlerlemeci evrim fikrinin din anlayışına göre din, otomatik biçimde ilerleme kaydeder ve zamanla eskisinden daha saf ve daha iyi hâle kavuşur. Bu sebeple de modernleşen din, eski dinin gelişmiş hâli kabul edilmektedir. Bu türden anlayışlarda dinin kutsal kitabında yeni anlayışa uymayan her şey ya reddedilir ya da gözardı edilir.⁹³ İlerleme düşüncesi, dinin güncelleştirilmesi gerektiği fikrini ortaya atmıştır. Bu ise dinin dünyevîleştirilmesi, beşerîleştirilmesi, demokratikleştirilmesi ve modern bilimle felsefenin standartlarına uydurulması anlamındadır. Ayrıca ilerleme düşüncesi, dinde gizem unsurunu ortadan kaldırmayı amaçlar. Bu düşünce, dini istediği kalıba sokabilmek adına dinin ahlâk unsurundan faydalanır. Çünkü nass ve tefsir gibi dinin doktrin yönü ile sahih pratiğini modern ilerlemeci ideoloji kalıplarına sığdırmak güçtür. Böylece din hem din aleyhtarları hem de dindarlar nezdinde sınırlandırılmış, doktrinle pratik bastırılmış ve ahlâk hafife alınmış olur. Ahlâk, dinî bir kavramdan öte sosyolojik bir kavram olarak algılanır ve hayatın daha rahat yaşanan bir yer olması adına erdemin kötülüğe galebe çalması şeklinde sınırlandırılır.⁹⁴

⁸⁹ Northbourne, *Modern Dünyada Din*, 41.

⁹⁰ Cevizci, *Aydınlanma Felsefesi*, 29.

⁹¹ Akarsu, *Felsefe Terimleri Sözlüğü*, 22.

⁹² Cevizci, *Aydınlanma Felsefesi*, 14.

⁹³ Northbourne, *Modern Dünyada Din*, 21-22.

⁹⁴ Northbourne, *Modern Dünyada Din*, 71.

Aydınlanmayla birlikte gelişen bakış açısında egemen pozitivist düşüncenin bir sonucu olarak din, ilkel dönemin kalıntısıdır ve kurucu sosyologların çoğuna göre modern dönemde ortadan kalkacaktır.⁹⁵ Öyle ki din, özel alanına çekilecek, kültürel etkisini yitirip özelleşecek yani bireysel bir olguya dönüşecektir.⁹⁶ Ancak gelinen noktada dinin tamamen ortadan kalkmadığı ancak moderniteye uyumda birtakım dönüşüm ve değişim yaşandığı görülmektedir.

Batı'nın modernlik ideolojisi, kul fikri ile bunun dayandığı Tanrı düşüncesinin yerine bambaşka bir şeyi yerleştirmiştir. Modernizmin savunucuları toplumun ve bireylerin önünde boyun eğeceği ya da büyü yoluyla etkileneceği yüce bir varlığı kabul etmez, onlara göre birey yalnızca doğal yasalara tâbidir. Kişinin eğitimi, ailesinin ya da kendi tutkularının dayattığı dar ve akılcı olmayan her türlü düşünceden kurtararak akılcı bir disiplinle gerçekleştirilmelidir. Bu akılcı eğitimde öğretmen ise öğrencilerin özel hayatlarına müdâhale eden bir eğitimci değil, öğrencilerle evrensel doğru ve iyi arasında aracı olmalıdır.⁹⁷

Sekülerleşme, dinî otoritenin kişiler üzerindeki etkisini kaybettiği, dünyevî amaçların öbür dünyaya yönelik amaç ve davranışlardan daha değerli görüldüğü bir durumu ifade eder.⁹⁸ Aslında sekülerleşme; inançlar, dinî davranış, düşünce ve kurumlardaki çöküş süreciyle ilgilidir. Yani dinî bilincin, davranışların ve kurumların önemini kaybederek toplumsal sistem üzerinde doğaüstü faktörlerin değil, rasyonallığın egemen olduğu bir hâldir.⁹⁹ Bu egemenlikle birlikte kurumsal dinin dinî otoriteleri, alt sistemler üzerindeki hâkimiyetini yitirmiştir.¹⁰⁰ Yaşanan bu hâkimiyet kaybıyla birlikte alt sistemler özerkleşmiş bu da işlevsel akılcılığın oluşmasına yol açmıştır. Bu durum ekonomi alanında dinî değerlerin değil, maliyet verimliliğinin esas alınması; siyaset alanında geleneksel ve karizmatik otoriteye çok az bir yer bırakılarak siyâsî sistemin akılcılaşması; eğitim alanında bilimsel tarzlı yaklaşım ile teknik bilgi öğretiminin dinî

⁹⁵ Karel Dobbelaere, *Secularization: An Analysis at Three Levels* (Brüksel: Peter Lang, 2002), 3.

⁹⁶ Ali Bayer, "Sekülerleşme Din İlişkisi: Kuramsal Bir Yaklaşım", *Sekülerleşme Klasik ve Çağdaş Yaklaşımlar*, ed. M. Ali Kirman - İhsan Çapcıoğlu (Ankara: Otto, 2015), 161.

⁹⁷ Touraine, *Modernliğin Eleştirisi*, 28-29.

⁹⁸ Bryan Wilson, "Sekülerleşme", çev. Ali Bayer, *Sekülerleşme Klasik ve Çağdaş Yaklaşımlar*, ed. M. Ali Kirman - İhsan Çapcıoğlu (Ankara: Otto, 2015), 9.

⁹⁹ Wilson, "Sekülerleşme", 10,12.

¹⁰⁰ Karel Dobbelaere, "Sekülerleşmenin Anlamı ve Kapsamı", çev. Mehmet Süheyl Ünal, *Sekülerleşme Klasik ve Çağdaş Yaklaşımlar*, ed. M. Ali Kirman - İhsan Çapcıoğlu (Ankara: Otto, 2015), 58.

formasyonun yerini alması şeklinde kendisini hissettirmiştir.¹⁰¹ Sekülerleşme ile birlikte siyaset, ekonomi, eğitim ve hukuk gibi alanlar kendilerini dinden ayırarak dünyevî bir hâl almışlardır. Sekülerleşme öncesinde insan hayatının hemen her noktasında bulunan Tanrı, gittikçe insan hayatından uzaklaşmış, bunun neticesinde ise insan, kendisini eskisinden daha özgür ve kendi kendini yönetebilen bir varlık olarak görmüştür. Din, sadece insanın yaşam alanlarından uzaklaşmakla kalmamış, dünyevî yaşam alanlarıyla çatışır hâle de gelmiştir.¹⁰² Bir diğer yönden ise sekülerleşme, dinin kamusal boyuttaki etkisini kaybederek öznel dinî tercihlere yer açılmasıyla ilişkilidir.¹⁰³ Bu bakış açısına göre din, toplumdaki mutlak otoritesini yitirerek spesifik bir alana sıkışarak sadece kendi bağluları üzerinde etkili olacaktır.¹⁰⁴ Bu tür sekülerleşme, dinin grup dışında varlığının hissedilmemesini, kurumlar üzerinde etkili olmamasını, tamamıyla içsel boyutta tecrübe edilmesini ifade etmektedir.¹⁰⁵ Dolayısıyla bu yaklaşıma göre sekülerleşme, din karşıtlığıyla değil dinin yaşanmasının toplumsal alandan bireysel alana kaymasıyla ilişkili olarak anlaşılabilir.

Görüldüğü üzere modernlik bireyi, gelenek ve dinî yaşamdan özgürleştirmiş ve gerçekliği kabulde akıl dışındaki tüm geleneksel bakış açılarının reddedilmesini gerekli görmüştür. Özellikle hümanizmin etkisiyle hakikatin kaynağı Tanrı'dan insana evrilmiştir. Bu ise hakikatin insanın sınırlarıyla sınırlanması anlamına gelmiştir. Böylelikle metafizik alanda yer alan Tanrı ve din, fizik alana indirgenmiştir. Yani vahiy yerine rasyonel akıl geçmiştir. Modern olma hâlinin bu tutumu ise bireyin günlük yaşamının ve evrenin kutsal olandan arındırılmasını doğurmuş ve bu duruma da sekülerleşme denilmiştir.

3.2.1.3. Geleneksel ile Modern Ayırımında Eşya/ Madde

Gelenekselden moderne dönüşen bakış açısına göre eşyanın ancak bize görünen yönü bilinebilir. Bu iki bakış açısı, eşyanın nihâî hakikatini de birbirine zıt iki yerde arar: madde ve ruh. Bu sebeptir ki ulaştıkları neticeler de birbirinden farklıdır. Bu

¹⁰¹ Dobbelaere, "Sekülerleşmenin Anlamı ve Kapsamı", 60.

¹⁰² Bayer, "Sekülerleşme Din İlişkisi: Kuramsal Bir Yaklaşım", 160.

¹⁰³ Olivier Tschannen, "Sekülerleşme", çev. Bülent Arıbaş, *Sosyolojik Düşünce Sözlüğü* (İstanbul: İletişim Yayınları, 2011), 956-957.

¹⁰⁴ Daniel Bell, "Kutsalın Dönüşü", çev. Ali Köse, 21. *Yüzyılda Dinin Geleceği: Kutsalın Dönüşü*, ed. Ali Köse (İstanbul: Timaş Yayınları, 2014), 232.

¹⁰⁵ Ali Köse, "Modernleşme-Sekülerleşme İlişkisi Üzerine Yeni Paradigmalar", *Liberal Düşünce* 6/24 (2001), 152.

durum tarih anlayışı üzerinden şu şekilde açıklanabilir: Geleneğin bakış açısında dünyanın tarihinin ilâhî bir başlangıcı ile ilâhî bir sonu yani hesap günü vardır, bu sebeple tarih devrî olarak dâimî ya da belirsiz değildir. Modern bakışta ise tarih, başı ve sonu olmayan belirsiz bir şeydir. Buna göre birinci bakış açısında dünyanın gerçekliği daha üstün gerçeklik olan bir Yaratıcı karşısında olanaklı bir gerçeklik iken ikincisinde, sadece zaman, mekân ve onların içerikleri gerçek olup dışında kalan her şey dinin hakikatleri de dâhil olmak üzere varsayımdır. Dolayısıyla geleneksel dünya görüşünde, dinde karşılığını bulmuş mutlak bir hakikat varken, modern dünya görüşünde tüm hakikat izâfî olup gözlenebilen ve ölçülebilen dışındaki şeyler kabul edilmemiştir. Geleneksel bakışta insanlığın hikâyesi, insanın cennetten inişinin hikâyesiyken, modern bakışta ilkel bir durumdan daha gelişmiş bir duruma ilerleme hikâyesidir. Geleneksel dünya görüşünde insan Allah'ın elinde bir alettir, her şeyde Allah'ın elini görür; değişen bakış açısından bakıldığında ise insan, kendi kaderinin hâkimi bağımsız bir varlıktır. Bu sebeple modern bakış açısı insanı, öncelikle kendi yaşamının düzenleyicisi konumuna, ardından tüm hizmetlerin kendisine yapıldığı kişi sıfatıyla Tanrı'nın yerine koymuştur.¹⁰⁶

Sûfiler, âlemdeki bütün mevcutları ilâhî bir kelime kabul ederek büyük, küçük, güçlü, zayıf her şeyin nefes-i Rahmânî'ye bağlı olduğu düşüncesine sahiptirler. Tecellide tekrar da olmadığından âlemdeki her şey biriciktir. Eşyadaki bu biriciklik tecelli ettiği ilâhî ismin biricikliğinden dolayıdır. Dolayısıyla görünen âlemde ortaya çıkan her şey Allah'a ait özel bir ismi tecelli ettirir. Sûfiler şey ile Allah arasındaki bu özel bağa vech-i hass demişlerdir. Tecelli anında hiçbir mevcut diğerinin mazhar olduğu bu isim ile özel yöne ortak olamaz. Bu sebeple sadece ona ait ve ondan başka hiçbir mevcûdun yapamadığı özel bir zikre sahiptir. Buradan hareketle sûfî düşüncede her şey kendisi olarak çok özeldir, âlemdeki hiçbir nesne gereksiz ya da fazlalık değildir. Cansız diye isimlendirilen varlıklar dahî aslında canlıdır çünkü Rahman'ın nefesinin etkisiyle her şey kendine özgü bir hayatiyet/canlılık taşır.¹⁰⁷ Mevlânâ Celâleddin-i Rûmî'nin şu cümlesi buna işaret eder: “Sana kapılarını açtığım gül bahçesi, öyle bir bahçedir ki, oradaki ağaçların dalları da yaprakları da canlıdır. Birbirleri ile konuşur dururlar. Şunu

¹⁰⁶ Northbourne, *Modern Dünyada Din*, 39-40.

¹⁰⁷ Sema Özdemir, “Sûfî Düşünceye Göre Çevre Bilincinin Ontolojik Temelleri”, *Çevre ve Ahlak Sempozyum Bildiri Metinleri* (Gaziantep, 2014), 383; Demirli, “Sûfilerin Âlem ve Tabiat Görüşü: Her Şey Tanrı'ya İşâret Eden Canlı Bir Âyettir”, 2/68.

iyi bil ki, her şey canlıdır.”¹⁰⁸ Bu ve benzeri daha pek çok beyitinde Mevlânâ, her şeyin hareket hâlinde olduğunu, cansız kabul edilen bütün varlıkların Allah’ın emrine boyun eğdiğini ifade eder.¹⁰⁹

Yukarıda belirtildiği üzere kâinattaki her bir nesnenin canlı olduğunu düşünen sûfîler, kâinatın tam bir teslimiyetle Allah’ın hükmüne boyun eğdiğine inanırlar.¹¹⁰ Müslüman ise bu ilâhî irâdeye özgür irâdesiyle teslim olmalıdır ki böylelikle bütün varlıklar onun dostu ve kardeşi olsun. Bu hâli tecrübe eden Müslüman, cansız varlıklarla dahî anlaşıp uyuşarak tüm varlıkların kendisini saygı ile karşıladığını, aynı Allah’ın eseri olduklarını, tüm yaratılmışlarla dost olduğunu hisseder. Bunun aksine materyalist düşüncelerde ise kâinattaki her şey mücâdele edilmesi gereken bir nev’î düşmandır.¹¹¹ Görüldüğü üzere tasavvufî gelenekte cansız varlıklar da dâhil olmak üzere her bir varlığa, eşyaya ve tabiata derin bir düşünce ile yaklaşılmaktadır. Bu bakış açısıyla sûfîler, eşyanın hakikatinde gizli bulunan ilâhî öze hürmet ve muhabbetten ötürü insan, taş, ağaç, eşya ya da bir hayvan fark etmeksizin her birine ayrı kıymet verip anlam yükleyerek ince bir hassasiyetle yaklaşmışlardır. Bu hassasiyet, kâinata var olan küçükten büyüğe her şeyin kendinden ötesine işaret eden bir delil (Allah’ın varlığına) olduğu düşüncesinden kaynaklanmaktadır. Bu düşünce ise tasavvufî gelenekte doğa ile uyum içinde yaşama anlayışını doğurmuştur. Bunun aksine modern Batı uygarlığında ise doğaya hâkim olma ve doğadan yalnızca insanın çıkarı için sınırsız verim elde etme fikri egemendir. Batılı modern insan, bu amaçla kendisi dışındaki diğer canlıların kendi doğa ve doğallıklarında yaşama hakkını kısmen gasp etmiştir.

İnsanoğlunun, doğada hayatta kalmak adına geliştirdiği aletler zaman içerisinde farklı bir noktaya gelmiştir. Doğayı denetim altına almak adına yapılan üretim, yaşamın en önemli amacı hâline gelmiştir. Dolayısıyla insanın anlama yeteneğinin sonucu olan eşya, insanı önce doğaya hâkim yapmışken ardından insana egemen olmuştur. Değer bakımından “yaşama”, “mülkiyetin” alt seviyesinde bir yere yerleştirilmiş; “sahip olma”

¹⁰⁸ Celâleddîn-i Rûmî Mevlânâ, *Dîvân-ı Kebîr Seçmeler*, çev. Şefik Can (İstanbul: Ötüken Yayınları, 2015), 1/91.

¹⁰⁹ Hülya Kırdar, *Tasavvufta Panbioizm (Tümcanlılık)* (Ankara: Ankara Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Yüksek Lisans Tezi, 2003), 57-62.

¹¹⁰ Âl’i-İmran, 3/83; Fussilet, 41/11; Fetih, 48/44.

¹¹¹ Kadir Özköse, “Tasavvuf ve Ekoloji”, *Çevre ve Ahlak Sempozyum Bildiri Metinleri* (Gaziantep, 2014), 371.

ise “var olmanın” üstüne çıkartılmıştır.¹¹² İnsanoğlu kendi ürettiği mal ve hizmetleri fetişizm ile algılamaya başlamış ve insan ürettiğinin mahkûmu durumuna düşmüştür. Doğaya egemen olmak ve onu tümüyle denetim altına alabilmek insanın sınırsız bir üretim gücüne sahip olabilmesinde yatmaktadır. Bu sınırsız üretimin de kendi kendini sürdüren özellikte olması gerekmektedirken dünyadaki sınırlı kaynaklar buna imkân tanımamaktadır. Üretimin sınırlılığı ve teknoloji insanlar arasında yarış ve kaosa sebep oluşturmaktadır. Özel mülkiyet ve yabancılaşma insanın insanı sömürmesine sebep olmuş ve her türlü eşitsizlik ve adaletsizlik vukû bulmuştur. İnsanoğlunun teknolojiye büyük başarısı ve ilerlemesi onu mutlu etmeye yetmemiştir. Batı toplumunda kişisel değer ve amaç buhranı baş göstermiş ve bu bireysellikten toplumsal bir buhrâna dönüşmüştür.¹¹³ Erich Fromm’un şu cümleleri yaşanan bu durumu net bir biçimde özetlemektedir:

“Batı kültürünün kökleri eski Yunan ve Musevi kültüründedir. Bu her iki kültürde de amaç, insanı mükemmelleştirmektir. Günümüzün insanına gelince, insanın mükemmelliği yerine maddesel şeylerin mükemmelliği, bunların nasıl daha mükemmel yapılabileceği konusundaki bilgiler başlıca ilgisini oluşturuyor. Batılı insan duygulanmak yeteneğini tıpkı bir içe kapanık ruh hastasında olduğu gibi yitirmiştir. Bu nedenle kuşkudan, ruhsal yıkıntıdan ve tasadan kendini kurtaramıyor. Hâlâ mutluluk, bireycilik, özgür girişim gibi ezberlenmiş basmakalıp lakırdılar ediyor ama aslında hiçbir amacı yok. Niçin yaşadığını, bütün bu çabalarının amacının ne olduğunu sorun bakalım. Yanıt bulmakta güçlük çekecek.”¹¹⁴

Batılı modern dünya kültürünün geldiği noktayı bu ifadeleriyle dile getiren Erich Fromm’a göre madde, insanın önüne geçmiş durumdadır. Bunun aksine mistik dünya anlayışı birlik, kutsallık, uyum ve estetik bir anlayışa sahipken, modern dünya ikilik/gayrılık, dünyevîlik/insan merkezilik, rasyonellik/araçsallık ve tüketim anlayışı ile hareket etmektedir.¹¹⁵ Ayrıca geleneksel dünya görüşü, düalizm (Tanrı-insan, âlem-insan, zaman-mekân, yeryüzü-gökyüzü, akıl-gönül, bilgi-eylem gibi) üzerine kurulu bir birlik ve uyuma sahipken, modern dünya görüşüyle bu birliktelik parçalanmış, birbirinin

¹¹² Fromm, *Psikanaliz ve Zen Budizm*, 17.

¹¹³ Kongar, *Toplumsal Değişme Kuramları ve Türkiye Gerçeği*, 350-351, 389-390.

¹¹⁴ Fromm, *Psikanaliz ve Zen Budizm*, 17.

¹¹⁵ Abdüllatif Tüzer, “Mistik Birlik ve Ekoloji”, *Uluslararası Çevre ve Din Sempozyumu Bildiriler Kitabı* (İstanbul, 2008), 2/86.

neden sonucu olduğu ikilik (düalizm) parçalı zıtlıklara (dikotomi) dönüşmüştür.¹¹⁶ Tüm bunların sonucunda meseleye toplumsal değişim açısından bakıldığında zühd, dinin toplumsal değişim üzerindeki bir etkisiyken, sekülerleşme ise toplumsal değişimin din üzerindeki etkisini oluşturmuştur.¹¹⁷

Görüldüğü üzere geleneksel ve modern düşüncenin yansımaları hayatın hemen her alanına etki etmektedir. Geleneksel düşüncede, insan ve eşya ilâhî hakikatin bir parçasıyken modern dünyada hakikat izafidir. Sûfî düşüncede her varlık Allah'ın özünden bir parça taşımaktadır dolayısıyla kıymetlidir. Modern düşüncede ise madde, getirdiği fayda ölçüsünde önemlidir.

4. Araştırmanın Kaynakları

Çalışmada tasavvuf alanının ilk dönem klasik eserleri başta olmak üzere ilgili kitap, tez, makale, bildiri, ansiklopedi maddesi ve elektronik kaynaklardan istifade edilmiştir.

Tasavvuf alanının klasikleri, zühd kavramını incelerken ve zâhidlerin yaşamlarına göz atarken yararlanılan başlıca kaynaklardır. Ahmed b. Hanbel'in (öl. 241/855) eseri *Kitâbu'z-zühd*, Hâris b. Esed el-Muhâsibî'nin (öl. 243/857) eseri *er-Riâye li hukûkillah*, Hakîm et-Tirmizî'nin (öl. 320/932) eseri *Hatmu'l-evliyâ*, Ebu Nasr Abdullah b. Ali Serrâç Tûsî'nin (öl. 378/988) tasavvuf tarihine dair yazdığı eseri *Luma'*, Ebû Bekr Muhammed b. İbrâhim Buhârî Kelâbâzî'nin (öl. 380/990) eseri *Taarruf li-mezhebi ehli't-tasavvuf*, Ebû Tâlib el-Mekkî'nin (öl. 386/996) eseri *Kûtu'l-kulûb*, Kuşeyrî'nin (öl. 465/1072) eseri *er-Risâletü'l-Kuşeyriyye*, Hucvîrî'nin (öl. 470/1077) eseri *Keşfü'l-mahcûb*, Muhammed Herevî Ensârî'nin (öl. 481/1089) eseri *Menâzilüs's-sâirîn*, Ebû Hamid Gazzâlî'nin (öl. 505/1111) *İhyâ'ü 'ulûmi'd-dîn*, *el-Münkız mine'd-dalâl*, *Kimyâ-yı saâdet* adlı eserleri, Şehâbeddin es-Sühreverdî'ye (öl. 632/1234) ait *Avârifu'l-meârif*, Muhyiddin İbnü'l-Arabî'ye (öl. 638/1240) ait *el-Futûhâtü'l-Mekkiyye* ile *Fusûsu'l-hikem*, Mevlânâ Celâleddîn-i Rûmî'ye (öl. 672/1273) ait *Dîvân-ı kebîr* ve *Fîhi mâ fîh* adlı eserleri çalışmada başvurulmuş kaynaklar arasındadır.

¹¹⁶ Gencer, *İslâm'da Modernleşme*, 59.

¹¹⁷ Fatma Nur Şengül - Zeynep Gülten Yılmaz, "Toplumsal Değişme ve Din: Zühd Toplumundan Seküler Topluma (Türkiye Örneği)", *Toplumsal Değişme ve Din*, ed. Erkan Perşembe (Nobel Akademik Yayıncılık, 2022), 346.

Çalışmada ayrıca Arapça kökenli kelimeler için Halil b. Ahmed'in (öl. 175/791) *Kitâbü'l-ayn*'ı, Cevherî'nin (öl. 400/1009) *es-Sıhah tâcü'l-lüga*'sı, İbn Manzûr'un (öl. 711/1311) *Lisânü'l-Arab*'ı, Seyyid Şerîf Cürcânî'nin (öl. 816/1413) *Mu'cemü't-ta'rîfât*'ı Zebîdî'nin (öl. 1205/1790) *Tâcü'l-arûs min cevâhiri'l-kâmûs*'u, Mütercim Asım Efendi'nin (öl. 1235/1819) *Kâmus Tercümesi* gibi sözlüklerden faydalanılmıştır. Kavramların terim anlamları hakkında bilgi edinmek için ise tasavvuf istilâhına dair kaleme alınmış Abdürrezzâk Kaşânî'nin (öl. 736/1335) *Istulâhâtü's-sûfiyye*'si, Süleyman Uludağ'ın *Tasavvuf Terimleri Sözlüğü*, Ethem Cebecioğlu'nun *Tasavvuf Terimleri Sözlüğü* adlı eserlerine müracaat edilmiştir.

Çalışmanın kapsamı bir yönüyle din sosyolojisi ile din psikolojisi alanlarıyla da ilişkili olduğundan bu alanlardaki kaynaklardan da¹¹⁸ istifade edilmiştir. Ayrıca dinler tarihi, İslâm tarihi, hadis ve tefsir alanlarındaki kaynaklardan da çalışma içinde faydalanılmıştır.

Çalışmanın yapıldığı zamana kadar elbette zühd içerikli tez, kitap ya da makale formunda pek çok araştırma¹¹⁹ yapılmış olmakla birlikte zühd ile minimalizmin karşılaştırmalı olarak ele alındığı herhangi bir araştırmaya rastlanılmamıştır. Yaptığımız karşılaştırmaya en yakın denilebilecek çalışma Hasan Kayıklık ve İbrahim Yıldırım

¹¹⁸ Hayati Hökelekli, *Din Psikolojisi* (Ankara: Türkiye Diyanet Vakfı Yayınları, 2005); Hasan Kayıklık, *Tasavvuf Psikolojisi* (Ankara: Akçağ, 2011); Ayten - Düzgüner, *Tasavvuf Psikolojisine Giriş*; İbrahim Işıtan, *Sûfî Psikolojisi ve Süleimî'ye Göre Süfî Benlik Dönüşümü* (İstanbul: Divan Kitap, 2020); Özkalp, *Sosyolojiye Giriş*; Hans Freyer, *Din Sosyolojisi*, çev. Turgut Kalpsüz (İstanbul: Doğu Batı Yayınları, 2016); Günay, *Din Sosyolojisi*.

¹¹⁹ Mehmet Demirci, "Zâhidlik Nedir, Dünya-Âhiret Dengesi Nasıl Kurulur?", *Dokuz Eylül Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi* 4 (1987), 105-128; Kadir Özköse, "Zühd ve Sûfilerin Zühde Yükladıkları Anlam Tasavvufta Dünyevileşmeye Tepkisel Yaklaşım", *Cumhuriyet Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi* 6/1 (2002), 175-194; Okudan, "İslam Kültüründe Zühd ve Zahidlik"; Mehmet Yavuz Şeker, "Tasavvuf Geleneğinde Kâmil Zühdün İki Temel Parametresi: Mârifet ve Rıza", *İnsan ve Toplum Bilimleri Araştırmaları Dergisi* 3/4 (31 Aralık 2014), 824; Mehmet Saffet Sarıkaya, "Tasavvufun Teşekkül Sürecinde Zühd-Kesb İlişisine Dair Bazı Değerlendirmeler", *İslam Tasavvufunun Teşekkülüne Dair Araştırmalar*, (2017), 83-96; Jolaman Bulan, *Budizm'de ve İslâm Tasavvufunda Zühd* (Erzurum: Atatürk Üniversitesi, Doktora Tezi, 2017); Mustafa Altunkaya, "Zühd/Sûf Hareketinden İslam'ın Ana Akım 3T Eğilimlerine Zühd Çağının (M. 610-710) Teo-Stratejisi", *Academic Knowledge* 1/1 (31 Aralık 2018), 19-35; Mehmet Uyar, "Zühd Örneği İzinde Tasavvufta Kavramların Somuttan Soyuta Dönüşümü", *Amasya Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi* 11 (2018), 291-311; Bayram Adigüzel, *Tasavvufu Ortaya Çıkaran Sosyo-Ekonomik, Siyasal ve Tarihsel Parametreler Bağlamında Zühd Dönemi* (Malatya: İnönü Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Yüksek Lisans Tezi, 2018); Hacı Bayram Başer, "Zühdden Marifete Tasavvufun Seyri: Tasavvuf Tarihinin Dönemlendirilmesi Üzerine", *Din ve Hayat: İstanbul Müftülüğü Dergisi* 37 (2019), 36-39; Sezai Küçük - Zahit Enes Çakar, "Zühd Döneminde Basra ve Horasanlı Zahid/Sufilerin Kesb ve Tevekkül Anlayışı", *Academic Platform Journal of Islamic Research (APJIR)* 4/2 (2020), 188-211; Ahmet Murat Özel, "Teşekkül Evresindeki Tarikatlarda Zühd Dönemine Özgü ve Aşırı Bulunan Bazı Uygulamalara Yaklaşım (Ebu'l-Hasan eş-Şazeli Örneğinde)", *Cumhuriyet Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi* 26/2 (2022), 647-659.

ortaklığında kaleme alınmış *Minimalist Yaşam Tarzı ile Dinî Hayat İlişkisi Üzerine Kuramsal Bir Değerlendirme* isimli makaledir. Ancak bu makalede minimalist yaşam ile dinî hayattaki zühd, fakr, kanaat, îsâr, zekât ve sadaka gibi öğelerin tamamı karşılaştırılarak minimalist yaşam ile bazı benzer noktalar taşıdığı ifade edilmiştir. Ayrıca İslâmî pek çok uygulamanın minimalist yaşamda olduğu gibi kişileri sade yaşama teşvik ettiği de bu makalede belirtilmiştir.¹²⁰ Bizim araştırmamızda ise zühd, derinlemesine ve geniş bir çerçevede ele alınmış ve minimalist yaşam ile karşılaştırma yapılmıştır.

Araştırmamızın zühdü kapsayan kısmına dair yapılmış diğer bir çalışma Ahmet Yıldırım yazarlığında 2005 yılında yayınlanan *Din, Dünyevileşme ve Zühd* isimli kitaptır. Burada yazar, zühdün doğuşuna yol açan faktörlerden başlayarak zühd kavramı ile döneminin tarihini ortaya koymuş, ardından Kur’ân-ı Kerîm ve sünnetin dünya hayatına yaklaşımını ve zühd konusunu işleyerek tasavvufî zühd hakkında bir değerlendirme yapmıştır. Söz konusu kitabın zühd konusunu ele alması itibariyle bizim araştırmamız ile bir yakınlığı olsa da minimalist yaşam ile karşılaştırma noktasında farklılaştığını ifade edebiliriz.

Tasavvufta Tip Analizleri adıyla Betül İzmirli tarafından 2017 yılında tamamlanan doktora tezi de zâhidliği ele alması yönüyle bizim araştırmamıza yakın bir içeriğe sahiptir. Zâhid, sûfî, ârif, fakîr, velî, şeyh, fetâ ve melâmetî tiplerinin ele alındığı bu çalışmadan¹²¹ bizim araştırmamızın farkı ise minimalizm konusunun dâhil edilmiş olmasıdır.

Araştırmamızın diğer bir yönünü oluşturan minimalizme dair yapılan çalışmaların ise daha çok mimari, resim, heykel, tiyatro, sinema, müzik, edebiyat gibi sanata dair yönüyle ele alındığını söylemek mümkündür.¹²² Buna ilâveten yakın zamanda

¹²⁰ Hasan Kayıklık - İbrahim Yıldırım, “Minimalist Yaşam Tarzı ile Dinî Hayat İlişkisi Üzerine Kuramsal Bir Değerlendirme”, *Çukurova Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi* 22/2 (2022), 230-233.

¹²¹ Betül İzmirli, *Tasavvufta Tip Analizleri* (İzmir: Dokuz Eylül Üniversitesi, Doktora Tezi, 2017).

¹²² “Minimal Sanat”, *Eczacıbaşı Sanat Ansiklopedisi* (İstanbul: Yem Yayın, 1997); Franco Bertoni, *Minimalist Architecture* (Birkhäuser, 2002); Pınar Mine Islakoğlu, *Minimalizm Kavramı ve Mimarlıkta Minimalist Yaklaşımlar* (İzmir: Dokuz Eylül Üniversitesi, Fen Bilimleri Enstitüsü, Yüksek Lisans Tezi, 2006); İlyas Kaya, *Sinemada Minimalizm ve 2000 Sonrası Türk Sinemasında Minimalist Yaklaşımlar* (Konya: Selçuk Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Yüksek Lisans Tezi, 2011); Suat Karaaslan, “Etrafını Kuşatan Heykeller: Richard Serra”, *Çukurova Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi* 20/2 (2011), 63-76; Attila Döl - Pelin Avcı, “Minimalizm Akımı Kapsamında Nesne Anlayışının Yeniden Değerlendirilmesi”, *İdil Dergisi* 2/10 (2013), 1-18; Elif Aktuğ - Zibelhan Dağdelen, “Philip

minimalist yaşamın Batı dünyası başta olmak üzere ülkemizde de yaygınlaşmasıyla birlikte minimalizmin tüketimle ilişkisi, minimal tüketim tarzı, sade yaşam hareketlerinin sebep ve sonuçları üzerine yoğunlaşan akademik¹²³ ve popüler¹²⁴ çalışmalar yapılmış ve yapılmaya devam etmektedir. Ancak minimalizmi, tasavvufi zühd geleneğiyle karşılıklı ele alarak inceleyen bir çalışmaya rastlanmamıştır.

Amacı, insanın ahlâkî olgunluğunu geliştirerek mânevî gelişimini sağlamak olan tasavvuf, insanın tutum ve davranışları ile birebir ilgilenmektedir. Davranışın kalbe tesir ettiği düşüncesiyle sûfiler, sâlikin gelişiminde bilgi, duygu ve davranış birliğini zorunlu görmüşlerdir. Bu durum, bireyin tutum ve davranışlarını konu alan psikoloji ile tasavvuf alanını birbirine yakınlaştırmaktadır. Bu araştırmada, seyr-ü sülûkun bir parçası zühd ile modern bir sade yaşam akımı minimalizmdeki benzerlik ve farklılıklar ele alınmıştır.

Glass ‘Opera Üçlemesi’ Örneğinde Opera Sanatında Minimalizm”, *Ege Üniversitesi Devlet Türk Musikisi Konservatuvarı Dergisi* 9 (2016), 31-39; Dragana Vasilski, “On minimalism in architecture - Space as experience-”, *Spatium* 36 (2016), 61-66; Gülçin Karaca, “Soyut Ama Nesnel Sanat: Minimalizm”, *Sanat ve Tasarım Dergisi* 10/2 (15 Ocak 2021), 334-349.

¹²³ Samuel Alexander, “The Voluntary Simplicity Movement: Reimagining The Good Life Beyond Consumer Culture”, *The International Journal of Environmental Cultural, Economic and Social Sustainability* 7/3 (2011), 1-18; Samuel Alexander - Simon Ussher, “The Voluntary Simplicity Movement: A multi-national survey analysis in theoretical context”, *Journal of Consumer Culture* 12/1 (2012), 66-86; Duane Elgin, “Voluntary Simplicity – A Path to Sustainable Prosperity”, *Social Change Review* 11/1 (2013), 69-84; Jain Russell Black - Helene Cherrier, “Anti-consumption as part of living a sustainable lifestyle: Daily practices, contextual motivations and subjective values”, *Journal of Consumer Behaviour* 9 (ts.), 437-453; Murat Bayat - Abdulaziz Sezer, “Bireylerin Gönüllü Sade Yaşam Tarzları ve Yaşam Doyumlarının, Geleneksellik Değeri Açısından Değerlendirilmesi: Düzce Üniversitesi Örneği”, *İş Ahlakı Dergisi* 11/1 (2018), 1-19; Nilgün Köksalan, “Minimalist Tüketim” (XI. International Balkan and Near Eastern Social Sciences Congress Series, Tekirdağ, 2019); Gloria Edisa Anguiano, *Minimalism: A Study of Motivation and the Effects on Behavior and Attitudes* (Tucson: The University of Arizona, Retailing and Consumer Sciences, 2020); Anguiano, *Minimalism: A Study of Motivation and the Effects on Behavior and Attitudes*; Mustafa Hatipler - Nilgün Köksalan, “Gönüllü Kölelikten Gönüllü Sadeliğe”, *XIV. IBANESS Congress Series on Economics, Business and Management* (Plovdiv, Bulgaristan, 2020), 676-681; Kasey Lloyd - William Pennington, “Towards a Theory of Minimalism and Wellbeing”, *International Journal of Applied Positive Psychology* 5 (2020), 121-136; Meriç Kükrer, “Minimalizm Anlamı Bir Yaşam mı?: Dünyada ve Türkiye’de Minimalist Pratikler”, *FLSF (Felsefe ve Sosyal Bilimler Dergisi)* 32 (2021), 321-340; Feride Esra Muslu - Ümit Aktı, “Minimalist Değerler ve Yaşam Pratikleri = Minimalist Values and Life Practiceshe”, *Çukurova Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi* 22/1 (2022), 18-37; Elena Druică vd., “When Less Is More: Understanding the Adoption of a Minimalist Lifestyle Using the Theory of Planned Behavior”, *Mathematics* 11/3 (Ocak 2023).

¹²⁴ Begüm Başoğlu - Ege Erim, *Sade* (İstanbul: Okuyan Us, 2020); Selen Baranoğlu, *Bana Bi Sade-Hayata Yer Aç-* (Ankara: Elma Yayınevi, 2021); Millburn - Nicodemus, *Minimalizm: Anlamı Bir Yaşam*; Marie Kondo, *Hayatı Sadeleştirmek İçin: Derle, Topla, Rahatla*, çev. Melis Zeren (İstanbul: Epsilon Yayınları, 2022); Fumio Sasaki, *Sadeleş Rahatla*, çev. Bige Turan Zourbakis (Ankara: Doğan Novus, 2022); Joshua Fields Millburn - Ryan Nicodemus, *İnsanları Sev Eşyaları Kullan- Çünkü Tersİ Asla İşe Yaramaz*, çev. Hülya Key (İstanbul: Eksik Parça Yayınları, 2022); Joshua Fields Millburn - Ryan Nicodemus, *Minimalizm: Geriye Kalan Her Şey*, çev. Hülya Key (İstanbul: Eksik Parça Yayınları, 2022); Joshua Becker - Eric Stanford, *Minimalist Ev*, çev. Sevinç Seyla Tezcan (İstanbul: Pegasus Yayınları, 2023); Leo Babauta, “On Minimalism”, *Zen Habits* (20 Eylül 2023).

Özü itibariyle sade bir yaşam şekli olarak kabul edilebilecek zühd ve minimalizmin başlangıç noktası, amacı, yöntemi ve sonuçları bu çalışmanın omurgasını oluşturmaktadır. Bu mukayese aşamasında psikoloji ve özellikle de s  f   psikolojisinin kaynak ve verilerinden istifade edilmiştir.



BİRİNCİ BÖLÜM

ZÜHD ANLAYIŞI

Geleneksel ve modern düşüncede insanın Tanrı ve madde ile kurduğu ilişkiyi kısaca ele aldığımız yukarıdaki girişin ardından bu bölümde çalışmanın ilk kısmını oluşturan tasavvufî zühd geleneği ele alınmaktadır. Çalışmamızda zühd, bir kavram olmasından ziyâde tasavvufî bir yaşam biçimi olması yönüyle işlenmektedir. Bu yönü merkeze alınan zühd sürecinin bireysel ve toplumsal tüm etkenleriyle ele alınarak değerlendirme yapılmasının daha uygun olduğu düşünülmektedir. Bu gerekçeyle, çalışmamızın birinci bölümünde zühd hareketinin kavramsal ve tarihsel seyri ele alınmıştır. Zühd döneminin başlangıcından itibaren İslâm dışındaki din ve kültürlerde zühdün mevcûdiyeti ortaya koyulmak sûretiyle zâhidliğin insan hayatında meydana getirdiği dönüşümün daha iyi anlaşılması hedeflenmektedir.

1.1. ZÜHD KAVRAMININ SÖZLÜK VE TERİM ANLAMI

Zühd, (زَهْد) ze-hi-de fiilinin masdarı olup sözlükte “bir şeye meyletmemek, az ile yetinmek, bir şeye karşı isteksiz olmak, ilgisiz davranmak, rağbet etmemek, değer vermemek ve yüz çevirmek, terk etmek” gibi anlamlara gelmektedir.¹²⁵ Terk etme, terk edilen şeyi küçümsemekten, günah saymaktan ya da azlığından ötürüdür.¹²⁶ Zühd (زُهْد) özellikle din konusunda, zehâde (زَهَادَة) ise eşya hususunda kullanılır ki mesafeli olmak anlamına gelmektedir. Zehîd (زَهِيد) adam/kadın, kişinin gözü tok ve kanaatkâr olduğu mânâsında kullanılmaktadır. Müzhid (مُزْهِد) ise kişinin, azlığı sebebiyle rağbet görmeyen malını ifade etmektedir.¹²⁷ Zühd kelimesinin zıddı ise rağbettir. Arap dil bilimcileri zühd kelimesinden türemiş tüm kelimelerde azlık ve az ile yetinme anlamlarının bulunduğu konusunda hem fikirdirler. Malı az olan kişiye müzhid, az yemek yiyene zâhid, az olan şeye zehîd, bir şeyin en küçüğüne zahâd denildiği gibi zekâta da malın az bir miktarına karşılık geldiğinden zahada denilmiştir.¹²⁸ Arapça’da

¹²⁵ Muhammed b. Mükerrrem el-Misrî İbn Manzûr, *Lisânü'l-'Arab* (Beyrut: Dâr-u Beyrut, 1955), “zhd”, 3/197-198.

¹²⁶ Muhammed Murtazâ el- Huseynî ez-Zebîdî, *Tâcu'l-Arûs min Cevheri'l-Kâmûs*, thk. İbrahim et-Terezi (Beyrut, 1965), 8/150-151.

¹²⁷ Ebû Abdîrrahman el-Halîl b. Ahmed, *Kitâbu'l-'ayn*, thk. Mehdi el-Mahzûmî - İbrahim es-Sâmîrâî (Mektebetü'l-Hilal, ts.), 4/12.

¹²⁸ Âsım Efendi, *Kâmus Tercümesi* (İstanbul: Matbaatu'l-Osmâniyye, 1304), “zhd”, 1/1155-1156.

zühd kelimesi bir şeye karşı (في) ya da bir şey hakkında (عن) harf-i cerleriyle kullanılır. Zehhede (زهد) fiili, rağğabe (رغب) fiilinin zıt anlamlısı olarak uzak tutmak, mesafeli hâle getirmek anlamına gelmektedir. Tezehhede (تزهّد) ise kendisini ibadete vermek anlamındaki teabbede (تعبد) anlamına karşılık gelir. İzdehede, azımsamak, küçümsemek, az bulmak mânâsındadır.¹²⁹ Tüm bu ifadelerden anlaşıldığı üzere, zühd ve zühdden türemiş kelimelerde; az olma, ilgi ve istek göstermeme, rağbet etmeyip terk etme, yüz çevirme anlamlarının bulunduğunu söylemek mümkündür.

Zühdün terim anlamı ise dünyadan yüz çevirmek, âhireti isteyerek dünyayı terk etmektir.¹³⁰ Buna ilâveten dünyayı değersiz bulmak, dünyayı kalben terk etmek, Allah’a ve âhirete yönelmek amacıyla dünyadan el-etek çekmek, dünyadan yüz çevirmek anlamlarına da sahiptir.¹³¹ Ayrıca zühd; hırslı, ihtiraslı, bencil, çıkarıcı, menfaatperest, tûl-i emel sahibi olmamak, günah ve haram ile kişiyi Allah’tan uzaklaştıracak her şeye rağbetsiz olmaktır.¹³² Zühd hakkında farklı tanımların mevcûdiyeti, sûfilerin her birinin kendi zamanına, makam ve mânevî zevkine uygun yaklaşımından kaynaklanmaktadır.¹³³ Bireysel bir tecrübe olarak zühdün herkes tarafından farklı boyutlarıyla deneyimlenmesi ve bunun da tanımlardaki farklılık ile karşımıza çıkması doğal bir durumdur. Zühdün tüm boyutlarıyla anlaşılabilmesi adına konu hakkındaki farklı yaklaşım ve tanımlara aşağıda yer verilmiştir.

Abdullah b. Abdilaziz’e (öl. 84/703) göre “Zühd, rızadan ibarettir.”¹³⁴ Buna benzer tanım yapan Fudayl b. Iyaz (öl. 187/803) “Zühdün aslı Allah’tan râzı olmaktır. Kanaatkâr kişi zâhiddir. Zâhid ise zengindir. Her kim yakîni elde ederse bütün işlerinde Allah’a güvenir, O’nun yazdığı kadere râzı olur, ümit ile korku hâlinde mahlukattan alâkasını keser. Bu durum onun gayri meşrû bir yolla dünyayı talep etmesini engeller. İşte bunu yapan bir kimse dünyalık hiçbir şeye sahip bulunmasa da

¹²⁹ Ebû Nasr İsmail b. Hammâd el-Cevherî, *es-Sihâh Tâcu’l-Lüga* (Kahire: Dâr’ul-Hadîs, 2009), 502.

¹³⁰ Ali b. Muhammed es-Seyyid eş-Şerîf el-Cürcânî, *Mu’cemü’t-Ta’rifât*, thk. Muhammed Sıddîk el-Minşâvî (Kahire: Dâr’ul-Fazîle, ts.), 99.

¹³¹ Ebû’l-Kâsım Zeynülislâm Abdülkerîm b. Hevâzin b. Abdilmelik el-Kuşeyrî, *er-Risâletü’l-Kuşeyriyye*, thk. Abdu’l-Halîm Mahmûd - Mahmûd eş-Şerîf (Kahire: Dâru’s-Şa’b, 1989), 218-219.

¹³² Ebû Abdîrrahmân Abdullâh b. el-Mübârek, *Kitâbü’z-Zühd ve’r-Rekâik*, thk. Habiburrahman Azamî (Beyrut, 1386), 85-89; Kuşeyrî, *er-Risâle*, 220.

¹³³ Kuşeyrî, *er-Risâle*, 219.

¹³⁴ Abdullah b. Muhammed b. Ubeyd İbn Ebi’d-Dünyâ, *Zemmu’d-Dünyâ: ez-Zühd (Hadislerde Dünyanın Yerilmesi: Zühd)*, çev. Hüseyin Yıldız (İstanbul: Ocak Yayıncılık, 2008), 223.

zâhid ve insanların en zenginidir.”¹³⁵ Bu tanımlarda, zühd kavramının Allah’tan râzı olma ve hayatta yaşanan olumlu ya da olumsuz her durumu olduğu hâliyle kabullenme yönüne vurgu yapılmıştır.

İbn Şihâb ez-Zührî (öl. 127/742) zühdü, “Haramın sabra galip gelemediği, helalin ise şükre engel olamadığı durum” olarak ifade etmiştir.¹³⁶ Burada zühd, Müslümanın helal ve haram karşısında geliştirdiği refleks ile bağlantılı olarak tanımlanmıştır. Başka bir ifadeyle zühd, Müslümanın irâdesini yönetebilme kâbiliyeti ve emredildiği yönde karar alma davranışı biçiminde tanımlanmıştır. Bu tanımlamaya göre bir Müslüman haram ile karşılaştığında sabırla hayır diyebilmeli, helaller ve nimetler ise ona şükrü unutturmamalıdır.

Süfyan es-Sevrî (öl. 161/778) zühdü, “Emeli azaltmak ve hırsı sınırlamaktır. Yoksa âdî şeyler yemek ya da yamalı ve yırtık giymek değildir.” şeklinde tanımlamıştır. Bunun üzerine kendisine, “Kişi hem zengin hem zâhid olabilir mi? diye sorulduğunda; “Evet zâhid olabilir. Yeter ki bir belaya uğradığında sabretsin, bir nimetle karşılaştığında şükretsin.” şeklinde yanıt vermiştir.¹³⁷ Sevrî burada, zühdün dış görünüş itibarıyla değil aslında kalben gerçekleştirilmesi gerektiğini vurgulamaktadır. Zâhid mal mülk sahibi bir zengin olabilir ancak hayatta karşılaşılabilecek olumsuz durumlarda sabretmesini, olumlu gelişmelerde ise şükretmesini bilmelidir. Zâhidin zihni ve kalbi berrak olmalı ve her türlü dünyevî emel ve hırsı temizlenmelidir. Burada zühdün maddî düzeyde değil kalbî düzeyde yaşanan bir hâl olduğu vurgulanmaktadır.

Ebû Süleyman ed-Dârânî’ye (öl. 205/820) göre “Gerçek zâhid dünyayı ne zemmeder ne de metheder. Dünyaya iltifat etmez. Dünya kendisine yöneldiğinde sevinmediği gibi ondan uzaklaştığında da üzülmez.”¹³⁸ Burada zühdün, dünyaya karşı nötr bir hâlde olma yönü ön plandadır. Yine bu yönden yapılan bir başka tanım da ise Ebû Osman el-Hirî (öl. 298/910) zühdü, “Dünyayı terk ve dünyalığa kim sahip olursa

¹³⁵ Ahmed Ferîd, *el-Bahru’r-râik fi’z-zühd ve’r-rekâik* (Cidde: Mektebetü’s-Sahâbe, 1411), 162.

¹³⁶ Ebû Bekr Ahmed b. el-Hüseyn b. Alî el-Beyhakî, *ez-Zühdü’l-kebîr*, thk. Amir Ahmed Haydar (Beyrut: Müessesetü’l-Kütübi’s-Sekâfiyye, 1417), 97.

¹³⁷ Ebû Nuaym Ahmed b. Abdillâh b. İshâk el-İsfahânî, *Hilyetü’l-evliyâ’ ve tabakâtü’l-asfiyâ’* (Beyrut: Dâru’l-Fikr, 1416), 6/386-387.

¹³⁸ Beyhakî, *ez-Zühdü’l-kebîr*, 87.

olsun aldırmamak” olarak târif etmiştir.¹³⁹ Bu târifte de kişinin dünyaya kapılmama, dünya malına kimin sahip olduğuyla ilgilenmeme hâlinin vurgulandığı görülmektedir. Buna ilâveten kanaat duygusunun gelişmiş olması da önemli bir husustur. Burada kişinin kendi sahip olduklarına kanaat etmesi ve diğer insanların durumuyla meşgul olmaması konusunun ifade edildiğini söylemek mümkündür.

Ahmed b. Hanbel (öl. 241/855) ise zühdü üçe ayırır. “Birincisi haramı terk etmektir ki bu âvâmın zühdüdür. İkincisi helallerin fazlasını terk etmektir ki bu havâssın zühdüdür. Üçüncüsüyse Allah’tan alıkoyan meşgaleleri terk etmektir ki bu da âriflerin zühdüdür.”¹⁴⁰ Bu kategorileştirmeyi İbn Kayyim el-Cevziyye (öl. 751/1350) o zamana kadar yapılmış zühd tanımlarının en kapsamlısı olarak değerlendirmiştir.¹⁴¹ Bu tanımda zühdün terk yönü ön plana alınarak kişinin derecesine göre terk ettiği şeyler değişkenlik göstermektedir. Bir şeyi terk edebilmek ise irâdeyle gerçekleştirilebilir.

Cüneyd el-Bağdâdî (öl. 298/911) ise zühdü şöyle tanımlamaktadır: “Zühd, dünyanın küçük görülüp izlerinin kalpten çıkarılmasıdır”.¹⁴² Bu cümle ile dünyaya hakettiğinden fazla değer vermemek gerektiği, böylece dünya sevgisinin kalpte hüküm sürmesine engel olma gerekliliği vurgulanmıştır. Yine o, bir başka seferinde zühdü, “Elde bulunmayan şeyin gönülde de bulunmamasıdır.” şeklinde tanımlamıştır.¹⁴³ Bağdâdî’nin bu tanımlarında dünyaya değer vermeme ve gönülde maddî şeylerin sevgisinin bulunmamasının zühd için bir gereklilik görüldüğünü söylemek mümkündür. Ayrıca buradan hareketle zühd, kişinin iç dünyasında hırs duygusunun yerleşmemesi için bir önlem olarak da düşünülebilir. Çünkü sahip olunmayan bir şeyin elde edilmesinin arzulanması kişinin o şeye sahip olmaya dönük bir hırs geliştirmesine sebebiyet verir. Zühd ile sahip olma arzu ve isteğinin gönülde merkez bir noktaya yerleşmesi engellenerek kişinin hırstan uzaklaşması sağlanmaktadır.

Ebû Tâlib el-Mekkî, (öl. 386/999) zengin kişiyle fakir kişinin zühdünün birbirinden farklı olacağını dile getirmiştir. Zenginin zühdü, malını elinden çıkarması

¹³⁹ Kuşeyrî, *er-Risâle*, 219.

¹⁴⁰ Kuşeyrî, *er-Risâle*, 118.

¹⁴¹ Muhammed b. Ebî Bekir b. Eyyûb İbn Kayyim el-Cevziyye, *Medâricü’s-sâlikîn*, thk. Rıdvân Câmiu Rıdvân (Kahire: Müessesetü’l-Muhtâr, 1422), 2/13.

¹⁴² Beyhakî, *ez-Zühdü’l-kebîr*, 93.

¹⁴³ Kuşeyrî, *er-Risâle*, 116.

ve kalbini ona bağlamamasıyla, fakirin zühdü ise yokluk içinde varlığa imrenmemesi ve yokluğa rıza göstermesiyle olur. Fakir zâhid, malının olmamasına üzülmeyerek, mala karşı hırsını azaltarak, dünyalığın peşinde koşmayı ve mal biriktirme isteğini terk ederek elinde malının olmayışından rahatsız değildir aksine huzur duygusu içerisindeydir.¹⁴⁴ Burada zühd yaşamının, kişinin içinde bulunduğu hâle göre değiştiği görülmektedir. Zühdün tek bir biçimi ve yolu olduğunu söylemek güçtür, herkes içinde bulunduğu şartlara zaman ve zemine göre bir zâhidlik geliştirmiştir. Zühdün tanım ve kriterlerinin geniş bir yelpazeye sahip olmasının da bir yönüyle buradan kaynaklandığını söylemek mümkündür.

İmam Gazzâlî'ye (öl. 505/1111) göre ise herhangi bir şeyden vazgeçmek zühd değildir, asıl hüner onun yerine daha iyi ve daha güzelini koymaktır.¹⁴⁵ Buna göre zühd, kasr-ı emel sahibi olup¹⁴⁶, mânevî değerlerin maddî değerlerden üstün ve önemli bulunduğuna inanmak demektir.

Zühd hakkında zikredilenlere benzer daha pek çok tanım ve açıklama mevcuttur ancak burada bu kadarının yeterli olduğunu düşünmekteyiz. Zühd tanımlarında sûfîlerin zühdü farklı yönleriyle ele aldığı görülmektedir. Öyle ki Abdullah b. Abdilaziz'in tanımında rıza ön plandayken, Süfyan es-Sevrî, emeli azaltarak hırsı sıyrılmak gerekliliğini vurgulamıştır. Mekkî, zühdün herkes için aynı davranışı kapsamadığı ve kişinin içinde bulunduğu durum ve şarta bağlı olması gerektiğine değinmiştir. Gazzâlî ise vazgeçme ve terk etmenin tek başına yeterli olmadığını dile getirerek işi bir adım daha ileriye götürmüş ve terkten sonra kişinin hâlini daha iyi ve daha güzel ile doldurması gerektiğini belirtmiştir.

Anlaşıldığı üzere zühd hakkında sûfîler arasında netlik bulunmamakta, birbirinden çok farklı zühd tanımı ve yaklaşım tarzı bulunmaktadır. Öyle ki zühdün helal, haram ya da şüphelilerde olup olmama mevzusunda dahî görüş farklılığı meydana gelmiştir. Kuşeyrî (öl. 465/1072) *Risâle*'sinde bunu dile getirmektedir. Bir kısım sûfî, helallerin Allah tarafından mübah kılındığından ötürü zühdün haram

¹⁴⁴ Ebû Tâlib Muhammed b. Ali b. Atıyye el-Mekkî, *Kütü'l-kulûb fî mu'âmeleti'l-mahbûb ve vaşfi'tarîki'l-mürîd ilâ makâmi't-tevhîd*, thk. Mahmud İbrahim er-Rıdvânî (Kâhire: Mektebetü Dâru't-Türâs, 2001), 2/719.

¹⁴⁵ Ebû Hâmid Muhammed el-Gazzâlî, *İhyâ'ü 'ulûmi'd-dîn* (Beyrut: Dâru'l-Cîl, 1992), 5/80.

¹⁴⁶ Kuşeyrî, *er-Risâle*, 115; Gazzâlî, *İhyâ'ü 'ulûmi'd-dîn*, 1992, 5/95.

şeylerde olacağını söylemektedir. Çünkü Allah helal yol ile kuluna bir mal verdiğinde kul, kulluğunu ihmal etmeyerek elindeki mal için Allah'a şükrettiğinde o malı Allah için terk etmesi, elinde tutmasından daha faziletli görülmemektedir. Allah'ın, malı elde tutmaya da elden çıkarmaya da izni vardır. Dolayısıyla kulun, malını elinde tutması ile terk etmesi eşit derecededir. Diğer bazıları ise zühdün haramda zorunlu, helalde ise fazilet olduğunu dile getirmişlerdir. Kul, sabrederek Allah'ın kendisi için taksim ettiği rızka râzı gelip kanaat ettiği, sıkıntıya girdiğinde ise dinde yasaklanan alana girmediği sürece elindeki malını terk etmesi rahatlık içinde yaşamasından daha güzel ve faziletli görülmüştür.¹⁴⁷

Zühd hakkındaki diğer bir tavır ise kulun kendini malı terke zorlamaması ve ihtiyacı olmayan fazla malın peşine düşmemesidir. Öyle ki burada kul, Allah'ın kendisine verdiği maldan rızâ duyan bir hâlde hareket etmektedir. Dolayısıyla malı az olan kimsenin sabretmesi, daha çok mala sahip kimsenin ise şükretmesi tavsiye edilmektedir.¹⁴⁸ Bu noktada, kişinin içinde bulunduğu hâl ve şartlarla bağlantılı olarak zâhidlik biçiminin de değişkenlik gösterdiğini söylemek mümkündür. Ancak genel itibarıyla sûfiler arasında dünyaya ve dünyevîliğe karşı olumsuz bir bakışın mevcut olduğunu söylemek mümkündür. Fakat sûfilerin dünyaya olumsuz bakışı, bizzat dünyaya yönelik değildir, dünyanın nasıl idrâk edildiğiyle ilgilidir.¹⁴⁹ Kişilerin dünya algısının mutlak olmayıp, izâfî olduğunu da burada belirtmek gerekmektedir. Sûfilerin yaşadığı coğrafya ve kültür ile mensup olduğu ekol ve mürşid, siyâsî ve toplumsal olayların tümü ayrıca mânevî tecrübenin kendisi sûfînin dünya algısını etkileyen faktörlerdendir.¹⁵⁰ Bununla ilintili olarak genel bir çerçeve çizilmiş olmakla birlikte zühdün tanımı, zâhidliğin özellikleri, zühdün derece ve kapsamı gibi hususiyetlerin öznel bir algı ve yorum çerçevesinde geliştiğini söylemek mümkündür.

¹⁴⁷ Kuşeyrî, *er-Risâle*, 218.

¹⁴⁸ Kuşeyrî, *er-Risâle*, 219.

¹⁴⁹ Zafer Erginli, "Temel Tasavvuf Klasiklerinde Dünya Algısına Toplu Bir Bakış", *Uludağ Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi* 15/2 (2006), 128.

¹⁵⁰ Betül İzmirli, *Tasavvufta Tipoloji -Semantik Analiz-* (Ankara: Araştırma Yayınları, 2019), 80.

1.2. ZÜHD HAREKETİNİN TARİHİ ARKA PLANI

İslâm tasavvufunun bir parçası olarak zühhd hareketinin ortaya çıkışında etkili olan bireysel, toplumsal, siyasal ve dış kaynaklı etkenlerin ele alındığı bu bölümde zühhdün Kur'ân-ı Kerîm ve sünnetteki yeri de değerlendirilmiştir.

1.2.1. Dünyevîleşme Karşıtlığıyla Ortaya Çıkan Zühhd Hareketi

Tarihte meydana gelen toplumsal her olayın ardında o duruma sebep bir olay ya da olgu yatmaktadır. Bu anlamda sosyal değişimler boş yere yaşanmamış, bir durum neticesinde meydana gelmiştir. Toplumlar hareketsiz değildir aksine her toplum daima az ya da çok bir değişim yaşar.¹⁵¹ İlk İslâm toplumu da bazı hızlı değişim ve gelişmelere sahne olmuştur. Birey bazında başlayan değişimler zamanla toplumsal bir hâl alarak genişlemiştir. Bu genişleme, ilk Müslüman toplumun zühde yöneliminde de görülmektedir. Bireyin tercihi ve dinî hassasiyeti sayılabilecek biçimdeki zühhd yaşamı bireysel olarak başlamış ancak zamanla toplumsal bir harekete dönüşmüştür. Bu dönüşümün sebepleri burada ele alınacaktır.

Bir nevî insan benliğindeki hastalıkların tedavi metodu sayılabilecek tasavvuf eğitimi aynı zamanda sosyal bir olaydır. Tasavvuf ilmi dâhilindeki zühhd hareketinin ortaya çıkışının perde arkasında da hem bireysel hem toplumsal mânâda sebepler bulunmaktadır. Bu başlık altında, konu hakkında tarihî vesikalar üzerinden elde edilecek bilgiler yorumlanarak tahlil edilecektir.

Sühreverdî, (öl. 632/1234) Hz. Peygamber'in ardından zühhd hareketinin yaygınlaşmasının sebeplerini şöyle özetlemektedir: Asr-ı saadetten sonra, sahâbe ile görüşüp konuşan ve onlardan ilim alan kimselere tâbîîn denildi. Rasûlullah'ın vefatı ile risâlet devri geride kaldı, vahiy kesildi. Farklı görüş ve akımlar meydana çıktı, herkes kendi fikri ile yetinir oldu. İlim kaynakları hevâ ve heves kiri ile bulandı. Muttakîlerin oluşturduğu güzel çevre ve davranışlar bozuldu. Zühhd sahiplerinin gayretleri azaldı, niyetler bulandı, insanları cehalet kapladı, gönüller katılaştı. Eskiden olmayan basit adetler ortaya çıkarak toplum içinde yayıldı. Bu adetlere dalanlar arttı. Dünya insanlara güzel ve süslü göründü ve dünyaya tâlip olanlar çoğaldı. Belirtilen olumsuzluklar içerisinde bazıları, sâlih amelleri, hâlis niyetleri ve emirlere sadâkatleri

¹⁵¹ Coşkun, *Sosyal Değişme ve Dini Normlar*, 59.

neticesinde ayrı bir topluluk oluşturdu. Bu kimseler, dünya ve dünyevî değerlere karşı zühdü, yalnızlığı tercih ettiler. Onlar kendilerine Suffe ashâbını örnek alarak, sebepleri terk edip Allah'a tam bir teslimiyet duygusu içinde yaşadılar. Birbirleriyle toplanabilecekleri zâviye ve tekke inşâ ettiler. Bu yaşantı onlara yüce hâller ve mânevî ilim kazandırdı. Böylece onlarda, farklı bir lisan, irfan ve îmân meydana geldi. Sûfilere bu farklı hâllerin neticesi olarak, kendilerinin anladığı çeşitli mânevî işaretler ve hâller ortaya çıktı. Onlar, yaşadıkları bu hâlleri ifade etmek için kendilerine has terimler kullanmaya başladılar. Sonrakiler öncekilerden bu ilim ve hâlleri öğrendiler. Dolayısıyla bu durum her asırda devam ederek bir alâmet ve uzmanlık sahası oldu.¹⁵²

Yukarıda da ifade edildiği üzere sûfiler tarafından benimsenen bu davranışlar aslında, sahâbe ve tâbiûn tarafından uygulanmaktaydı. İbadet konusunda titiz davranmak, mâsivâdan ilgiyi keserek tamamıyla Allah'a yönelmek, dünya meşgalesinden ve ziynetinden yüz çevirmek, insanların çoğunluğunun talep ettiği maddî lezzet, mal, mevki konularında zâhid ve isteksiz olmak, toplumdan uzak kalarak ibadet amacıyla halvete çekilmek, sahâbe ve ilk Müslümanların bir kısmının yaşadığı hâllerdendi. Hicrî 2. asır ve sonrasında dünyaya yönelme durumu yaygınlık kazanınca ömürlerini ibadete tahsis edenlere *sûfiye* ve *mutasavvıfa* adı verildi.¹⁵³ Buradan, Hz. Peygamber ve ashâbının İslâmiyet'i içten ve tam mânâsıyla yaşama hâlinin toplumun genel hâli olduğundan ayrıca başka özel bir isimlendirmeye gerek olmadığı anlaşılmaktadır. Diğer yandan hicrî ilk iki asırdaki âbid ve zâhidliğin ferdî düzeyli ve itidalli bir hareket olduğunu, keşiften ziyâde ahlâka, ilhamdan ziyâde ibadete, kerâmetten ziyâde istikâmete yönelik olduğunu söylemek mümkündür.¹⁵⁴ Konuyla ilgili yapılmış bir doktora tezinde zühd hareketinin doğuşunun büyük oranda hicrî ilk asrın ikinci yarısında meydana geldiği ve ikinci asırda ise zühd hareketinin gelişiminin normal seyrinde ilerlediği ifade edilmektedir. Yine aynı çalışmada zühd hareketinin başlangıçta Irak-Şam-Hicaz bölgelerinde yoğun olduğu hicrî ikinci asrın yarısından

¹⁵² Ebû Hafs Şihâbüddîn Ömer b. Muhammed b. Abdillâh b. Ammûye el-Kureşî el-Bekrî es-Sühreverdî, *Avârifü'l-ma'ârif*, thk. Abdülhalim Mahmûd - Mahmûd eş-Şerîf (Matbaatu's-Seâde, ts.), 1/215.

¹⁵³ İbn Haldun, *Mukaddime*, çev. Süleyman Uludağ (İstanbul: Dergâh Yayınları, 2020), 849.

¹⁵⁴ Özköse, "Zühd ve Sûfilerin Zühde Yükledikleri Anlam Tasavvufta Dünyevileşmeye Tepkisel Yaklaşım", 186.

sonra daha uzak bölgelerde (Horasan, Filistin, Mısır, İran, Yemen, Anadolu, Mağrib) yayılarak genişlediği belirtilmektedir.¹⁵⁵

Tasavvufun amelî boyutunu oluşturan zühd, sistemli bir hâle gelmeden ve adı konulmadan önce ilk İslâm toplumundaki bireylerin pek çoğunun yaşam biçimini oluşturmaktaydı. Sahâbe döneminde dünyevî nimetlere ve şehvî isteklere karşı alınan bir tavır biçiminde gerçekleştirilen bu dönem zühd anlayışının doğuşuna en büyük etki İslâm'ın bizzat kendisi olmuştur.¹⁵⁶ Sahâbenin zühd hayatını yaşamasında etkili olan Kur'ân-ı Kerîm âyetleri ile hadis-i şeriflerden İslâm toplumunun aldığı mesaj, zâhidliğin ortaya çıkışında hangi biçimde ve ne derecede etkili olmuştur sorusu aşağıdaki başlık altında ele alınarak zühdün delilleri ifade edilecektir.

1.2.1.1. Kur'ân-ı Kerîm ve Sünnet Kaynaklı Sebepler

Zühd hayatının Müslüman toplumda yerleşmesinin belki de en önemli sebeplerinden birisi İslâmiyet'in kendisidir. Zühd her ne kadar kavram olarak Kur'ân-ı Kerîm'de yer almasa da mânâ olarak pek çok âyette mündemiçtir. Dünya nimetlerine değer vermemeyi, dünya hayatının geçiciliğini, aslolanın âhiret hayatı olduğunu ve Müslümanların yaşamında, dünyayı değil âhireti öncelemesi gerektiğini ifade eden çok sayıda âyet bulunmaktadır. Yine Kur'ân'da takvâ, ibadet, oruç, zikir gibi zühd hayatının içinde yer alan uygulamalar emredilmektedir. Âyetlerde her şeyin geçici ve yok olucu olduğu yalnızca Allah'ın bâkî, ezelî ve ebedî olduğu sıkça vurgulanarak¹⁵⁷ kişi için dünya menfaatinin az olduğu, Allah'tan korkanlar için âhiretin çok daha hayırlı olduğu ifade edilmektedir.¹⁵⁸ Yine Kur'ân'da dünya hayatının aldâtıcılığı konusunda tüm insanlar uyarılarak dünya hayatı oyun ve eğlence şeklinde vasıflanmaktadır.¹⁵⁹

Tasavvufun temsilcileri, tıpkı diğer ilim dallarının temsilcileri gibi kendine has temel kavram ve öğretilerini, Kur'ân-ı Kerîm'e dayandırmışlardır. Kur'ân ve sünnette dünya ve dünya ziynetlerinin geçiciliği, aldâtıcılığı, Allah'ı ve âhireti unutturduğunu

¹⁵⁵ Mustafa Kahya, *Tasavvufun Teşekkül Döneminde Sûfler ve Ticari Hayat* (İstanbul: İstanbul Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, 2023), 14, 19.

¹⁵⁶ Ebu'l-A'lâ Afîfî, *Tasavvuf: İslâm'da Manevî Hayat*, çev. Ekrem Demirli - Abdullah Kartal (İstanbul: İz Yayıncılık, 2015), 62-63.

¹⁵⁷ Kasas, 28/88; Rahmân, 55/26-27.

¹⁵⁸ Nisâ, 4/77.

¹⁵⁹ Lokman, 31/33; Ankebût, 29/64.

bildiren pek çok âyet ve hadis mevcuttur. Ancak “zâhid” kelimesi Kur’ân-ı Kerîm’de bir yerde, kardeşleri tarafından kuyuya atıldığında bir kervan tarafından bulunan Hz. Yusuf’un durumu anlatılırken şöyle geçer:

وَشَرَوْهُ بِثَمَنٍ بَخْسٍ دَرَاهِمَ مَعْدُودَةٍ وَكَانُوا فِيهِ مِنَ الزَّاهِدِينَ “Onu (Yusuf’u Mısır’a varınca) düşük bir fiyata, birkaç dirheme sattılar, onun hakkında rağbetsiz (zâhid) idiler.”¹⁶⁰

Bu âyetteki *zâhidîn* kelimesi, bir ticaret malına rağbet, ilgi göstermeme anlamında kullanılmış olup ruhânî bir anlamı bulunmamaktadır.¹⁶¹ Kavram olarak zühd kelimesi Kur’ân-ı Kerîm’de yer almasa da gelip geçici dünya hayatına önem vermemek, âhireti dünyaya öncelemek, dünyalık mal mülk ile oyalanmamak konulu pek çok âyet mevcuttur.

Kur’ân-ı Kerîm’de dünya hayatı; övünç sebebi, oyun ve eğlence olarak vasıflandırılmış ve müminlerin Allah’a kavuşmaya gayret ederek, dünyanın aldatıcılığına kapılmaması, dünyayı âhiretin yerine koymaması gerektiği belirtilmiştir. Dünya hayatı ile ilgili âyetlere göz atıldığında; oyun ve eğlence kıymetindeki dünya hayatının¹⁶² ve nimetlerinin¹⁶³ geçici bir özellik taşıdığı özellikle vurgulanarak¹⁶⁴

¹⁶⁰ Yusuf, 12/20.

¹⁶¹ İbn Manzûr, “zhd”, 3/197.

¹⁶² “Dünya hayatı ancak bir oyun ve bir eğlencedir. Elbette ki âhiret yurdu Allah’a karşı gelmekten sakınanlar için daha hayırlıdır. Hâlâ akıllanmayacak mısınız?” En’âm, 6/32; “Bu dünya hayatı ancak bir eğlence ve oyundan ibarettir. Âhiret yurduna gelince, işte gerçek hayat odur. Keşke bilselerdi!” Ankebût, 29/64; “Şüphesiz dünya hayatı ancak bir oyun ve eğlencedir. Eğer inanır ve Allah’a karşı gelmekten sakınırsanız, O size mükafatınızı verir ve sizden mallarınızı (tamamen sarf etmenizi) istemez.” Muhammed, 47/36; “Ey insanlar! Rabbi’nize saygısızlıktan sakının; hiçbir babanın evlâdından fayda göremeyeceği, evlâdın da babasından hiçbir yarar sağlayamayacağı bir günden korkun. Allah’ın vaadi gerçektir. Sakın dünya hayatı sizi aldatmasın; o, yoldan çıkarıcı da (şeytan) Allah hakkında sizi aldatmasın.” Lokman, 31/33; “Ey insanlar! Allah’ın verdiği söz gerçektir. Dünya hayatı sakın sizi aldatmasın, o aldatma ustası da Allah hakkında sizi kandırmasın.” Fâtır, 35/5; “Dünya hayatı zaten aldatıcı şeylerden ibarettir.” Âl-i İmrân, 3/185.

¹⁶³ “Kadınlar, oğullar, yük yük altın ve gümüş, salma atlar, davarlar ve ekinler gibi nefsin şiddetle arzuladığı şeyler insana süslü gösterildi. Bunlar dünya hayatının geçimliğidir. Oysa asıl varılacak güzel yer ancak Allah’ın katındadır.” Âl-i İmrân, 3/14; “Size verilen şeyler dünya hayatı için faydalı nesneler ve güzelliklerden ibarettir. Allah katında olanlar ise daha hayırlı ve daha kalıcıdır. Aklınızı kullanmaz mısınız?” Kasas, 28/60.

¹⁶⁴ “Bilin ki, dünya hayatı ancak bir oyun, bir eğlence, bir süs, aranızda karşılıklı bir övünme, çok mal ve evlat sahibi olma yarışından ibarettir. (Nihayet hepsi yok olur gider). Tıpkı şöyle: Bir yağmur ki, bitirdiği bitki çiftçilerin hoşuna gider. Sonra kurumaya yüz tutar da sen onu sararmış olarak görürsün. Sonra da çer çöp olur. Âhirette ise (dünyadaki amele göre ya) çetin bir azap ve (ya) Allah’ın mağfîret ve rızası vardır. Dünya hayatı, aldaniş metaından başka bir şey değildir.” Hadîd, 57/20; “Mallar ve evlatlar, dünya hayatının süsüdür. Bâkî kalacak sâlih ameller ise, Rabbi’nin katında, sevap olarak da ümit olarak da daha hayırlıdır.” Kehf, 18/46; “Ey kavmim! Bu dünya hayatı bir sürelik yararlanmadan ibarettir; âhirete gelince, ebedîlik yurdu işte orasıdır.” Mü’min, 40/39; “Allah dilediği kimselere rızkı bollatırır da daraltır da. Onlar dünya hayatıyla sevinip mutlu oluyorlar, oysa âhiretin yanında dünya hayatı, geçici bir faydadan başka bir şey değildir.” Ra’d, 13/26; “Kim bu geçici dünyayı isterse orada

dünya-âhiret dengesinin korunması gerektiğini¹⁶⁵ bildiren âyetlerin yoğun biçimde işlendiği görülmektedir. Burada yer verilen âyetler ve benzer diğer âyetlerin etkisiyle ilk İslâm toplumunda namaz ve oruç gibi yoğun bir ibadet hayatına ilâveten dünyadan ve dünyevî nimetlerden uzak duruş, Allah'ın rızası ile yakınlığına erişmek ve cehennemden korunmak amaçlı bir yaşam biçiminin yaygın olduğunu söylemek mümkündür. Bu durum daha sonra sistemleşecek tasavvuf düşüncesine temel bir etki oluşturarak zühd anlayış ve yönteminin teşekkülüne tesir etmiştir. İlgili âyetlere ilâveten dünya ve ahiret hayatının mâhiyetine değinen ve zâhidliğe vurgu yapan hadis-i şerifler de Müslümanların bir kısmının zühd eksenli bir hayat sürdürmesine sebep olmuştur.

Dolayısıyla zühd hareketinin İslâm toplumunda ortaya çıkışının önemli sebeplerinden bir diğeri ise Peygamberimiz Hz. Muhammed (s.a.v.)'in söz ve davranışları olmuştur. Hz. Peygamber'in peygamberliğinden öncesi ile sonrasını kapsayan yaşamında, zühd hayatının izlerini görmek mümkündür. Onun zühd hayatıyla ilgili bir hayli fazla olan rivayetler, “zühd” ve “rikâk” adıyla müstakil eserler olarak meydana getirilmiştir.¹⁶⁶ Genel hadis kitaplarının içinde ayrı bir bölüm olarak yer verilen zühd hadisleri hadis edebiyatında, “Kitâbü’z-Zühd” ismiyle geniş bir yere

ona, (evet) dilediğimiz kimseye dilediğimiz kadar hemen veririz. Sonra da cehennemi ona mekân yaparız. O, buraya kınanmış ve Allah'ın rahmetinden kovulmuş olarak girer. Kim de mü'min olarak âhireti ister ve ona ulaşmak için gereği gibi çalışırsa, işte bunların çalışmalarının karşılığı verilir. Rabbi'nin lütfundan her birine; onlara da bunlara da veririz. Rabbi'nin lütfu (hiç kimseye) yasaklanmış değildir.” İsrâ, 17/18-19-20; “Elinizden çıkana üzülmesiniz ve Allah'ın size verdiği nimetlerle şıarmayasınız diye (böyle yaptık.) Çünkü Allah, kendini beğenip övünen hiçbir kimseyi sevmez.” Hadîd, 57/23.

¹⁶⁵ “Allah'ın sana verdiğinden (O'nun yolunda harcayarak) âhiret yurdunu iste; ama dünyadan da nasibini unutma. Allah sana ihsan ettiği gibi, sen de (insanlara) iyilik et. Yeryüzünde bozgunculuğu arzulama. Şüphesiz ki Allah, bozguncuları sevmez.” Kasas, 28/77; “...Onlara de ki: ‘Dünya menfaati önemsizdir, Allah'tan korkanlar için âhiret daha hayırlıdır ve size zerre kadar haksızlık edilmez.’” Nisâ, 4/77; “Ey iman edenler! Size ne oldu ki, ‘Allah yolunda seferber olun’ denilince yerinize çakılıp kaldınız; yoksa âhiretten vazgeçip de dünya hayatıyla yetinmeye râzı mı oldunuz? Hâlbuki dünya hayatının sağladığı fayda âhiretinkine göre pek azdır.” Tevbe, 9/38; “Onlar, dünya hayatını âhirete tercih eden, Allah yolundan alıkoyan ve onu eğri göstermek isteyenlerdir; işte onlar derin bir sapkınlık içindedirler.” İbrahim, 14/3; “İşte onlar, âhiret karşılığında dünya hayatını satın alan kimselerdir. Bu yüzden ne azapları hafıfletilecek ne de kendilerine yardım edilecektir.” Bakara, 2/86.

¹⁶⁶ Fuat Sezgin, *Geschichte des Arabischen Schrifttums* (Leiden, 1967), 1/531.

sahiptir.¹⁶⁷ Bu eserler, Kur’ân-ı Kerîm ve sünnete göre zühd ve unsurları başta olmak üzere peygamberlerin, sahâbe ve velilerin zâhidliğinden örnekler içermektedir.¹⁶⁸

Peygamber Efendimiz bir hadisinde: “*Altın, gümüş, aba ve kumaşa kul olanlar mahvolmuşlardır.*”¹⁶⁹ şeklinde ümmetini uyarmıştır. Yine Hz. Peygamber bir gün, Bahreyn’e vergi toplamak üzere gönderdiği Ebû Ubeyde b. Cerrâh’ın Medine’ye döneceği gün, sabah namazında mescidde her zamankinden daha fazla kalabalık olduğunu görmüştür. Tebessümle, “Galiba Ebû Ubeyde’nin Bahreyn’den döndüğünü duydunuz.” demiş ve ardından da “Allah’a yemin olsun ki ben, sizin fakirlikten zarar görmenizden korkmuyorum. Fakat ben, önceki ümmetlerin önüne serildiği gibi dünyanın sizin önünüze serilmesinden, onların dünya için birbirleriyle rekabete girdikleri gibi sizin de yarışa girmenizden ve dünyanın onları helâk ettiği gibi sizi de birbirinize düşürerek helâk etmesinden korkuyorum.”¹⁷⁰ buyurmuşlardır. Yine başka bir hadisinde Efendimiz, “Şu dünya câziptir; göz alıcı ve gönül çekicidir, tatlıdır.”¹⁷¹ diyerek dünyanın, cezbedici olduğuna dikkat çekmiş ve insanların dünyaya bağlanmasının kolaylığını gündeme getirmiştir. Bununla birlikte diğer yandan dünya nimetlerinden tamamen uzaklaşıp aşırıya giden sahâbiler ise Rasûlullah tarafından uyarılmışlardır. Peygamber Efendimiz böyle kimseleri, nefsinin, ailesinin, hanımının, çocuklarının, misafirinin ve Rabbi’nin kişi üzerinde hakkı olduğunu, hepsinin hakkının yerine getirilmesi gerektiğini söyleyerek ikaz etmiştir.¹⁷² Her işinde itidal sahibi olan Peygamber Efendimiz’in şu sözü bizlere bir ölçü göstermektedir: “Dünyada zâhidlik ne helali haram kabul etmek ne de malı mülkü terk etmekleedir. Dünyada zâhidlik, ancak Allah’ın elindekine, kendi elindekinden daha fazla güvenmen; başına bir musibet geldiğinde ve yakını bırakmadığında, onun ecir ve mükafatından son derece ümitli olmandır.”¹⁷³ Zühdün zâhirî yönünden ziyâde kişinin Allah’a güveninin vurgulandığı bu ifadede, zühd adına

¹⁶⁷ Zühd kitaplarının kronolojik olarak yapılan listesi için bk. Ahmet Yıldırım, “Hadis Edebiyatında Zühd Literatürü ve Zühdle İlgili Rivayetlerin İncelenmesi”, *Süleyman Demirel Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi* 20 (Ocak 2008), 122-126.

¹⁶⁸ Hasan Kamil Yılmaz, *Tasavvufî Hadis Şerhleri ve Konevî’nin Kırk Hadis Şerhi* (İstanbul: Marmara Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Vakfı Yayınları, 1990), 17.

¹⁶⁹ Buhârî, *Sahîhu’l-Buhârî*, “Cihad”, 70 (No. 2886), “Rikâk”, 10 (No. 6435).

¹⁷⁰ Buhârî, *Sahîhu’l-Buhârî*, “Rikâk”, 7 (No. 2465).

¹⁷¹ Buhârî, *Sahîhu’l-Buhârî*, “Cihad”, 37 (No. 2842); Ebû Îsâ Muhammed b. Îsâ b. Sevre et-Tirmizî, *el-Câmi’u’s-şâhih*, thk. Yusuf el-Hût Kemâl (Beyrut, 1987), “Fiten”, 26, “Zühd”, 41.

¹⁷² Buhârî, *Sahîhu’l-Buhârî*, “Savm”, 51, “Edeb”, 86; Tirmizî, *el-Câmi’u’s-şâhih*, “Zühd”, 63.

¹⁷³ Tirmizî, *el-Câmi’u’s-şâhih*, “Zühd”, 29; Ebû Abdillâh Muhammed b. Yezîd el-Kazvînî İbn Mâce, *es-Sünen*, thk. Muhammed Nâsiru’d-dîn el-Elbânî (Riyad: Mektetü’l-Meârif, 1997), “Zühd”, 1 (No.4100).

helalleri haram kabul etmenin de zâhidlik olmadığı dile getirilmiştir. Gerçek zâhidlik, yalnızca Allah’a inanıp güvenmek olumsuz bir durumla karşılaşıldığında dahî Allah’tan geldiği inancıyla şikâyet etmemektir. Diğer yandan Peygamber Efendimiz’in vefat ettiğinde herhangi bir miras bırakmadığı da bilinmektedir.¹⁷⁴ Tüm bu örneklerde, dünya malının kullanımında abartıya gidilmemesi, ihtiyaç kadarıyla yetinilmesi, Allah’ın her dâim hatırdâ tutulması, dünyanın kalpte basitleştirilerek küçük görülmesinin vurgulandığını söylemek mümkündür.

Âyet ve hadislerdeki ilgili ifadelerin tümü birlikte değerlendirildiğinde bu ifadelerin, bir müminin geçici ve oyalayıcı dünya hayatına kapılıp gitmemesi ve âhireti unutmaması adına yapılmış bir uyarı olduğunu söylemek mümkündür. İnsanın ve dünya hayatının yapısı gereği dünyevîliğe dalmanın kolay olması sebebiyle bu konudaki uyarılar farklı farklı âyet ve hadislerde tekrar tekrar dile getirilmiştir. İnsanın kendi arzu ve istekleri adına her şeyi yapabilmesinin mümkün olduğu düşünüldüğünde âyet ve hadislerdeki uyarıların önemini fark etmek çok daha kolaylaşacaktır. Hırs, gösteriş, kibir, kıskançlık gibi duyguların arka planında yer alan sahip olma duygusunun kontrolü ile tüm bu duyguların birey ve toplumda meydana getireceği yıkıcılığın azaltılması mümkün olacaktır. Yoksa dünya malı, elbette Allah’ın bir nimetidir ve insanın kullanımına sunulmuştur. Mesele, kökten bir reddedişle ilgili değil, niyetli ve ölçülü bir kullanım ve bunu gerçekleştirirken içerisinde bulunan hâl ile ilgilidir. Diğer yandan zühdün ilk İslâm toplumunda yaygınlaşmasının ikinci bir sebebi de zâhidliği tercih eden kişilerin sahip olduğu bireysel özelliklerden kaynaklanmaktadır.

1.2.1.2. Bireysel Sebepler

Kul-Tanrı ilişkisi bağlamında dinî yaşayışın nesnel ve öznel olmak üzere temelde iki ana biçimi vardır. İlki Allah ile iş ilişkisine benzeyen nesnel etkileşime dayanırken ikinci ilişki biçimi, Allah ile birleşme ya da O’na katılmaya dayanır. Bu iki farklı kulluk biçimi, kişisel ve toplumsal dindarlık olarak tarih boyunca görülmüştür. Allah ile nesnel bir ilişki biçimi geliştirmiş olan insan tipi, O’nun

¹⁷⁴ Buhârî, *Sahîhu’l-Buhârî*, “Vesâyâ”, 1; “Megâzî”, 83; “Cihâd”, 61, 86; “Hums”, 3; İbn Mâce, *es-Sünen*, “Vesâyâ”, 1; Ahmed İbn Hanbel, *Kitâbu’z-Zühed*, thk. Muhammed Celal Şeref (Beyrut: Dâru’n-Nahdati’l-Arabiyye, 1981), 15.

emirlerini yapar, yasaklarından kaçınır, ibadetlerini yapar ve karşılığını Allah'tan ister. İkinci ilişki biçiminde ise insan, dini ve Allah'ın emirlerini bir araç olarak görür, asıl gâyenin Yaratıcı'ya ulaşmak, O'nunla birleşmek olduğunu bilerek tüm hayatını buradan hareketle planlar. Bu açıdan bakıldığında dinin özünü geleneksel, toplumsal, taklîdî, dış güdümlü dindarlık değil; tahkîkî, özümsemiş, iç güdümlü, bireysel dinsel yaşayış biçimi oluşturmaktadır.¹⁷⁵ Bir Tanrı'ya inanan her insan bu iki kategoriden biri dâhilinde Yaratıcı ile ilişkisini sürdürmektedir. Buradan hareketle, sûfîlerin ilişki biçimini öznel/iç güdümlü dindarlık olarak isimlendirmek mümkündür.

İnananların İslâm'ı derûnî biçimde yaşamasını gâye edinen tasavvufun hedefi bireyin özüdür. Tasavvuf, bu özün tanındığı kadar Allah'ın tanınabileceği fikir ve iddiasındadır. Hz. Peygamber'in her türlü dünya nimetine karşı aldığı tavırdan hareketle tasavvuf; zühd, vera, fakr, sabır, şükür, tevekkül, îsar, riyâzet, halvet gibi uygulamalarla insanın madde ile ilişki kuruluş biçiminde bazı metotlar geliştirmiştir. Madde ile ilişki, insanın benliğini terbiye etmesinde önemli görülen noktalardan biridir. Her ne kadar dinin tecrübe edilmesi ruhsal bir hâl olsa da insanın bir de bedensel/cismânî yönü vardır ki bu yön madde ile mecbûrî bir ilişki içerisindedir. Bu sebeple insanın, şehâdet âleminden semâlara doğru gerçekleşen dikey seyrinde maddî olan ile ilişkisinin niteliği önem arz eder. Bu sebeple zühdün öncelikle bireysel ardından da toplumsal boyutta etkili bir davranış biçimi olmasının temelinde de insan-madde ilişkisinin belirleyiciliği dikkat çekicidir. Aşağıdaki ifadeyi meselenin bu tarafıyla ilgili olarak değerlendirmek mümkündür.

“İnsan olmanın en ağır yüklerinden biri, insanın iki karşıt değerli çekimin (cazibe) ortasında var olmasıdır. Alt âlem bizi sürekli maddiyat ve geçici zevkler ile oyalayıp, kendine doğru çekmek ister. Tûl-i emeller (uzun vadeli bencil arzular) üretir, ‘Bak aradığım ölümsüzlük, sonsuzluk burada’ der ve bizi sınırlı olanın esiri yapar. Ama bilâistisna her insan bir de ‘yukarı’ doğru çekim hisseder. İşte bu karanlıklar içinde bocalayıp hakîkî, kalbî muhabbet ilişkisi bizi o statik zaman/mekân hapishanesinden kurtarır, farkına varmadan üst âleme adım attırır. Yalıtılmışlığın getirdiği bencil arzular usulca meydana terk eder ve kalbin aslî kabiliyeti, ilham yolu açılır.”¹⁷⁶

¹⁷⁵ James Henry Leuba, *The Psychology Of Religious Mysticism* (London: Kegan Paul, Trench, Trubner & Company, Limited, 1925), 7; Kayıklık, *Tasavvuf Psikolojisi*, 17.

¹⁷⁶ Mustafa Merter, *Psikolojinin Üçüncü Boyutu Nefs Psikolojisi ve Rüyaların Dili* (İstanbul: Kaknüs Yayınları, 2014), 603.

Bu pasajda da belirtildiği üzere insan iki yönlü bir canlıdır. İnsanın ruhî gelişimine dikey/enfûsî tarih, maddî gelişimine ise yatay/âfâkî tarih denilmektedir. Bir toplumda geçmişten miras geleneğin izleri hâkim ise o toplumda insanın mânevîliği merkeze alınıp maddîliği buna bağlı değerlendirilmiştir. Bu anlayış, insanın “iç”ten eğitilmesini esas almıştır. İnsan ise hayat yolculuğunda dengeyi aramak ve bulmak durumundadır.¹⁷⁷ Tasavvuf da aslında her insanın içinde mevcut olağan bilinçlilik ve uyanıklık hâlini aşma kâbiliyetinin bulunduğunu iddia ederek, bilinç ötesine uzanma vurgusunda bulunarak bütüncül bir insan modelinden bahseder.¹⁷⁸ Beden ile bu dünyaya ruh ile öte dünyaya bağlı insanın bir anlamda ben yolculuğu sayılabilecek tasavvuf, bu dünyaya dönük yüzü olan nefsin terbiye edilerek kontrol altına alınmasını, arınmasını temine çalışır. Bu süreç nihayetinde kişi, beşerîlikten insanlık düzeyine, bir sonraki adımda ise insan-ı kâmil düzeyine adım atar.

Zühd, insanın bu yolculuğundaki basamaklardan biridir. Esas gâyeye ulaşmada ona engel olan, onu oyalayan meşguliyetlerin yoldan kaldırılmasıdır. İnsanın bütün düşünce, faaliyet ve istekleri, yaradılış amacı ile uyumlu olmalıdır. İnsanın hedefinin tek olmasına karşın arzu ve ihtiyaçları çoktur. İnsan, bütün varlıkların bir özeti, emir ve halk âlemlerinin toplayıcısıdır. Bu özelliğiyle o, tüm varlıkların üstündedir ancak aynı zamanda bütün varlıklara arzu ve ihtiyaç duyan bir yapıya da sahiptir. Bu yapı sebebiyle insan, her şeyle ilgilenme her şeye el atmaya heveslidir. Bu hevesinden ötürü de sayısız sevgi ve sevgililerin peşine düşer. Kendisini binlerce şeye mahrem hâle getirir, bu mahremlerin bazılarını ilah bile yapabilir kendi kendine. Aslında onun hayatı bu sevgi ve ilgilerin birçoğundan mahrum olmayı gerektirir. İnsan, mahrum olacağı şeylerin mahremiyetinden kurtularak mahrum olmayacaklarının peşine takılmalıdır. İşte zühd, insanın diğer varlıklardan farklı yönlerini ve üstünlüğünü kavrayıp bu kavrayış ile hareket etmesini sağlamaya çalışır. İnsana adeta, “sorumluluğunu iyi kavra ve mahrem olman gerekene yönel” diye fısıldar.¹⁷⁹

¹⁷⁷ Mahmud Erol Kılıç, *Hayatın Satır Araları Modern Zamanda Kendini Bulmak* (İstanbul: Sufi Kitap, 2016), 16-17.

¹⁷⁸ Ali Ayten- Sevede Düzgüner, *Tasavvuf Psikolojisine Giriş Bireysel Arınma ve Güzel Ahlak* (İstanbul: Sufi Kitap, 2019), 29.

¹⁷⁹ Yaşar Nuri Öztürk, *Kur'an-ı Kerim ve Sünnete Göre Tasavvuf (İslam'da Rûhî Hayat)* (İstanbul: Marmara Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Vakfı Yayınları, 1989), 209-210.

Anlaşılabacağı üzere zühd, insanı dünya nimetlerinin geçici ve oyalayıcı olduğu bilincine ulaştırma ve bu şekilde asıl gâyesini unutmasını engelleme çabasıdır.

Görüldüğü üzere insan zihni dağılmaya yatkındır, hedefe ulaşmak ise odaklanmayı ve engelleyici unsurları devreden çıkarmayı gerektirir. Zühd bir anlamda insanın duygu, düşünce ve davranışlarının dağılmasını engelleyerek, mârifetullah hedefinden sapmamayı temine çalışır. Mutasavvıfın gerçekleştirmek istediği tek bir arzusu vardır, o da Allah’a ulaşmaktır. Bu arzu dışındaki başka her amaç, gerçek amaçtan sapma anlamına gelmektedir. Allah’a kavuşma amacına ulaşmanın yolu ise diğer her şeyden feragat ederek asıl hedefe kilitlenmek ile mümkündür ki bu yöneme zühd adı verilebilir.

Müslümanların yaşadığı sosyal veya bireysel hayatın kültürel, toplumsal, psikolojik ve siyasal yapısı, zühdü bir hayat biçimi hâline getirmeye meyilli insanlar üzerinde daha tesirli olmuştur. Yani zühd hareketinin ortaya çıkışında ve yayılmasında kişilerin fitratının etkisi büyüktür. İnsan, bir yönüyle sosyal yapıyı oluşturan fertlerden biri iken diğer yönüyle arzuları, sezgileri, ümit ve korkuları olan duygusal bir varlıktır. İnsanların kimisi, yaşadığı toplumda meydana gelen sorunlar karşısında iç dünyasına yani kendisine yönelir; sorunların çözümünü akıldan daha çok hislerinde ve dinî his ve tecrübelerinde aramaktadır. Dolayısıyla insan bazen sadece mânâ boyutuyla, bazen ise maddî yönüyle her şeyden uzaklaşır; ibadet, tefekkür ve riyâzete yönelir.¹⁸⁰ Bâtınî tarafı ağır basan kişilerin, huzuru toplumda bulamadığında mistik alana yönelmesi doğal bir durumdur. Hz. Peygamber’in vefatının ardından ona ve dönemine özlem duyan, mânâ yönü ağır basan Müslümanlar, yalnızlığı ve zühdü tercih etmişlerdir. Bu kimseler, ilk Müslümanlar gibi saf, samimi bir dinî hayat yaşama gayretiyle ve toplumdaki ahlâkî gerileme ile fitnelerden de uzak kalmak amacıyla bir köşeye çekilerek ibadet ve taatle ilgilenmişlerdir. Bu zâhidâne hayatlarından dolayı onlara âbid, nâsik, kurrâ, zâhid gibi isimler verilmiştir. Bu ise zaman içinde yaygınlaşmış ve çok daha sonra tasavvufun ilk dönemine isim olarak verilmiştir.

¹⁸⁰ Hüseyin Kahraman, “Sebepleri ve Sonuçları Açısından Hadis Râvîlerinin Zühd Hayatına Yönelik İlgileri -Kûfe Örneği-”, *Uludağ Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi* 16/1 (2007), 38-39.

1.2.1.3. Toplumsal Sebepler

Dinî tecrübe öncelikle subjektif bir özelliğe sahiptir ki ferdin şuurunda yerleşerek kök salar, hemen ardından ise zorunlu biçimde fertleri aşarak fertler arası bir karaktere bürünür. Yani dinî tecrübenin cemaat teşkil edici özelliği aslî bir vasıftır. Kutsalla kurulan bağ ile belirlenen din, yaşanan ve objektifleşen bir şey olmak sûretiyle bir toplum olayı, sosyal bir gerçeklik ve tecrübe olarak yer bulur.¹⁸¹ Nitekim zühd davranışının da bireysellikten çıkarak toplumsal bir harekete dönüşmesinin, toplumun bir kesimi tarafından kabul görmesinin bazı sebep ve sonuçları bulunmaktadır. Bu sebepler arasında, Hz. Peygamber'in vefatının ardından yaşanan maddî genişleme ilk başta rol oynamaktadır. Onun vefatı sonrası, İslâm toplumunun bir kısmı mal, ihtişam ve lüks hırsına kapılıp âhireti ihmal etmişken, toplumun bir diğer bölümü âhirete yönelerek dünyayı arkasına almıştır. Dünyayı terk edip bir köşeye çekilenler, örnek insan gösterilerek toplumda kabul görmüştür. Bu tutumu takınanlara “dünyaya karşı soğuk duranlar” anlamında *zühhâd* denilmiştir. Bu zümrenin saygı görmesi neticesinde bu zihniyet daha da güçlenmiş ve tasavvuf içerisinde kendisine yer edinmiştir.¹⁸²

Hz. Peygamber'in dizinin dibinde eğitim alan ashâbın birer birer vefatıyla, Kur'ân-ı Kerîm'in değerlerini ve Hz. Peygamber'in yaşamını sahâbe kadar tatbik edemeyen, dinî hayatı daha yüzeysel yaşayan, İslâm'ı içselleştirememiş kişilerin sayısı toplum içinde artış göstermiştir. Buna fetihlerle birlikte refahın artması da eklenince kişilerde gevşeklik, ruh ve irâde zâfiyeti baş göstermiştir.¹⁸³ Toplumsal yapının bu etkisiyle, sahâbe ve tâbiûn devirlerinde ruhlara hâkim olan Allah ve âhiret korkusu ile güçlü bir günah şuuru eksenli zühd hareketi giderek güçlenmiş ve tasavvufa dönüşmüştür.¹⁸⁴

Hz. Peygamber, devlet başkanlığında toplumdaki iktisâdî farklılıklarla mücadele ederek merhamet ve sosyal yardımlaşmayı devamlı teşvikle Mekke toplumunda ekonomik problemleri en alt düzeye indirmeye çalışmıştır. Bu amaca dönük olarak

¹⁸¹ Günay, *Din Sosyolojisi*, 231-232.

¹⁸² Süleyman Uludağ, “Dünya”, *Türkiye Diyânet Vakfı İslâm Ansiklopedisi* (İstanbul: TDV Yayınları, 1994), 10/23.

¹⁸³ Hüseyin Algül, *İslâm Tarihi -Hulefâ-i Râşidîn-* (Bursa: Emin Yayınları, 2018), 3/333.

¹⁸⁴ Süleyman Ateş, *İslam Tasavvufu* (İstanbul: Yeni Ufuklar Neşriyat, 1992), 43.

zekât emri, altın ve gümüş stoğunun yasaklanması, karaborsanın men edilmesi, fakir ve zayıfların mâlî durumlarının iyileştirilmesi çalışmaları uygulanmıştır. Hz. Ebûbekir (r.a.) ekonomik anlamda Hz. Peygamber'in bu ve benzeri uygulamalarını takip etmiştir. Ancak sonraki yıllarda Sâsânîler ve Bizans üzerine gerçekleştirilen fetihlerle devlet gelirleri muazzam derecede artış göstermiş ekonomik anlamda önemli bir değişim yaşanmıştır. Kısa bir zaman diliminde yaşanan gelişmeyle büyük miktarlarda mal ve para girişi toplumda büyük derecede rahatlık ve bolluk dönemine sebep olmuştur. Bu değişimle Müslümanlar, sosyal toplumdan refah toplumuna geçmişlerdir.¹⁸⁵ Hz. Ömer (r.a.) şu cümlesiyle bu duruma işaret etmiştir: “Allah’a yemin ederim ki Allah bunları kime verdiyse onlar birbirlerini kıskanmış, birbirlerine karşı kin beslemişlerdir. Birbirini kıskananları da Allah muhakkak birbirine düşürür.”¹⁸⁶ Bu ve benzeri cümlelerde ifade edildiği üzere Peygamberimiz'in vefatının ardından geçen kısa zaman diliminde Müslüman toplum zenginlik ile karşılaşmış bu ise pek çok noktada değişime sebebiyet vermiştir.

Kuşeyrî, *Risâle*'sinde *zâhid* isminin kullanılmaya nasıl başlandığını şöyle aktarmıştır:

“Müslümanların en faziletli kişileri Allah Resûlü'nden sonraki devirde, ‘Resûlullah’ın sahâbesi’ unvanından başka bir ad almamıştı. Hz. Peygamber'in sohbetinden daha faziletli bir şey olmadığı için onunla beraber olanlara ‘sahâbe’ adı verilmişti. Sahâbeye yetişen ve onların sohbetinde bulunan ikinci asır ehline ise ‘tâbiîn’ adı verilmişti. Onlar bu ismi en şerefli mertebe olarak görmüşlerdi. Tâbiînden sonra gelenlere ise ‘etbau’t-tâbiîn’ denilmiştir. (Tâbiîn ve etbau’t-tâbiînden) Sonra halk ihtilafa düşmüş, mertebeler arasında farklılıklar olmuştur. Bunun sonucunda dinin emirlerine dikkat ve hassasiyete riâyet edenlere *zühhâd* ve *ubbâd* denmiştir. Ardından birçok bidat ortaya çıkmış, farklı gruplar arasında çekişmeler meydana gelmiştir. Her grup dini en güzel yaşayan zâhidlerin kendi içlerinde bulunduğunu iddia etmiştir.”¹⁸⁷

Görüldüğü üzere zühd hareketi, yönetimin ve toplumun bir kesiminin dünyevîleşmesi ve dînî yaşayıştaki yozlaşmasına bir tepki olarak ortaya çıkmıştır.

¹⁸⁵ Adem Apak, *Ana Hatlarıyla İslâm Tarihi (Hulefâ-i Râşidîn Dönemi)* (İstanbul: Ensar Nesriyat, 2015), 2/226-227.

¹⁸⁶ Taberî Ebû Ca'fer Muhammed b. Cerir et-, *Tarihu'l-ümem ve'l-mülûk*, thk. Muhammed Ebu'l-Fadl İbrahim (Beyrut, ts.), 30.

¹⁸⁷ Kuşeyrî, *er-Risâle*, 42.

Yönetime muhalif zâhid tavrın ilk örneği de Hasan el-Basrî'dir (öl. 110/ 728). O, davranışlarında ölçülü ve ileri görüşlülüğü ile kendisini yalnızca fetihlere adanmış, servet ve dünya zenginliği peşinde koşturan ve Kur'ân-ı Kerîm'deki "*Sadece celal ve ikram sahibi Rabbi'nin yüzü bâki kalacaktır.*"¹⁸⁸ âyetini unutmuş görünen toplumu bekleyen tehlikeleri fark ederek uyarılarda bulunmuştur.¹⁸⁹ O ve onun gibi dünyaya dalanları eleştirenler, zühd hareketinin toplumda yer bulmasına sebep olmuştur. Toplumda meydana gelen değişim ve huzursuzluklardan rahatsızlık duyanlar, yeni toplumun değerleri ile yaşam tarzını sahih dindarlıkla çelişik görmüşlerdir. Bu sessiz tavır, kısa bir zaman içinde güçlü ve etkili bir hâl kazanarak İslâm toplumunun hemen her alanında sahâbe neslinin tatbik ettiği sünnetin savunuculuğu hâlini almıştır.¹⁹⁰ Diğer yandan ise Hz. Peygamber ve ashâbının ibadeti, zühd ve takvâdaki hassasiyeti ayrıca her Müslümanın hayatında yaşayabileceği dinî tecrübe de zühd eksenli bir hayatın benimsenmesinde büyük bir etkiye sahiptir. Her sûfî bir öncekinin tecrübesinden istifâde ederek örnek almış, bu ise geriye doğru gittiğinde Hz. Peygamber'in dinî tecrübelerine kadar dayanmıştır. Yaşanan hâl, nesilden nesile tevârüs etmiştir. Dinî tecrübe ve zühd anlayışının toplumda yer edinmesinde yine sohbet, vaaz, zikir meclisleri gibi sözlü aktarımın yanında mektup benzeri yazılı çalışmaların da etkisi olmuştur.¹⁹¹

Özetle, Hz. Peygamber hayattayken zühdü ve zâhidliği olması gereken şekliyle yaşamında tatbik etmiş ve onun sahâbesi de Allah'ın Resûlü'nü takip etmiştir. Onun vefatının ardından ise dört halife devrinde fetihler artmış, İslâm Devleti'nin sınırları genişlemiş, toprakların artması hazinenin de artmasına sebep olmuştur. Elde edilen ganimetlerle birlikte maddî zenginlik ve refah seviyesi de yükselişe geçmiştir. Tüm bu gelişmelere karşın asr-ı saadete özlem duyan, lüks ve refah içindeki Müslümanları eleştiren bir topluluk meydana gelmiştir. Toplumsal çaptaki bu değişimlere ilâveten siyasal alanda meydana gelen birtakım olay ve durumlar da zühdün bir hareket olarak yaygınlaşmasına sebep olmuştur.

¹⁸⁸ Rahmân Sûresi, 27/55.

¹⁸⁹ Annemarie Schimmel, *İslamın Mistik Boyutları*, çev. Ergun Kocabıyık (İstanbul: Kabalcı Yayınevi, 2012), 48.

¹⁹⁰ Ekrem Demirli, *Şair Sûfîler -Mevlana, Yunus ve Niyazi-i Mısır Üzerine İncelemeler-* (İstanbul: Sufi Kitap, 2018), 42-43.

¹⁹¹ Abdullah Aydın, *Doğuş Devrinde Tasavvuf ve Hadis* (İstanbul: Seha Neşriyat, 1986), 51-52.

1.2.1.4. Siyasal Sebepler

Son peygamber olarak gönderilen Hz. Muhammed'in (s.a.v.) vefatının ardından devlet başkanlığı görevine getirilen Hz. Ebûbekir, (r.a.) (11-13/ 632-634) yalancı peygamberlerle ve bazı dinden dönme hareketleriyle mücadele etmiş,¹⁹² dönemin iki büyük devleti Bizans ve Sâsânî İmparatorlukları üzerine fetihler düzenlemiştir.¹⁹³ Onun devrinde Müslüman toplumda büyük bir karmaşa ve sıkıntı meydana gelmemiş, gelecek devirlere nisbetle daha sakin geçmiştir. Hz. Ebûbekir, (r.a.) halife olduktan sonra mütevazî bir hayat yaşamaya daha da dikkat eder olmuştur. O, kendini beğenen kimselere çok kızmış, fakir ve güç durumdakilere yardım etmiştir. Elde edilen ganimet ve fey gelirlerini sahâbe arasında eşit bir biçimde dağıtmıştır; vefat ettiğinde beytûlmâlde birkaç dirhemden fazlası olmadığı görülmüştür.¹⁹⁴

Hz. Ebûbekir'in (r.a.) ardından halifelîğe geçen Hz. Ömer (r.a.) (13-23/ 634-644) devrinde fetihler, selefinin başlattığı harekâtın devamı olmuştur. Bu dönemde, İslâm orduları Kuzey Afrika'ya kadar ulaşmış, doğu tarafındaysa Sâsânî İmparatorluğuna son verilmiştir. Bizans üzerine yapılan savaşlarda Şam, Hama, Kudüs, Mısır fethedilmiştir.¹⁹⁵ Tüm bu süreçte Hz. Ömer, (r.a.) beytûlmâlden ihtiyacı dışında bir şey almama konusunda hassasiyet göstermiş, sıradan bir Kureyşli gibi hayatını sürdürmüştür. Onun zâhidâne bir hayat sürdürdüğü de zikredilmektedir. O, valilerin görev yerlerine gitmeden önce servetlerini kaydettirmiş ve varlıklarında aşırı artış olduğu tespit edilen valilerin araştırılarak gerekirse servetlerinin bir kısmına el koyulmasını emretmiştir.¹⁹⁶ Yine Hz. Ömer, (r.a.) halifelîğinde valilerinden halkı

¹⁹² Ebû Abdillâh Muhammed b. Ömer b. Vâkıd el-Eslemî Vâkıdî, *Kitâbü'r-Ridde ve nebze min fütûhi'l-İrâk*, thk. Yahyâ el-Cübûrî (Beyrut: Dâru'l-Ğarbi'l-İslâmî, 1410), 50; Ebû'l-Hasen Ahmed b. Yahyâ b. Câbir b. Dâvûd el-Belâzürî, *Fütûhu'l-büldân*, çev. Mustafa Fayda (İstanbul: Siyer Yayınları, 2013), 111; Adem Apak, *Hz. Osman Dönemi Devlet Siyaseti* (İstanbul: İnsan Yayınları, 2015), 9; Apak, *Ana Hatlarıyla İslâm Tarihi*, 2/57-68.

¹⁹³ Belâzürî, *Fütûhu'l-büldân*, 127-130; Ebû Muhammed Ahmed İbn A'sem el-Kûfî, *Kitâbü'l-Fütûh* (Haydarâbâd, 1968), 1/73; Apak, *Ana Hatlarıyla İslâm Tarihi*, 2/69; Sabri Hizmetli, *İslâm Tarihi -İlk Dönem-* (Ankara: Ankara Okulu Yayınları, 2011), 422.

¹⁹⁴ Ya'kub b. İbrahim Ebû Yusuf, *Kitâbü'l-Harâc* (Beyrut: Dâru'l Ma'rife, 1979), 35-47; Mustafa Fayda, "Dört Halife / Hulefâ-yi Râşidîn Dönemi (632-661)", *İslâm Tarihi*, ed. Eyüp Baş (İstanbul: Grafiker Yayınları, 2020), 232-243; Abdülkerim Öner, *Dört Halife Dönemi'nde Beytûlmal* (Diyarbakır: Dicle Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Doktora Tezi, 2018), 257-282.

¹⁹⁵ Apak, *Hz. Osman Dönemi Devlet Siyaseti*, 9; Hizmetli, *İslâm Tarihi*, 426-432; Apak, *Ana Hatlarıyla İslâm Tarihi*, 2/113-115.

¹⁹⁶ Ali Muhammed Sallâbî, *II. Halife Hz. Ömer Hayatı, Şahsiyeti ve Dönemi*, çev. Mehmet Akbaş (İstanbul: Ravza Yayınları, 2016), 444-445; Fayda, "Dört Halife / Hulefâ-yi Râşidîn Dönemi (632-661)", 255, 261; Apak, *Ana Hatlarıyla İslâm Tarihi*, 2/108; Ömer Günan, *İslâm Tarihinde Müsâdere*

gözetmeyen, hastaları ziyaret etmeyen, kimsesizler ile zayıfları huzuruna almayanları görevinden azletmiştir.¹⁹⁷ Buraya kadar anlaşıldığı üzere ilk iki halife döneminde, Müslüman toplum içerisinde büyük çaplı problemlerin meydana gelmediği görülmektedir.

İlk iki halife devrinin aksine Hz. Osman'ın (r.a.) (24-36/ 644-656) on yılı geçen halifeliğinde toplum içindeki sorunlar dikkat çekmektedir. Bu dönemde İslâmiyet yeni coğrafyalara yayılmış, buna paralel Müslümanlarda da fark edilir değişim, dönüşüm ve ardı sıra problemler yaşanmıştır. Hz. Osman, (r.a.) selefinin başlatmış olduğu fetihleri devam ettirerek İran, Azerbaycan, Mısır ve Suriye'nin güvenliğini garanti altına almıştır. Ardından ise doğuda Hint topraklarına, Batı'da Akdeniz'in en uç noktalarına kadar ulaşılmış, Afrika'daki Bizans hâkimiyetine son verilmiştir. Bu başarılar neticesinde Müslümanlar Doğu'da ve Batı'da varabilecekleri en uç noktalara varmış ve devletin sınırları en ileri noktasına ulaşmıştır. Asya kıtasında Anadolu, Çin ve Rusya'ya, Afrika kıtasında Mağrib içlerine, Avrupa'da ise Portekiz sınırlarına kadar hâkimiyet elde edilmiştir. Fetihlerdeki bu büyük başarılar ile daha Hz. Peygamber'in vefatının üzerinden on beş yıl geçmeden Müslümanlar Doğu'dan Batı'ya büyük çaplı bir alanı ele geçirmişlerdir.¹⁹⁸ Bu hızlı genişleme farklı kültür ve dine mensup kişilerin Müslüman topluma katılmasına ve kültür alışverişine neden olmuştur. Bu ise yeni birtakım mesele ve problemlerin ortaya çıkmasına sebebiyet vermiştir.

Bu dönemde devlet topraklarının genişlemesinin yanı sıra Müslüman toplumda bazı huzursuzluk ve yönetimden kaynaklı rahatsızlıklar meydana gelmiştir. Hz. Osman'ın (r.a.) devletin önemli kademelerine yakın akrabasını getiriyor olması toplumda huzursuzluğa sebep olmuştur. Uzun yıllar idarecilikte bulunmuş bir aile olan Ümeyyeoğullarından birisinin halife olmasıyla durumlar değişmiştir. Emevî ileri gelenleri halifeye, siyâsî ve idârî mevzularda kendi talepleri yönünde telkinlerde

Uygulamaları (Hz. Peygamber (sas) Döneminden Emevîlerin Sonuna Kadar (Diyarbakır: Dicle Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Doktora Tezi, 2021), 55.

¹⁹⁷ Ebû Amr Halîfe b. Hayyât, *et-Târîh*, thk. Süheyl Zekkâr (Beyrut: Dâru'l-Fikr, 1414), 152-165; Apak, *Ana Hatlarıyla İslâm Tarihi*, 2/107.

¹⁹⁸ Hizmetli, *İslâm Tarihi*, 435; Apak, *Ana Hatlarıyla İslâm Tarihi*, 2/188-201; Adem Apak, "Hz. Osman ve Halifelik Dönemi (644-656)", *İslâm Tarihi*, ed. Eyüp Baş (İstanbul: Grafiker Yayınları, 2020), 267, 271-278; Muhammed Hamidullah, *İslâm'a Giriş*, çev. Cemal Aydın (Ankara: Türkiye Diyanet Vakfı Yayınları, 2015), 320.

bulunarak Hz. Osman'ın (r.a.) yumuşaklığından faydalanmışlardır.¹⁹⁹ Bu ve benzeri yönetimden kaynaklı gerekçelerden ötürü Müslüman toplumda bazı huzursuzlukların meydana çıktığını söylemek mümkündür.

Hz. Osman (r.a.) devrinde toplumun yönetime itiraz ettiği bir diğer nokta ise devlet imkânlarının daha çok halife ailesine tahsis edilme konusudur.²⁰⁰ Ayrıca ashâbın önde gelenlerinden Abdullah b. Mesud'un halife ile Kur'ân-ı Kerîm'in çoğaltılma meselesindeki anlaşmazlığı sebebiyle maaşının kesilmesi, halifenin yönetimine eleştirilerde bulunan Hz. Aişe'nin tahsisâtının azaltılması, Ammar b. Yâsir'in dövülmesi ile Ebû Zer'in sürgüne gönderilmesi gibi olaylar sahâbenin ileri gelenlerini üzmüş ve rencide etmiştir.²⁰¹ Bunun gibi sıkıntılar, Hz. Peygamber'in yaşamına şahitlik etmiş bazı Müslümanların günlerini evlerinde ibadet ve taatle geçirmelerine sebep olmuştur.

Yukarıda ifade edilen yönetimden kaynaklı bu sıkıntılara ilâveten zühd hareketinin toplum içinde yayılmasının belki de en büyük sebeplerinden biri ekonomik alanda yaşanan değişim ve büyüme olmuştur. Hz. Osman devrinde yukarıda anlatıldığı üzere hızlı ve geniş bir fütûhât gerçekleştirilmiştir. Özellikle Sâsânîler ve Bizans fetihleriyle devlet gelirlerinde önemli düzeyde bir artış meydana gelmiştir. Dolayısıyla hem devlet hem de toplum zenginleşmiştir. Kısa zamanda elde edilen mal ve para toplumda rahatlık ve bolluğa sebebiyet vermiştir. Ekonominin gelişmesiyle sosyal hayatta da değişim yaşanmıştır. Ganimetlerden büyük miktar alanlar, ihtişamlı konaklar yaptırmışlardır.²⁰² Zamanla Müslümanların hayat standartları değişmiş ve Mısır, Şam, Kudüs gibi bölgelerdekilere benzemeye başlamıştır. Değişen şartlarla birlikte Müslümanlar farklı farklı kıyafet giyiyor, aynı öğünde birden fazla çeşit yemek yiyor ve görkemli evlerde oturuyorlardı. Zühd ve takvâsıyla bilinen Ebû Zer el-Gıfârî, zenginliğe kavuşan Müslüman toplumun bu tür dünyevî isteklerinden rahatsızlık duyarak ve “*Altın ve gümüşü yığıp onları Allah yolunda sarf etmeyenler var ya; işte*

¹⁹⁹ Algül, *İslâm Tarihi*, 3/307-308; Apak, *Hz. Osman Dönemi Devlet Siyaseti*, 96-134; Hizmetli, *İslâm Tarihi*, 438-439; Apak, *Ana Hatlarıyla İslâm Tarihi*, 2/183,204; Murat Akarsu, *Hz. Osman Hilâfeti* (Ankara: Ankara Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, 2001), 254-256.

²⁰⁰ Apak, *Ana Hatlarıyla İslâm Tarihi*, 2/205.

²⁰¹ Algül, *İslâm Tarihi*, 3/315; Apak, *Hz. Osman Dönemi Devlet Siyaseti*, 148-158.

²⁰² Murat Akarsu, *Kabile Bürokrasisi ve Hz. Osman Katline Sessiz Kalınan Halife* (Ankara: Ankara Okulu Yayınları, 2017), 128-134.

onlara acı bir azabı müjdele.”²⁰³ âyetine uygun olarak Müslümanların bir günlük yiyecekten fazla tüm mallarının Allah yolunda sadaka verilmesini istemiştir.²⁰⁴ Ebû Zer ve onun gibi düşünen bazı Müslümanlar Bizans ve Sâsânî medeniyetlerinden etkilenecek lüks ve israf içinde yaşayanların mallarına devletin el koymasını istemişlerdir.²⁰⁵

Yaşanan tüm bu olumsuz vaziyet ve gelişmelerin akabinde Hz. Osman’ın şehit edilmesinin ardından halifelığe geçen Hz. Ali (r.a.) (35-40/ 656-661) devri sürekli iç ve dış karışıklık ile geçmiş, pek çok iç savaşa ve kardeş kavgalarına sahne olmuştur. Bu dönemde iç karışıklıklar olması sebebiyle fetihlerde bir ilerleme olmamıştır. Müslümanlar arasında Cemel Olayı ile Sıffin Savaşı meydana gelmiştir. Bu siyâsî çekişmelerin ardından ortaya çıkan Hâricîler grubunun Müslüman toplumda oluşturduğu huzursuzluk da bazı kişilerin bu olaylardan uzak kalmak için inzivaya çekilmesine neden olmuştur.

Yukarıda anlatılanlardan anlaşıldığı üzere Hz. Peygamber’in vefatı sonrası dört halife devrinde fetihler artmış, İslâm devletinin sınırları genişlemiş, zamanla hilafet saltanata dönüşmüş, Cemel ve Sıffin gibi olaylarla toplum içinde ayrışmalar baş göstermiş hatta iç karışıklıklar ve siyâsî sebeplerle müminler birbirleriyle savaşmıştır. Müslüman toplumda meydan gelen bu sıkıntı ve savaşlardan uzak kalmak isteyen bazı Müslümanlar ise evlerinde kalarak zühd ve yalnızlığı tercih etmişlerdir. Bu Müslümanlar günlerini daha çok ibadet ve zikirle geçirerek toplumsal, siyasal olayların içinde yer almamışlardır. Ayrıca Emevî devrindeki baskıcı yönetim ve Arap olmayan Müslümanlara farklı muamele de insanları umutsuzluğa sevk etmiştir. Bu durum ise dünyadan elini çeken, dünyevî işleri terk eden bir zâhid topluluğunun meydana gelmesine zemin hazırlamıştır.

1.2.1.5. Dış Kaynaklı Sebepler

Zühdün Müslümanlara diğer din ve kültürlerden intikali meselesi üzerinde çok durulan ve tartışılan bir konu olmuştur. Bu noktada, zühd ve hatta tasavvuf hayatının

²⁰³ Tevbe 9/34.

²⁰⁴ Ebû Ca’fer Muhammed b. Cerir et-, *Tarihu’l-ümem ve’l-mülûk*, 4/283; Apak, *Hz. Osman Dönemi Devlet Siyaseti*, 154; Akarsu, *Kabile Bürokrasisi ve Hz. Osman*, 158-164.

²⁰⁵ Hizmetli, *İslâm Tarihi*, 441,528; Ahmet Güzel, “Muaviye ve Hz. Osman’a Muhalefeti Ekseninde Ebu Zerr el-Gıfari”, *Marife* 12/3 (2012), 49-54.

İslâm dışı düşüncelerden etkilenip etkilenmeme meselesi önem taşımaktadır. Bazı müsteşrikler ve Müslüman ilim adamlarının bir kısmı zühd ve tasavvuf anlayışının yabancı tesirli olduğunu düşünmektedir. İslâm toplumunun özellikle hicrî birinci asrın ortalarından itibaren karşılaştığı Yeni Platoncu Yunan düşüncesi, bu düşüncenin etkilediği Hristiyan ruhbanlığı, İran düşüncesi ve İran üzerinden gelen Hind mistisizminin İslâmî zühd ve tasavvuf hayatı üzerinde etkili olduğu iddia edilmektedir. Hatta bu iddiayı savunanlardan bazılarına göre zikredilen bu düşünce sistemlerinden biri, birkaçı veya hepsi İslâm tasavvufu ile zühd anlayışına kaynaklık etmiştir.²⁰⁶

Batılı bazı araştırmacılar, zühd hareketinin tamamen Hristiyan kaynaklı olduğu iddiasındadırlar. Bu araştırmacılar Nicholson, İslâmiyet'teki zühd ve takvâ eğiliminin Hristiyanlıktaki anlayışla uyumlu ve benzer olduğunu, dolayısıyla oradan beslendiğinin bilinen bir durum olduğunu iddia etmektedir.²⁰⁷ Diğer bir Batılı araştırmacı Ignaz Goldziher ise zühd hareketini İslâm dininin ruhuna uygun görür ancak büyük çapta Hristiyanlık etkisiyle ortaya çıktığını belirtir.²⁰⁸

Bir şeyin tek başına diğer bir başka şeyin sebebi olduğunu düşünmek doğru bir tutum değildir. Bu tavır entelektüel, rûhî ve sosyal meselelerde daha da belirginleşir. Tasavvuf, dinî tecrübenin ruhta derinleşmesi olduğundan, bu durumun sonuçları da tecrübeyi bizzat yaşayan bireyin ruhunda gözükmelidir. İşte bu boyutuyla tasavvuf, madde, zaman ve mekân sınırlandırmasını aşarak ruhsal yönü baskın gelen beşerî bir olgudur. Bir ümmete, dile veya ırka tahsis edilemez. Potansiyel olarak her insan bunu yaşamaya elverişli ve kâbiliyetlidir. Genel anlamda bir etkilenme olabilir ancak bu tüm detaylarıyla değildir. İslâm tasavvufu ve felsefesi, gayr-i müslim pek çok bölgenin kültürünün etkisinde kalmıştır ancak bu etkilenme geneldir, detayları Müslümanlar tarafından oluşturulmuştur ve detaylarda farklılıklar da mevcuttur.²⁰⁹

²⁰⁶ Detaylı bilgi için bk.: Reynold Alleyne Nicholson, *Tasavvufun Menşei Problemi*, çev. Abdullah Kartal (İstanbul: İz Yayıncılık, 2018), 49-54; Afifi, *Tasavvuf: İslâm'da Manevî Hayat*, 54-78; Erol Güngör, *İslâm Tasavvufunun Meseleleri* (Ankara: Yer-Su, 2018), 39-50; Kahraman, "Sebepleri ve Sonuçları Açısından Hadis Râvîlerinin Zühd Hayatına Yönelik İlgileri -Kûfe Örneği-", 39.

²⁰⁷ Reynold Alleyne Nicholson, *The Mystics of Islam* (Oxford University Press, 1959), 10.

²⁰⁸ Ignaz Goldziher, *İslam Kültürü Araştırmaları*, çev. Mehmed Said Hatiboğlu - Cihad Tunç (Ankara: Otto, 2019), 2/277-281.

²⁰⁹ Afifi, *Tasavvuf: İslâm'da Manevî Hayat*, 55-56.

Ayrıca hakikat tek olduğuna göre, farklı yönlerden bir tek hakikate ulaşmak da mümkündür.²¹⁰ Yeni Eflatuncu, Hint, Hristiyan mistisizmleri İslâm tasavvufundaki pek çok konuyu içermesine rağmen tasavvuftan ayrı bir disiplindir. Çünkü mistisizm, insan ruhu, Allah, tabiat ve hayata dair olduğundan farklı din ve kültürlerdeki ortaklıklar doğaldır.²¹¹ Mistisizm, evrensel sabit bir unsur olmakla beraber, üzerine binâ edilen farklı dinî sistemler tarafından şekillendirilmiş çeşitli varyasyonları ortaya çıkmıştır. Bu mistisizm çeşitliliği içinde İslâm tasavvufu ise tek tanrıcılığından tâviz vermeyerek kendini ortaya koymuştur.²¹² İnsanlık bir bütündür ve insânî oluşumlar birbirine benzerlik gösterirler. Realite tektir ve insanlar bu realitenin peşinden koşmaktadırlar. Mistisizm de bu realiteyi Yaratıcı Kudret olarak yani kaynağında ve doğrudan kucaklamanın disiplini olduğundan zaman, mekân fark etmeksizin aynılık taşır. Bu benzerlikten yola çıkarak tarihin farklı zamanlarındaki farklı medeniyetlerin birbirinden kopyalandığını söylemek doğru olmaz.²¹³ Yine bilinmektedir ki başka bir dinden İslâm'a geçen mühtediler, zihinlerinin arka planında eski dinlerine ait kalıntıları taşımışlardır. Bu durumun aksini düşünmek insan tabiatına aykırıdır.²¹⁴

Ayrıca fetihlerle İslâm'ın hâkimiyetine giren coğrafyalar ve Müslümanlar arasındaki kültür alışverişi burada önemli bir etkidir. Özellikle Fars ve Bizans egemenliğindeki Şam, Mısır, Irak, Kuzey Afrika bölgelerindeki Türkistan, Horasan ve Maveraünnehir gibi yerleşim yerlerine yeni gelen İslâmiyet ile yerel kültürler meczedilmiştir. Bu merkezlerden Suriye, yıllar boyu Hristiyanlığın merkezi, İran ve Mısır da aynı şekilde köklü bir medeniyete sahip beldelerden olmuştur. Köklü bir medeniyet geçmişi olan bu memleketler Müslümanların eline geçtiğinde savaş esirlerinden erkekler Müslüman Arapların evlerinde köle, kadın esirler ise câriye olarak yer almıştır. Dolayısıyla Müslümanlar, yabancı kültürler ile tanışmış ve kaynaşmışlardır.²¹⁵ İslâm toplumunda bu ve benzeri meydana gelen siyasal, toplumsal, bireysel ve dış etkenlerin tümü, Müslüman coğrafyada zühd hareketinin ortaya çıkmasını doğuran bütünün parçalarını oluşturmaktadır.

²¹⁰ Ömer Rıza Doğrul, *İslamiyet'in Geliştirdiği Tasavvuf* (Kaknüs Yayınları, ts.), 27-28, 45.

²¹¹ Öztürk, *Kur'an-ı Kerim ve Sünnete Göre Tasavvuf (İslam'da Rûhî Hayat)*, 41.

²¹² Arthur John Arberry, *Tasavvuf, Müslüman Mistiklere Toplu Bakış*, çev. İbrahim Kapaklıkaya (İstanbul: Ağaç Kitabevi Yayınları, 2008), 10.

²¹³ Öztürk, *Kur'an-ı Kerim ve Sünnete Göre Tasavvuf (İslam'da Rûhî Hayat)*, 42.

²¹⁴ Abdullah Aydın, *Doğuş Devrinde Tasavvuf ve Hadis* (İstanbul: Seha Neşriyat, 1986), 71-72.

²¹⁵ Hizmetli, *İslâm Tarihi*, 452-455; Algül, *İslâm Tarihi*, 3/327.

Bu bölüm altında anlatılanlar toparlanacak olursa, Hz. Peygamber'in vefatı, sahâbe için büyük ve alışması güç bir olay olmuştur. Ashâb, onun âhirete gidişi ile büyük bir kaos yaşamıştır. O hayattayken herhangi bir soru olduğunda ya da bir sorun yaşadıklarında çözüm için Rasûlullah'a başvurma imkânı varken Hz. Peygamber'in vefatı ile bu büyük imkân kaybolmuştur. Bu yeni durumda Müslüman toplum, Kur'ân-ı Kerîm ve sünnet ile hayata devam etmek durumunda kalmıştır. Hicrî ilk yüzyılda siyâsî bunalım ve çatışmalar ile bazı toplumsal değişimler yaşanmıştır. Kısa bir zaman diliminde gerçekleşen büyük fetihlerle İslâm'ın, Arap yarımadasından Doğu Akdeniz'e genişlemesiyle yaşanan ekonomik ve siyasal değişimlerle toplum, zenginlik ile paraya diğer bir ifadeyle dünyaya yönelmeye başlamıştır. Buna karşın, bazı Müslümanlar ise yaşamlarını Rasûlullah devrindeki ilk saf hâliyle devam ettirmeyi doğru bulmuşlar ve bu çerçevede bir hayat sürdürmek istemişlerdir. Dolayısıyla Hz. Peygamber'in vefatının üzerinden uzun bir müddet geçmemesine rağmen Müslüman toplumda; dünyalığa rağbet edenler (bir anlamda dünyevîleşenler) ile dünyalığı reddedenler (zâhidler) şeklinde bir ayrışma meydana gelmiştir.

Diğer yandan zâhidliği tercih eden kimselerin sahip oldukları mizaç ile dini daha yoğun ve dünyevî zevklerden kaçınarak yaşama isteği de burada etkili olmuştur. Dini derûnî ve özümsemiş hâliyle yaşamak isteyen kimseler elbette zâhid bir yaşamı sürdürmeye çok daha yatkın ve istekli olmaktadırlar. Bu yatkınlık, öyle kimselerin zühd, fakr, sabır gibi erdemli davranışlarda bulunmalarının motivasyonunu oluşturmaktadır. Bununla birlikte Müslümanların diğer kültürlerle yaşadıkları etkileşim de bir diğer sebeptir.

1.3. DİĞER DİNLERDE ZÜHD ANLAYIŞI

Yeryüzündeki dinler, insanın yazgısı ve dünyanın geleceği konusunda farklı görüşler ileri sürse de *kurtuluş* hakkında hâli hazırdaki dünya durumundan az ya da çok bir tatminsizlik, memnuniyetsizlik hemen hepsinde ortaktır. Bazı bilge ve mistikler ile dinler, kurtuluş için yalnızca insanlığın içinde bulunduğu durumu olduğu gibi kabul etmeyi önerir çünkü “şeylerin düzeninin” değiştirilemez olduğunu öngörür. Bu türdeki kurtuluş önerisinde esas olan kişinin arzusuna sürekli gem vurmasıdır. Burada kesin bir kurtuluş bulunsa da bu, tam bir kurtuluş değildir. Diğer yaklaşımda ise çözüm; tehdit, sınanma, doyumsuzluk ve başkaldırıdan kaçışta aranır. Burada kurtuluş, mutsuzluk ve mutsuzluğun sebebi her şeyden kopuştur. Bu tür

mâneviyatçılık maddeyi, bedeni ve özellikle de cinselliği reddeder. Bazı Platoncu düşünce biçimleri, metafizikçi çileci akımlar, Katarizm, Manicilik, Brahmanizm ve özellikle Budizm böyle ilerleyen öğretilerdir. Bu sistemlerde, yeniden doğuş döngüsünden kurtulmak amaçlanır.²¹⁶ İlâhî hakikat ile kurtuluşa ulaşmak için seküler dünyaya dair tüm nimetlerden uzak durma anlamında zühd uygulaması neredeyse tüm dinlerde mevcuttur. Bu anlayış daha çok tek tanrılı dinlerle ilişkililiymiş gibi görülmüş olsa da çok tanrılı dinlerde de fazlaca rastlanan bir olgudur.²¹⁷

Hint kökenli bütün dinlerde kişinin nihâî kurtuluşa ulaşma yöntemlerinde benzerlikler vardır. Bu dinî sistemlerin yöntemlerinin detaylarında farklılıklar varsa da genelde hepsi zühd hayatını ve yoga egzersizlerini zorunlu görmektedir. Her türden öldürme veya şiddet hareketi, yalan söylemek, hırsızlık yapmak, dünyaya ait hazların peşinden koşma, mal mülk sevgisi kaçınılması gereken davranışlarken sadece Tanrı'yı düşünme, aile ve dış dünya ile ilişkilerin tamamen kesilmesi, yoga egzersizleri, kutsal metinlerin okunması tavsiye edilen davranışlardır. Hint dinlerinin çoğunluğunda bu uygulamaların, dindar kimseyi nihâî kurtuluşa ulaştıracağına inanılmaktadır.²¹⁸

1.3.1. Hinduizm'de Zühd Anlayışı

Zühd hayatının bilinen ilk ve en klasik örneklerine Hint dinlerinde rastlanmaktadır. Hinduizm'in kutsal kitapları kabul edilen *Vedalar*'daki *Rig Veda*'nın onuncu *mandala*'sı *keşin* ve *muni* denilen çıplak, uzun saçlı, münzevî ve şamanik bazı ritüeller icrâ eden kimselerden bahsetmektedir. *Rig Veda*'da *yatîn* denilen münzevîlerden bahsedilir. *Atharva Veda*'da farklı bir münzevî figürüne de *vratya* denilmektedir. *Upaniṣad* ve *Aranyaka* isimli Hindu metinlerinde zühd hayatı Hinduizm'in temeli olarak ifade edilmektedir. Bir erkeğin hayatının dördüncü evresinde ormanda zâhidlik yapması gerekliliği belirtilir. Yine aynı metinlerde *saddhu*

²¹⁶ Paul Poupard, *Dinler*, çev. Muna Cedden (Ankara: Dost Kitabevi, 2005), 125-126.

²¹⁷ Bk. Kürşat Demirci, "Zühd", *Türkiye Diyânet Vakfı İslâm Ansiklopedisi* (İstanbul: TDV Yayınları, 2013), 44/533. "Porphyry (m.s. III. yüzyıl) *De abstinentia ab esu animalium* adlı eserinde eski Grek zühd hayatından bahsederken "litotes" (sade bir hayat), "katastole" (kaçınma), "enkrateia" (nefis kontrolü) ve "karteria" (sabır) gibi bazı kavramları zikreder. Stoacı, Kinik, Platoncu, Pisagorcu birtakım felsefe çevreleriyle Eleusis, Orfeus gibi bazı sır cemaatlerinde zühd hayatının önemli olduğu bilinmektedir. Benzeri bir hayat tarzı Roma döneminde doğudan gelen sır cemaatleri aracılığıyla yaygınlaşmıştır. Antik Batı geleneğinde zühd hayatını öngören yorumların varlığı büyük oranda Hindistan'a kadar uzanan bir etkiyle açıklansa da kırsal Grek dinindeki natüralist mistisizmin zühd hayatına yol açmış olma ihtimali göz ardı edilmemelidir."

²¹⁸ Ali İhsan Yitik, *Doğu Dinleri* (Ankara: İsam Yayınları, 2019), 31-32.

ve *yogi*'ler, hayatını zühde adayan kutsal kişi özelliğiyle tanıtılır. *Saddhu* her çeşit arzudan kendisini kurtarmış, bedenine hükmettiğini ve tanrılar ile iletişim kurduğunu ifade eden özel bir kişidir ki onların bütün eşyası baston ve su kabından ibarettir. Günümüz Hinduizm'inde zühd hayatının klasik temsilcileri de bu saddhulardır ancak resmî Hinduizm bu kişilere olumlu yaklaşmamaktadır. Saddhular Hristiyanlık'taki marjinal keşiflere benzemektedirler.²¹⁹

Hinduizm'deki *vairagya*, kişinin sürekli biçimde bir şeylerin peşinde koşmaktan kurtularak dünyevî şeyleri elde etme isteğini terk etme anlamına gelir ve bir çeşit sessizlik ve oluş hâlinin adıdır. Bu yöntem, ölümsüzlüğü elde etmek için dünyevî ve dışa dönük arzuları terk edip içe yönelmedir. Dünyevî kaygılarından kurtulan kişi kendisini olağan zihin değişimlerinden kurtararak farklı bir sükûnet hâlinde bulur.²²⁰

Bir Hindu'nun hayatında ulaşmak istediği dört temel amaç vardır; 1. Maddî yeterlilik, kişinin kendisine ve ailesine yetecek derecede mal mülk edinmesidir. 2. Tatminkarlık, kişinin şehvî arzularını evlenerek meşrû yolla gidermesidir. 3. Doğru yaşam, kişinin dinî ve ahlâkî kurallarla uyumlu bir hayat tarzı benimsemesidir. 4. Bireyin özünü idrak etmiş olarak acı ve ıstıraba sebep doğum-ölüm döngüsünden kurtularak mutlak huzura kavuşmasıdır. Bu dört hedefin gerçekleştirilmesi için hayatın dört safhaya ayrılması gerekir ki o safhalar; 1. Öğrencilik dönemi, kişinin ehli bir din adamı yanında eğitim alınan dönemdir. Talebe hocasına tam bir itaat ederek onun için yiyecek toplar. Kutsal kitapları olan *Vedaları* öğrenen talebe, aile kurmak için evine döner. 2. Aile hayatı dönemi, evlenme ve çocuk sahibi olma dönemidir. 3. İnziva döneminde ise birey kendi tercihiyle toplumdan uzak kalarak sadece Tanrı'ya ibadetle vaktini geçirir. Bu dönem kişinin saçlarının beyazlamasıyla ya da ilk erkek torununun doğmasıyla başlar. Hayatın bu aşamasında erkek-isterse karısı da ona eşlik edebilir-evini terk ederek kırsal bir yerde inzivâya çekilir. Bu dönem, bir anlamda maddî ve nefsî her tür arzu ve istekten emekli olmak anlamına gelir. Burada amaç, kişiyi beşerî hayatın her türlü sorunlarından uzaklaştırarak tefekkür ve tezekkürde olmasını sağlamaktır. 4. Çilecilik dönemi ise inzivâ dönemini yeterli bulmayanların uyguladığı, herkesin başaramayacağı aşamadır. Kişi bu aşamada ailesi de dâhil her şeyi terk eder,

²¹⁹ Demirci, "Zühd", 44/533.

²²⁰ Yitik, *Doğu Dinleri*, 40-41.

Yüce Varlığa ulaşmayı arzular. Bu kişiye her şeyi terk etmiş anlamında *sannyasin* denilir. Bunlar, hayatlarını dilenerek sürdürürler, kendisini tamamen inancına adar. Kendi ölüm ritüellerini icrâ eder, kırmızı-sarı elbise giyerek sadaka taşıyla topladığı yiyeceklerle hayatını devam ettirmeye çalışır.²²¹

İfade edilen bu dört dönemin ilk ikisine zevk ve zenginlik anlamında *arzu-istek yolu*; diğer ikisine ise ahlâkî görev ve kurtuluş anlamında *feragat yolu* adı verilmektedir. Hindular kişisel zevklerini önemseyenleri veya mal biriktirmek isteyenleri eleştirmezler. Ancak bu iki arzunun kişiyi yüce amaç ve ideallere ulaştıramayacağının farkında olunması gerektiğine inanırlar.²²² Hinduizm'e göre ruhu dünyaya bağlayan sebep ortadan kaldırılmadıkça ruh esaretten kurtulamaz. Mal ve servet biriktirme davranışından kaçınmak, kişinin zahmet ve yorgunluktan kurtulması demektir. Çünkü bu inanişâ göre Tanrı'nın lütfunu arayan kimse, onu elde edeceğinden emindir. Kişi en alt derecedeki maddî hayattan başlayarak sürekli bir tefekkür hâliyle sonsuz huzura kavuşur. Zühd/bilgi yolu şeklinde tercüme edilen *jyana yoga*, varlıkların değişken ve fânî sûretlerindeki ayıp ve kusurları bilmeye dayanmaktadır. İşte bu bilgi ile kalp o şeylerden nefret eder, onları istemez hâle gelir. Öyle ki dünya ahvâlini tam mânâsıyla anlayan kimse, hayır bildiklerinin şer olduğunu ve onlardan alınan hazzın da zamanla eleme dönüşeceği bilgisine sahiptir. Bu sebeple de kendisini dünyaya bağlayacak her şeyden uzak durur.²²³

Görüldüğü üzere, Hinduizm'de ruhsal huzura ulaşabilmek için maddî yaşamdan kaçınmak gerekli görülmektedir. Bu anlayışa göre dünya arzularından vazgeçmeyi ve içsel sessizlik hâlini elde etmeyi ifade eden *vairagya*, kişinin ruhsal özgürlüğe ulaşmasının yoludur.

1.3.2. Budizm'de Zühd Anlayışı

Milattan önce 6. yüzyılda Hindistan'ın kuzeydoğusunda doğmuş, Brahman şekilciliğine ve kast sistemine karşı çıkarak, soyut metafizik tartışmaları bırakmak gerektiğini savunan, duyguları dizginleme, tüm insanları eşit görme, ahlâken

²²¹ Mahmut Aydın, *Dinler Tarihi -Tarih, İnanç ve İbadet-* (İstanbul: Ensar Neşriyat, 2018), 147; Cemil Kutlutürk, "Hint Dinleri", *Dünya Dinleri*, ed. Şinasi Gündüz (İstanbul: Milet Nihal Yayınları, 2019), 197-198.

²²² Aydın, *Dinler Tarihi*, 147-148.

²²³ Ebû Reyhân Muhammed b. Ahmed el-Bîrûnî, *Tahkîku mâ li'l-Hind*, çev. Kıvameddin Burslan, haz. Ali İhsan Yitik (Ankara: Türk Tarih Kurumu, 2018), 42-45.

temizlenme, tüm canlılara sevgi ve şefkatle yaklaşma gibi ilkelere dayanan bir dindir.²²⁴ Buda genç yaşlarında sarayda lüks içerisinde yaşarken, tüm sahip olduklarını, saltanatı, yakınlarını terk edip münzevî bir hayat yaşayarak hakîkî kalıcı huzuru aramak için zühde dönüş yapmıştır. Bu yönelişe Budizm geleneğinde *dört müşahede* denilmektedir. Müşahedeler Buda'nın yaptığı seferler esnasında şahit olduğu “zayıf düşmüş bir ihtiyar”, “halsiz düşen bir hasta”, “cenaze” ve “mutlu/dingin, yüzünden güven okunan bir seyyah derviş”tir. Bu müşahedelerin ardından Buda'nın içinde mutluluk sırlarına vâkıf olma isteği belirmiştir. Ancak tamamen dünyevî hayatından vazgeçmezse bu sırları elde edemeyeceğinin de idrâkindedir. Bunun üzerine o, nefsin hazlarının peşinde yaşamaya devam ettiği sürece acılardan kurtulamayacağını anlayarak ailesini, sarayı ve yaşadığı yurdu terk etmiş ve hakikati aramaya koyulmuştur.²²⁵

İstiraplarla dolu hayat anlayışı Buda öğretisinin temelini oluşturur. Buda öğretisi şu dört kutsal gerçek üzerine kurulmuştur: 1. İnsanın varlığı kötülük, hastalık, tatminsizlik, yaşlılık ve ölüm gibi ıstıraplarla yoğrulmuştur. 2. Bu ıstırapların temelinde arzu ve ihtiras yer almaktadır. Bu durum, yeni karma ve sudûra, yeni tenâsüh ve ölüme yol açmaktadır. 3. Kişinin ıstıraba son vermek için arzularından ve fani işlerden sıyrılması gerekir. Devamlı tekrar eden devrelerden kurtulmanın yolu Nirvana'dır. 4. Nirvana'ya ulaşmak ise Buda'nın *sekiz dilimli yolu*²²⁶ ile olabilir. Budizm, *Veda* kutsal kitabının dinî otoritesini, kişinin yoga gibi yollarla kendisine eziyet etmesini, manastır düzeninde kast ayrımını reddeder ve bundan dolayı da Hindular tarafından sapkın kabul edilir. Yine de Hinduizm'in yeniden doğuş, karma ve nihâî kurtuluş düşünce ve inançları Budizm'de yer alır.²²⁷

İnsan yaşamının tatminsizlik, hastalık, yaşlılık ve ölüm gibi acılarla dolu olduğu düşüncesinin hâkim olduğu Buda öğretisinde, bu acılar arzu ve ihtiraslardan

²²⁴ Günay Tümer, “Budizm”, *Türkiye Diyanet Vakfı İslâm Ansiklopedisi* (İstanbul: TDV Yayınları, 1992), 6 / 352.

²²⁵ Jolaman Bulan, *Budizm'de Ve İslâm Tasavvufunda Zühed* (Erzurum: Atatürk Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Doktora Tezi, 2017), 15-16.

²²⁶ Sekiz dilimli yol; doğru bilgi, doğru düşünce, doğru konuşma, doğru davranış, doğru meslek, doğru çaba, doğru muhakeme, doğru murakabe basamaklarından oluşmaktadır. Bu sekiz dilimli yol, Budizm'de orta yol olarak târif edilir. Kişinin mutlak huzura ulaşabilmesi için bu sekiz basamağı bir bütün olarak düşünmesi ve hayatında uygulaması gerekir, sekiz madde birbirinden ayrı ve bağımsız değildir, birbirinin devamıdır. Bk. Cemil Kutlutürk, “Hint Dinleri”, *Dünya Dinleri*, 208.

²²⁷ Günay Tümer, “Budizm”, 6 /353.

kaynaklanmaktadır. Kişinin bu acılardan kurtulabilmesi ise dünya bağlarından kurtulmasıyla mümkündür ki Nirvanaya da ancak sekiz katlı yolu aşarak ulaşılabilir.

1.3.3. Caynizm’de Zühd Anlayışı

Hint dinleri içinde zühd ve riyazet hayatının baskın olduğu inanç sistemi olan Caynizm, aydınlanma ve kurtuluşun önünde bedenî olan şeyleri en büyük engel olarak kabul eder. Nihâî kurtuluşun ise katı zühd ve riyazet hayatıyla ulaşılacak ruhsal uyanıklık ile gerçekleştirilebileceğini düşünür.²²⁸ Bu dinin mensuplarının kaçınması gereken beş kötülük; öldürmek (canlı-cansız hiçbir canlıya zarar vermemeye: ahimsa), çalmak (başkasına ait herhangi bir şeyi almama: asteya), yalan konuşmak (doğru sözlü olma: satya), zina yapmak (cinsel ilişkiden kaçınma veya zinadan uzak durma: brahmacarya) ve dünya malına aşırı şekilde hırs göstermektir (az ile yetinip kanaatkâr olmak: aparigraha). Bu kurallara ilâveten keşiş ve keşişeler için ise “geceleyin hiçbir şey yiyip içmeme” kuralı da vardır.²²⁹

Her Caynist, üç mücevher/triratna denilen doğru îmân, doğru bilgi, doğru davranış basamaklarından meydana gelmiş temel dinî esaslara uymalıdır. Bu basamaklar, nihâî kurtuluş için gerekli olmakla birlikte yeterli değildir. Nihâî kurtuluşa ancak dünyevî bağlarından tamamen kurtulan keşişler ulaşabilir. Keşiş ve keşişeler, günde tek öğün yemek yerler ve senenin neredeyse yarısını oruçlu geçirirler. Oruçluyken yemek yemeye ilâveten banyo yapmak ve parfüm sürmek de yasak kabul edilmektedir. Manastıra katılmak isteyen aday, dört aylık deneme sürecine tutulur, adayın her türlü kişisel eşyasını terk etmesi ve ailesi ile bağlarını koparmış olması beklenir. Râhiplik kıyafetini giyen ve saçlarını kazıtan manastır adayının sadaka kasesi, bir süpürge, mendil ve de üstünü örtecek bir parça bezden başka bir özel eşyası olmaz. Ona, basitten başlayarak kurallar öğretilir ve nihâî aydınlanmaya kadar süreç devam eder.^{230 231}

Bu inanışta zühd hayatının temeli *samyana* (bedeni terketmek) anlayışına dayanır. Samyana; az yemek, az uyumak, cinsel ilişkiden uzak durmak, hiçbir canlıyı

²²⁸ Ali İhsan Yitik, “Caynizm”, *Yaşayan Dünya Dinleri* (İstanbul: Diyanet İşleri Başkanlığı Yayınları, 2007), 357-358; Ceyhan, “Zühd”, 44/533.

²²⁹ Yitik, “Caynizm”, 362, 368.

²³⁰ Yitik, “Caynizm”, 368, 370; Sinclair Stevenson, *Cainizm*, çev. Sema Akın (İstanbul: Ganeşa Yayınları, 2020), 250-251.

²³¹ Stevenson, *Cainizm*, 250-251.

öldürmemek, şahsî eşya ve mülk edinmemek kurallarını kapsar ve samyana uygulamasına bir yeminle girilir. Bu uygulama muni isimli keşişler içindir, daha basit bir samyanaya ise din adamı olmayan kişiler de girebilir. Zühd hayatının en tepe noktasını *santhara* isimli uygulama ifade eder. Bu ise yeme ve içmeyi devamlı azaltarak bilinçli bir intihar sürecine girmek demektir.²³²

Görüldüğü üzere Caynizm’de bedensel arzu ve istekler, aydınlanma ve nihâi kurtuluşun önündeki en büyük engellerden biridir. Bunun için de katı bir zühd ve riyâzet hayatı ile az yemek, az uyumak, cinsel hayattan uzak durmak, canlı hiçbir şeye zarar vermemek ve kişisel eşya ve mülkten kaçınmak gereklidir.

1.3.4. Yahudilik’te Zühd Anlayışı

Yahudilik’te ise zühd hayatının mâhiyeti hakkında tartışmalar ön plandadır. Yahudiliğin ilk dönemlerinde ahlâkî ölçü ve dinî emirlere uymak önemli olmasına rağmen zühd anlayışının varlığından söz etmek zordur. Zühd hayatı, Yahudilik’te ikinci diyaspora (büyük sürgün) öncesi gelişen bazı sofı ve mistik gruplarda, Orta Çağ Kabbacı çevrelerde, sofı Aşkenaz cemaatlerinde ve 18. yüzyıl sonrası meydana çıkan Hasidik çevrelerde görülmektedir. Bu grupların, uygulamalarına etki eden kaynaklar da net değildir. Grek gnostisizmi ve bazı Hint inanışlarının erken dönemlerden itibaren Yahudilerin kültürüne sızmaya başlaması mistisizm ile zühd hayatına kapı açmıştır. Kutsal Kitap’ta, Yahudilerin zühd hayatına dair uygulamalardan söz edilmektedir. Muhtemeldir ki Kutsal Kitap’taki referanslar ve dış etkilerin sentezi Yahudi zâhid tipini meydana getirmiştir.²³³

Yahudilik’te zühd hayatının mâhiyetini doğru bir şekilde değerlendirebilmek için öncelikle bu inanç sisteminin *dünyayı* tanımlama biçimini ele almak gerekmektedir. Tevrat’ta yaratılışın neticesinin “çok iyi” kabul edilmesi,²³⁴ Yahudilik’te dünya hayatının esas alınmasını ve ona genel mânâda olumlu yaklaşılmasını sağlamıştır. Yahudilerin dünya hâkimiyeti idealleri dünya hayatına

²³² Ceyhan, “Zühd”, 44/533.

²³³ Demirci, “Zühd”, 44/533-534.

²³⁴ Tekvin, 1/1-30.

yaklaşım ve de âhiret inancıyla yakından ilişkilidir. Yine onların dünya malına düşkünlükleri ve hırsları bilinen bir husustur.²³⁵

Bu genel tutuma rağmen bazı Yahudi mezhep ve grupların dünya malına yaklaşımı farklılık taşımaktadır. İsrail toplumunun en dindar bölümünü oluşturan, ultra-Ortodoks adıyla nitelendirilen *haredim*, Aşkenaz gruplar, Sefarad gruplar²³⁶ ve çeşitli Hasidî cemaatlerden oluşur ve her grup kendi dinî liderine sahiptir.²³⁷ Dünyaya tavır alan bir Yahudi oluşumu Hasidîlik, Talmut döneminden itibaren var olan dindar mistik bir ekoldür. Onlarda dünyevî hayattan çok dinî hayat ön plandadır.²³⁸ Dünyadan uzak durmayı hedefleyen Torah ile sade yaşam üzerine vurgu yapan bir harekettir. Bu hareket özellikle fakir ve eğitimsiz Yahudiler tarafından ilgi görmüştür.²³⁹

Maddeye karşı mesafeli duran diğer bir oluşum ise Esseniler mezhebidir ki “Ölü Deniz Mezhebi” de denilir. Esseniler, o zamanda meydana gelen siyâsî ve dinî tartışmalara katılmayıp çöle sığınarak inzivâ hayatı yaşamışlardır.²⁴⁰ Onlar, dünyaya yaklaşım tarzında “kadınsız ve aşka ilgisiz”, “hiç doğumun olmadığı cemaat” olarak vasf ediliyor ve bedeni bir paçavra olarak düşünüyorlardı.²⁴¹ Bir sır tarikatı gibi olan bu mezhebe girişin kuralları vardır, mezhep üyeleri daima beyaz giyinir, bekâr yaşar ve tarımla uğraşırlardı. Onlar ticaretten uzak durur, mal mülk edinmemeyi ve hayvan eti yememeyi tercih ederlerdi.²⁴²

Kabala ise Yahudi ezoterik ve mistik düşüncesini ifade eder, kelime mânâsı “gelenek”tir. İkinci mabed döneminden itibaren süregelen Yahudi tarihinin temel dinamikleri olan ezoterik akımlar anlaşılır. Kabalacılar tarafından kökeni Hz. Musa’ya

²³⁵ “Yemin olsun ki, onları insanların yaşamaya en düşkün olarak bulursun; müşriklerden de çok; her biri ister ki bin sene yaşasın. Oysa çok yaşatılması hiç kimseyi azaptan kurtaramaz. Allah onların yapmakta olduklarını eksiksiz görür.” Bakara, 2/96.

²³⁶ Aşkenazlar olarak adlandırılan Doğu Avrupa kökenli Yahudiler, İspanya ve Portekiz kökenli Seferadlar’dan daha kalabalık ve ekonomik olarak daha güçlüdürler. Aşkenazlar, günümüzdeki İsrail’in kurucusu konumundadır; sosyal, ekonomik ve siyasal anlamda toplumun üst kısmında yer almaktadırlar. Aşkenazlar, Seferadlar’ı ikinci sınıf olarak görmüşlerdir. Kendi aralarında ise Aşkenazlar, Polonyalı ve Litvanyalı ya da Hasidiler ve Mitnagedler olarak ikiye ayrılmaktadır. Hasidiler ile Mitnagedler’e fundamentalist Yahudiler denilmektedir. Ali Osman Kurt, *Fundamentalist Yahudiler* (Ankara: Eskiye Yayınları, 2016), 13-14.

²³⁷ Salime Leyla Gürkan, *Yahudilik* (İstanbul: İsam Yayınları, 2017), 114.

²³⁸ Abdurrahman Küçük vd., *Dinler Tarihi* (Ankara: Berikan Yayınevi, 2018), 296.

²³⁹ Aydın, *Dinler Tarihi*, 351.

²⁴⁰ Baki Adam, “Yahudilik” ed. Şinasi Gündüz (Ankara: Diyanet İşleri Başkanlığı, 2016), 221.

²⁴¹ Aime Michel, “Mezheplerin Psiko Sosyal Yapısı”, çev. Mehmet Aydın (Konya: Tekin Kitabevi, 1993), 66.

²⁴² Küçük vd., *Dinler Tarihi*, 298.

Sina’da verilen sözlü vahye dayandırılan kabalizm, tarihi süreçte değişimler yaşamıştır, karmaşık ve eklektik bir yapıya sahiptir. Müstakil bir sistem olarak ortaya çıkışı ise 12 ve 13. yüzyıllarda İspanya’da ortaya çıktığı düşünülmektedir. İlk zamanlarında dar bir çevre tarafından tanınan bu hareket, 18. yüzyılda Doğu Avrupa Yahudileri arasında Hasidîliğin oluşmasıyla yaygınlaşmıştır. Geleneksel Yahudi algısı içinde 20. yüzyılda popüler ve olumlu karşılanmaya başlamıştır. Kabala uzmanı Gershom Scholem ve Hasidî mistisizmi konusunda çalışmaları bulunan Martin Buber’in vasıtasıyla popülerlik kazanmıştır. Günümüzdeyse kabalistik unsurlar, New Age hareketiyle, Yahudi geleneği dışına çıkarak farklı kesimlere ulaşmıştır.²⁴³

Yahudilerin dünyaya bakış tarzı incelendiğinde, birbirine zıt iki anlayış göze çarpmaktadır. Genel Yahudi tarzını oluşturan, dünyaya bel bağlayan, dünyaya hâkim olabilmek adına her şeyi mubah gören, dünyaya karşı son derece hırslı, materyalist anlayış bir ucu temsil eder. Diğer uçta ise dünyaya sırt çevirmiş, maddeden uzak durmuş Hasidizm ve Esseniler gibi mezhepler bulunmaktadır.²⁴⁴

Yahudi düşüncesinde genel mânâda dünya hayatına olumlu bir yaklaşım bulunmasına karşın bazı Yahudi gruplarında dünya malı ve dünya için duyulan hırsa karşı çıkmıştır. Özellikle Hasidîler, mânevî gelişim ile dinî yaşama odaklanarak maddeciliğe itiraz etmektedirler. Diğer bir Yahudi cemaati Esseniler ise dünyadan tamamen uzaklaşarak münzevî bir yaşam sürdürmeyi gerekli görmektedirler. Dolayısıyla Yahudilik içerisinde zühdün farklı biçimlerde ele alınarak çeşitli şekillerde uygulandığını söylemek mümkündür.

1.3.5. Hristiyanlık’ta Zühd Anlayışı

Tek tanrılı dinler arasında zühd yaşamının çok önemsendiği ve kurumsallaştığı inanç Hristiyanlıktır. Ortaya çıktığı zaman mistik bir Yahudi ekolü arasında gelişmiş ve gnostik etkilerle Protestanlık hariç çoğu Hristiyan mezhebi zühd yaşamını önemsemiştir. Bu tutum zaman içerisinde kurumsallaşarak manastır hayatını meydana getirmiştir. Zühd hayatı Yahudilik’teki gibi dinin marjinal bir yorumu olmamış, Hristiyan ana akımı bu yönde gelişmiştir. Hristiyan zühd hayatı; İsa’yı taklit, dünya nimetlerini terk ve melekvarî yaşam kavramlarından esinlenmektedir. Hristiyan

²⁴³ Gürkan, *Yahudilik*, 225-226.

²⁴⁴ Alican Tatlı, *Zühd Açısından Dünya ve Nimetleri* (İstanbul: Erkam Yayınları, 2005), 88.

zâhidin hayatında bu temel kurallar ile dünya hayatının geçiciliği, aslî gûnahtan ötürü yaşamın kirliliği, Tanrı'ya yaklaşabilmek için dünyadan uzaklaşmak gerektiği düşünceleri hâkimdir. Zühd kültürünün henüz sistemli hâle girmediği ilk dönemlerde yemek ve içmekten uzak duran, az uyuyan, çöllerde yaşayan, cinselliği terk etmiş ilk zâhidler vardı; *hermit* çöl sakini, *ankorit* dünyadan uzaklaşan, *monk* tek başına yaşayan gibi isimlerle anılmaktaydılar.²⁴⁵

Protestanlıkla birlikte 16. yüzyıldan itibaren zühd yaşamına ağır eleştiriler getirilmiştir. Protestanlık genel anlayıştan ayrışarak “zühd Hristiyanlığı” geleneğinin aksine “sosyal sofuluk” biçimini geliştirmiştir. Katolik, Ortodoks, Süryânî ve Ermeni mezheplerince kabul gören aslî günah anlayışı ve acı yoluyla İsa ile birleşme teolojisi Protestan Mezhebi tarafından reddedilmiştir.²⁴⁶ Protestan dindarlığı sadelik, Hz. İsa'nın aracılığından başka aracılık kabul etmeme, sofuluğu ısrarla reddetme, tüm kurallardan uzaklaşma özellikleriyle diğer mezheplerden ayrılır.²⁴⁷

Görüldüğü üzere zühd, eski dönemlerden itibaren pek çok din ve inanışta önem verilen ve toplumun bir kısmı tarafından uygulanan bir değer ve dini daha derûnî yaşayış biçimidir. İslâmiyet öncesindeki dinlerde genel olarak zühd, dünya nimetlerinden uzaklaşarak mânevî gelişim ve iç huzurun edinilebileceği konusundaki anlayış ortaklığına sahiptir. Zühdün İslâm öncesi dinlerde nasıl yer aldığını ele aldığımız bu bölümün ardından Câhiliye devrine geçmek istiyoruz. Allah'ın hitabı Hz. Peygamber'e vahyedilmeden hemen önce Hicaz toplumunun dinî yapısının bilinmesi de zühd konusunun çok daha iyi anlaşılmasına katkı sunacaktır.

1.4. Câhiliye Döneminde Zühd

İlâhî hitâba muhatap olan Câhiliye toplumunun İslâm öncesi dönemde sahip olduğu dünya-âhiret ilişkisinin, maddeye ve dünyaya önem verme derecelerinin bilinmesi daha sonraki zühd anlayışının doğru zeminde anlaşılmasına yardımcı olacaktır. Bu sebeple, bu başlık altında İslâm öncesi Hicaz bölgesinin dinî hayatı özellikle de zühdü anımsatan davranışları ele alınacaktır.

²⁴⁵ Demirci, “Zühd”, 44/534-535.

²⁴⁶ Demirci, “Zühd”, 44/534-535.

²⁴⁷ Roger Mehl, “Protestanlık Mezhebi”, çev. Mehmet Aydın (Konya: Tekin Kitabevi, 1993), 275.

Câhiliye terimi İslâmiyet geldikten sonra ortaya çıkmış bir kavram olmak üzere; Hicaz yarımadasındaki Araplar'ın İslâmiyet gelmeden önceki inanç, davranış ve tutumlarını İslâmî devirdekenden ayırabilmek adına kullanılmış; ilâhî kanunların, Allah'tan vahiy alan bir peygamberin ve vahyin olmadığı dönemin ismi olmuştur.²⁴⁸ Diğer taraftan Câhiliye Araplarındaki en yaygın inanç çok tanrıcılık ve putperestlik olmakla birlikte toplumda az bir Hristiyan ve Yahudi nüfus da bulunmaktaydı.²⁴⁹ Bu dönemin adlandırmasındaki câhillik; arzulara esir olmayı, taşkın içgüdülere uymayı, aceleciliği, ahde vefasızlığı, zorbalık ile zulümü, kaba ve olgun olmayan davranışları ifade etmektedir.²⁵⁰ Yani burada kastedilen “câhil olma hâli” kültürel veya sosyal alanda değil, dinî anlamda câhil olma/bilmeme hâlidir.²⁵¹ Câhiliye Araplarında ileri derece bir şiir ve sözlü edebiyat kültürü olduğu, köklü bir geleneğe sahip oldukları bilinmektedir. Dolayısıyla burada câhilliği bilgisizlik ya da kültürsüzlükle değil daha çok Allah'tan uzak olma şeklinde anlamlandırmak doğru olacaktır.

Câhiliye devrinin önemli belirleyicilerinden bir diğeri *kabilecilik* ve bununla bağlantılı olarak da *ataların adetleridir*.²⁵² O devrin Arap toplumuna göre bu dünya var olan tek âlemdir, bu dünyanın sınırlarının ötesinde bir yaşam olamaz.²⁵³ Onlara göre *hulûd/ebedî hayat* ancak bu dünya ile sınırlıdır. Bu durum câhiliye şiir ve edebiyatına da yansımış, *muhlid/ebedileştiriciyi* arayışları eserlerinde görülmüştür. Bununla bağlantılı olarak Câhiliye edebiyatında, dünyanın en önemli şeyinin (ebedileştiricisinin) zenginlik olduğu düşüncesinin örneklerine de rastlanmaktadır. Câhiliye anlayışına göre bu dünyada her şey boştur, bu dünyanın ötesinde herhangi bir şey de yoktur, bu sebeple kişi bu dünyanın tadını çıkartmalıdır. Hazcılık olarak ifade edilebilecek bu düşüncede “bugünü yaşa” ilkesi ön plandadır. Bu durumu, bedensel

²⁴⁸ Mustafa Fayda, “Câhiliye”, *Türkiye Diyânet Vakfı İslâm Ansiklopedisi* (İstanbul: TDV Yayınları, 1993), 7/17; Philip K. Hitti, *Siyasi ve Kültürel İslam Tarihi*, çev. Salih Tuğ (İstanbul: Boğaziçi Yayınları, 1995), 1/132-133.

²⁴⁹ Ebü'l-Münzir Hişâm b. Muhammed b. Sâib b. Bişr el-Kelbî, *Kitâbü'l-esnâm (Putlar Kitabı)*, çev. Beyza Düşüngen (Ankara, 1969), 39; İhsan Süreyya Sırma, “Asr-ı Saadet Öncesinde Mekke Toplumu”, *Bütün Yönleriyle Asr-ı Saadet'te İslâm*, ed. Vecdi Akyüz (İstanbul: Ensar Neşriyat, 2007), 1/85.

²⁵⁰ Ramazan Altıntaş, “İslâm Öncesi Arap Düşüncesi”, *Doğudan Batıya Düşüncenin Serüveni*, ed. Bayram Ali Çetinkaya (İstanbul: İnsan Yayınları, 2015), 1/1089.

²⁵¹ Süleyman Tülüçü, “‘Câhiliyye’ Kelimesinin Mânâ ve Menşe’i”, *Atatürk Üniversitesi İslâmi İlimler Fakültesi Dergisi* 4 (1980), 283; İhsan Süreyya Sırma, “Asr-ı Saadet Öncesinde Mekke Toplumu”, *Bütün Yönleriyle Asr-ı Saadet'te İslâm*, ed. Vecdi Akyüz (İstanbul: Ensar Neşriyat, 2007), 1/75.

²⁵² Bakara, 1/170; Zuhurf, 43/22-24.

²⁵³ Câsiye, 45/24; En'âm, 6/29.

zevk ve haz nağmelerini baskın bir şekilde işleyen Câhiliye şiirlerinin satırlarında okumak mümkündür.²⁵⁴

Özellikle şarap içmek toplumda çok yaygın olarak görülmekte hatta câhiliye erkekleri şarabı dilediklerince çok miktarda içmenin²⁵⁵ bir onur ve gurur meselesi olduğunu düşünmekteydiler. Çünkü şarap içmeyi cömertlik erdemiyle ilişkilendirmektedirler.²⁵⁶ İslâm, bu Câhiliye düşüncesiyle mücadele etmiş, her türden sefih, zâlimce ve ahlâk dışı davranışları ortadan kaldırarak yerine hilim kaynaklı bir hayat düzeni ikâme etmiştir. İslâm'ın ruhuyla bağdaşmayan Câhiliye adetleri kaldırılırken İslâm'ın temel hükümlerine tezat olmayan bazı davranış ve gelenekler ise ya olduğu gibi kabul edilmiş ya da düzenlenmiştir.²⁵⁷

Tüm bu olumsuz tabloya rağmen Câhiliye toplumunun tümünün tamamen ahlâksızlığa battığını söylemek doğru olmayacaktır. Her toplumda, ahlâkî bozulmayan, temiz mizacını muhafaza edebilen insanların olması mümkündür. İslâm öncesi Câhiliye toplumunda da olumsuz örnekler olumlu örneklerden çok daha fazla olduğundan böyle bir genelleme yapılmaktadır. Ancak toplumdaki tüm cehâlete rağmen ahlâkî ilkelere göre hayatını sürdüren bazı insanların varlığı da bilinmektedir.²⁵⁸ Diğer yandan Câhiliye toplumunda yiğitlik, cömertlik, doğru sözlülük, sabır, cesaret gibi ahlâkî ilkelere sahip kimseler de bulunmaktaydı.²⁵⁹ Câhiliye toplumunda “Hanîf” adı verilen kimselerin Allah inancına sahip olup, puta tapmadıkları ve sayılarının bir elin parmağını geçmeyecek kadar olduğu kaynaklarda ifade edilmektedir. Bu haniflerin en bilinenleri; Ubeydullah b. Cahş, Zeyd b. Amr ve Osman b. Huveyris idi. Varaka b. Nevfel'in de hanif olduğu rivayetlerde yer

²⁵⁴ “Ey sen savaştığım ve zevk peşinde koştuğum için beni kınayan, Varlığımı ebedi (muhlid) kılabilir misin Ölümü benden geri çeviremediğine göre, Bari bırak da ne servet var ise elimde, onunla geciktireyim sonumu.” İmru'ülkays b. Hucr, Tarafe b. Abd, Hâris b. Hillize, Amr b. Külsûm, Züheyr b. Ebû Sûlmâ, Antere ve Lebîd b. Rebîa, *Muallakat*, çev. Şerafeddin Yaltkaya (Ankara: Milli Eğitim Bakanlığı, 1989), 56-57; Süleyman Tülücü, “Mu'allakât ve Şairleri Üzerine Bir Bibliyografya Denemesi”, *Atatürk Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi* 23 (2005), 1-70.

²⁵⁵ Murat Sarıcık, *İslam Öncesi Dönem Cahiliye Kültürü* (Isparta: Fakülte Kitabevi, 2002), 27-42.

²⁵⁶ Toshihiko Izutsu, *Kur'an'da Dînî ve Ahlâkî Kavramlar*, çev. Selahattin Ayaz (İstanbul: Pınar Yayınları, 2011), 101-104.

²⁵⁷ Nafiz Danışman, “Cahiliyye Kelimesinin Mana ve Menşe'i”, *Ankara Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi* 5/1-4 (1956), 194; Fayda, “Câhiliye”, 7/17-18.

²⁵⁸ Ahmet Lütfi Kazancı, “Cahiliyye Devrinde Müsbet Davranışlar”, *Uludağ Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi* 1/1 (1986), 103-110; Fethullah Zengin, “Cahiliye Araplarında Bazı İyi Ahlâk Örnekleri ve Sebepleri Üzerine Bir Değerlendirme”, *İnönü Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi* (Mesned İlahiyat Araştırmaları Dergisi) 7/2 (2016), 54-55.

²⁵⁹ Izutsu, *Kur'an'da Dînî ve Ahlâkî Kavramlar*, 140.

almaktadır ancak İbn Hişam (öl. 218/833) onun, ölmeden önce Hristiyan olduğunu ifade etmektedir.²⁶⁰ Bu isimler Peygamberimiz’e yakın dönemde yaşayan hanîflerdir, o zaman diliminden çok daha önceye dair mâlûmâtın mevcut olmaması, muvahhidlerin daha önceki dönemlerde yaşamadıkları anlamına gelmemektedir.²⁶¹

Diğer yandan Câhiliye Araplarında hac, umre, tavaf, telbiye, kurban, oruç, yemin, rukye ve dua gibi ibadet şekillerinin bulunduğu da bilinmektedir. Yine itikaf da Allah’a/ilahlara yaklaşma ritüellerinden birisi olarak gerçekleştirilen bir ibadet biçimiydi.²⁶² Tüm bunlara ilâveten zühd de İslâm öncesi Hicaz’da câhiliye Arap toplumunda yer alan bir ahlâkî ilke ve davranış biçimiydi. Zâhidliğe uygun davranışlarda bulunanlardan en bilineni haniflerdir. Câhiliye toplumunda mevcut olan hanifliği ifade eden hanif kelimesinin zâhid ve müttakî anlamlarına geldiği bazı kaynaklarda ifade edilmektedir.²⁶³ Buna ilâveten İslâm öncesi Câhiliye devrinde bulunan haniflerin zâhidlik ve uzleti andıran ibadetlerine “tehannüs” denilmekteydi.²⁶⁴ Diğer yandan Câhiliye’nin kötü denebilecek alışkanlıklarından uzak kalmak için Hz. Peygamber’in nübüvvetten önce Hira mağarasında ara ara uzlete çekildiği de bilinen bir husustur. Bunu Peygamberimiz’den önce de yapan bazı kimseler bulunmaktaydı. Bunlardan bir tanesi de dedesi Abdulmuttalib idi. Bu kimseler yaşadıkları toplumun çirkinliklerinden uzaklaşmak, kendi benliklerini düşünmeye yönelik sebeplerle uzlete çekilmişlerdir.²⁶⁵

Tüm bunlardan anlaşıldığı üzere İslam öncesi Arap toplumunda câhillikle vasıflandırılabilir bazı olumsuz alışkanlık ve gelenekler olduğu gibi bir yandan da cesaret, iffet, cömertlik, doğrusözlülük, vefâ gibi erdemli özellikler de mevcuttu. Bu ahlâkî özelliklerden biri olarak zühd de toplum içinde bir kısım kimselerin sürdürdüğü

²⁶⁰ Ebû Muhammed Cemâlüddîn Abdülmelik b. Hişâm b. Eyyûb el-Himyerî İbn Hişâm, *Muhtasar Sîretü İbn Hişâm*, çev. Muhammed Yazıcı (İstanbul: Ketebe, 2023), 66.

²⁶¹ Adnan Demircan, “Haniflik ve Hanifler Üzerine Bazı Düşünceler”, *Câhiliye Araplarının Ulûhiyet Anlayışı*, ed. M. Mahfuz Söylemez (Ankara: Ankara Okulu Yayınları, 2015), 166.

²⁶² Ayrıntılı bilgi için bk. Emrah Dindi, “Câhiliye Arap Hac Ritüellerinin Kur’an’daki Menâsikle Diyalektik İlişkisi”, *Cumhuriyet İlahiyat Dergisi* 21/1 (Haziran 2017), 577-638.

²⁶³ Şaban Kuzgun, “Hanîf”, *Türkiye Diyanet Vakfı İslâm Ansiklopedisi* (İstanbul: Türkiye Diyanet Vakfı Yayınları, 1997), 16/33-39; Cevad Ali, *el-Mufâssal fî târihi’l-Arab kable’l-İslâm* (Beyrut: Dârü’l-İlm li’l-Melayin, 1970), 6/470-490.

²⁶⁴ M. J. Kister, “et-Tehannüs: Kelime Anlamı Üzerine Bir Araştırma”, çev. Ali Aksu, *Tasavvuf: İlmi ve Akademik Araştırma Dergisi* 2/4 (2000), 226-228.

²⁶⁵ Ünal Kılıç, “Hz. Peygamber’in Nübüvvet Öncesi Uzlet İçin Hira Mağarası’nı Seçmesi Üzerine Bazı Mülâhazalar”, *İstem* 24 (2014), 5; Bk. Ignaz Goldziher, “İslamiyet’in İlk Zamanlarında Zühd”, çev. Hayrani Altıntaş, *Ankara Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi* 24/1 (1981), 539-546.

değerlerden biri olma özelliğini taşımaktaydı. Toplum içinde kendilerine hanif denilen birtakım kişilerin, puta tapmayan ve Allah inancına sahip kimseler olduğu bilinmekteydi. Dolayısıyla haniflerin zâhidliğe en yakın sayılabilecek davranış ve özelliklere sahip olduğunu söylemek mümkündür.

Zühdün İslam öncesi devirden itibaren ele alındığı bu bölümde zühdün etimolojisine, farklı tanımlarına, Kur'ân-ı Kerîm ve sünnette nasıl yer aldığına, Hz. Peygamber'in ve ashâbının hayatından zühde dair örneklerle yer verilmiştir. Zâhidliğin diğer din, kültür ve inançlarda mevcûdiyetinin de ele alındığı bu bölümde zâhidliğin insanlığın ortak yönelim ve değerlerinden biri olduğunu, insanın yapısında dini daha derûnî boyutuyla yaşamak adına dünyadan uzak durma eğilim ve arzusunun olduğunu söylemek mümkündür. Müslüman toplumda da zühd hayatının yer almasının çeşitli sebepleri vardır ancak en temelde bir varlık olarak insanın ortak duygu ve ihtiyaçlara sahip olması bir etken olarak kabul edilebilir. İnsan, hangi din ya da kültürde bulunursa bulunsun bazı ortaklıklara sahiptir. İnsanın yaratıcısı ile daha yakından bağ kurabilmek adına dünyayla kurduğu ilişkinin arka plana alınması da bu ortaklıklardan biri olarak yer almaktadır. Dolayısıyla her inanç ve dinde zühde benzer davranışların olması bu yönüyle ele alınabilir. İslam toplumunda ise Hz. Peygamber'in vefatının ardından gelişen sosyal, siyasal ve ekonomik birtakım olaylar neticesinde zühd ve zâhidliğin bireysel ve toplumsal olarak Müslümanlar arasında nasıl yerleştiğine ve bir hareket olarak zâhidliğin toplumda nasıl yayıldığı konusuna da bu bölüm içinde değinilmiştir. Bu dönemde zâhidlik, özellikle Müslümanlar arasında dünyevileşmenin yaygınlaşmasına bir tepki olarak ortaya çıkmış ve Hz. Peygamber'in yaşadığı sade hayatın devam ettirilmesi hususunda ısrarcı olmuştur.

Tüm bu özellikleriyle zühd, ilgili sözlük ve kaynaklarda genel itibariyle dünyaya duyulan ilgi ve isteğin azaltılması, maddeye ve dünyaya rağbet etmemek, Allah ve âhiretin dünyadan çok daha önemli olduğu düşüncesiyle dünyaya mesafe koymak ve uzak durmak olarak ifade edilmiştir. Sûfîler ise zühd kavramını çeşitli şekillerde ve farklı yönleriyle tanımlamışlardır. Her sûfî, bireysel tecrübesine, yaşadığı döneme ve mensup olduğu ekole göre zühdün gereklilik ve derecesi hakkında çıkarımlar yapmıştır. Bu sebeple herkesin içinde bulunduğu zaman ve makam gereği zühdü farklı yönleriyle tecrübe ettiklerinden zühd tanımlarının da çeşitlenmesi gayet doğaldır. Her ne kadar farklı tanımlar bulunsun da sûfîlerin bu tanımlarını birtakım benzerlikler

altında birleştirmek mümkündür. Bu benzerlikler: Azla yetinme, Allah'tan râzı olma, hırs ve dünya bağlarından uzak kalma, ölüm düşüncesini hatırdan çıkarmayarak dünyevî emeli kısaltma, kalben ve zihnen dünyevî sevgi ve ilgiyi azaltma şeklinde özetlenebilir. Diğer yandan sûfîlerin zühdün helal ve haramda olup olmama, zenginlik ve fakirlik ile zühd ilişkisi hakkında da farklı fikirler beyan ettikleri görölmektedir. Kimi zâhidlere göre kişi mal ve mülkünü de elden çıkartmalıyken bazı sûfîler ise zâhidin zengin olabileceğini ancak zihin ve kalbindeki Allah sevgisinin önüne geçmemesi gerektiğini ifade etmektedirler.



İKİNCİ BÖLÜM

BİR YAŞAM TARZI OLARAK MİNİMALİZM

Günümüz insanının bir kısmının hayatında yeri olan minimalist yaşam tarzının ne olduğuna dair farklı yaklaşımlar mevcuttur. Konuyla ilgili pek çok kitap, makale, dergi, web sitesi, belgesel, tv programı, sosyal medya bloğu bulunmaktadır. Günümüzde minimalist yaşam biçimini ele alan bu kaynakların popüler olduğunu ve insanlardan yüksek ilgi gördüğünü söylemek mümkündür. Minimalist yaşam tarzının tam olarak neye karşılık geldiğine dair genel bir kabul olmamakla birlikte konuyla ilgili birden çok yaklaşım biçimi bulunmaktadır.²⁶⁶ Bu yaşam tarzı, bir minimalist tarafından “en çok değer verdiğimiz şeylerin kasıtlı olarak desteklenmesi ve bizi bundan uzaklaştıran her şeyin ortadan kaldırılması”²⁶⁷ şeklinde tanımlanmıştır. Burada minimalist yaşam tarzının, kişinin belirlediği amaca ulaşırken önündeki engellerin ortadan kaldırılma tarafı vurgulanmıştır. Diğer bir tanımda “minimalizmin, hayatın fazlalıklarını ortadan kaldırmak, temel olana odaklanmak ve mutluluğu, tatmini ve özgürlüğü bulmak için bir araç olma”²⁶⁸ yönü ifade edilmiştir. Burada ise yukarıdakinden farklı olarak minimalist yaşam tarzından beklenen etkiye yapılan vurgu dikkat çekicidir. Ancak her iki tanım da fazlalıkları ortadan kaldırmanın ve hedefe odaklanmanın ortaklığını görmek mümkündür.

Çalışmada zühd ve minimalizm arasında yapılacak karşılaştırmının ikinci tarafını oluşturan minimalizm konusu bu bölümde, minimalist yaşam tarzının ortaya çıkışı, mâhiyeti ve bununla ilişkili olarak sanat ve mimarlıkta ne yönüyle ele alındığı, din ve kültürlerdeki çeşitli inanışlar ile benzerliği yönleriyle ele alınmıştır. Bu bölümde, minimalist yaşam tarzının tercih sebepleri ve kişiler üzerinde bıraktığı etki de ele alınarak karşılaştırmının yapılacağı üçüncü bölüme hazırlık yapılmıştır.

²⁶⁶ Alexander Augustus Minter, *Minimalist Lifestyle: A Modifier Of Meaning And Mental Health* (Fielding Graduate University, Doktora Tezi, ts.), 7.

²⁶⁷ Becker - Stanford, *Minimalist Ev*.

²⁶⁸ Millburn - Nicodemus, *Minimalizm: Anlamlı Bir Yaşam*.

2.1. MİNİMALİZMİN ORTAYA ÇIKIŞI

Konuyla ilgili literatürde minimalizmin çeşitli tanımlarının olduğu görülmektedir. Bu tanımlar mimarlık, sanat, bilim, iktisat gibi alanlarda çeşitlenmektedir. “Sanatta, tasarımda ve tiyatrodaki mümkün olan en küçük materyal ve en sade renk aralığının kullanıldığı, sadece basit biçim ve şekillerin yer aldığı bir stil”²⁶⁹ olarak tanımlanan minimalizm kavramının türediği minimum kelimesi ise “Değişken bir niceliğin inebileceği en alt (sınır); minimal, asgari”²⁷⁰ şeklinde açıklanmıştır. “Minimal Sanat” kavramı ilk olarak 1961 yılında Richard Wollheim tarafından “içeriği en aza indirgenmiş sanat” anlamıyla üç boyutlu yapılar, heykeller ve resim için kullanılmıştır.²⁷¹ Minimalizmin bir diğer temsilcisi Ludwig Mies van der Rohe ise şöyle bir tanımlama yapmaktadır: “Fakirlik, yoksunluk, eksiklik değildir. Minimalizm aksine bilinçli bir tercihtir, zor olanı seçmektir, azla çok yapmaktır.” Mies’in “Less is more” (az çoktur)²⁷² sözü minimalizmin yaygın sloganlarından biri olmuştur.²⁷³ Bir diğer tanımıyla ise “Minimalizm, hayatın fazlalıklarını elemenin, esas olana odaklanmanın, mutluluğu bulmanın, kendini gerçekleştirmenin ve özgürlüğün aracıdır.”²⁷⁴

Minimalizm öncelikle sanat ve mimari alanlarında kendini göstermiştir. Her türlü süsten uzaklaşıp sadeliği savunan minimal sanat, soyut dışavurumculuğun biçime ve duyguya verdiği aşırı öneme tepki olarak 19. yüzyılın ikinci yarısında ortaya çıkmıştır.²⁷⁵ Minimalist anlayış, 1960’larda ortaya çıkmış bir akım olmasına rağmen 1900’lü senelerde modernizm akımının yaygın olduğu dönemlerde Kazimir Malevich ile Piet Mondrian’ın eserlerinde, Marcel Duchamp’ın estetik anlayışında ve Mies van der Rohe’nin yalın mimari tasarımlarında görülmüştür. İlk izlerine bu sanatçılarda rastlanan minimal anlayış, 1960’lı yıllarda ABD’de ressam, heykeltıraş gibi sanatçı ve düşünce adamları tarafından kavramlaştırılmıştır.²⁷⁶ Minimal anlayış, bu yıllarda yaygın olan *soyut dışavurumculuk* tavrı ile meydana getirilen sanat eserlerindeki

²⁶⁹ Cambridge Dictionary, “Minimalism” (Erişim 03 Ağustos 2023).

²⁷⁰ Güncel Türkçe Sözlük, “Minimum” (Erişim 03 Ağustos 2023).

²⁷¹ “Minimal Sanat”, 2/1260.

²⁷² Peter Blake, *The Master Builders* (New York: Alfred A. Knopf, 1960), 169.

²⁷³ Islakoğlu, *Minimalizm Kavramı ve Mimarlıkta Minimalist Yaklaşımlar*, 4.

²⁷⁴ Millburn - Nicodemus, *Minimalizm: Anlamlı Bir Yaşam*, 40.

²⁷⁵ Döl - Avşar, “Minimalizm Akımı Kapsamında Nesne Anlayışının Yeniden Değerlendirilmesi”, 1.

²⁷⁶ Islakoğlu, *Minimalizm Kavramı ve Mimarlıkta Minimalist Yaklaşımlar*, 6.

bireysel dışavurumu ve derin özneliği önemseyen tarza bir tepki olmuştur. Nesnel bir sessizliği benimsemiş, dışavurumculardaki doğaçlama ile aktarmak istediği varoluşsal anlamların yerine rasyonel bir tavır göstergesi olarak simetri ile düzeni koymuştur. Resim ve heykel başta olmak üzere edebiyat, müzik, sinema ve mimarlık gibi sanatın çeşitli alanlarında etkili olmuş, eserlerin nesnel ve ifadesiz olması ve tasarımın ön plana alınmasıyla dikkat çekmiştir. Akım olarak ortaya çıktığı bu yıllarda minimalizm; “ABC Sanatı”, “Retçi Sanat”, “Soğuk Sanat”, “Dizisel Sanat” ya da “Temel Strüktürler” gibi farklı adlarla da isimlendirilmiştir.²⁷⁷ Özellikle Sanayi Devrimi ve İkinci Dünya Savaşı’nın ardından sanat dallarında pek çok akım ortaya çıkmış, minimalist tavır ise tepkisel yönden kendisini var etmiştir.²⁷⁸ Minimalist sanatçılar, özellikle de dışavurumculuğa tepkiyle sanatın doğaya ait bir görüntüyü yansıtmaya ihtiyacı olmadığını, sanatın yalnızca kendini temsil etmesi gerektiğini düşünmüşlerdir.²⁷⁹

Bir yaşam tarzı olarak minimalizmin tarihi ise 1920’lerde başlayıp büyük oranda 1930’lu yıllarda etkisini hissettiren büyük buhran dönemine dayanmaktadır. Bu dönem, ekonomik anlamda sıkıntının yaşandığı, insanların kıyafet dikmek için un çuvallarını kullandığı, küçük dahî olsa her türden atık malzemenin lazım olur düşüncesiyle kenara konulduğu zor bir dönem olmuştur. Yaşanan ekonomik darlık, insanların korkuyla eşya istifçiliği yapmasına, bu ise zaman içerisinde istifçilik kültürünün toplumda yer edinmesine sebep olmuştur. Ekonomik anlamda sıkıntılı bu süreç geçip 1960 ve 1980’lerdeki küresel ekonomik gelişme ve büyüme ile durum tersine dönmüş; insanlar arzuladıkları şeyleri alabilme gücüne kavuşmuşlardır. Alım gücünün artmasıyla madde, insanların hayatlarının merkezi olmuş, ancak bu bolluk ve refah insanları mutlu etmeye yetmemiştir. 1980’lerin ikinci yarısına tekâbül eden bu ortamda minimalist yaşam biçimi toplumda yaygınlaşmıştır. 1990’lı yıllara gelindiğinde ise teknolojinin gelişmesiyle tekrar tüketimde aşırıya gitme ve fazla eşyaya sahip olma durumu toplumda yer etmiştir. İnsanların bu aşırılık hâli, 2010’lu

²⁷⁷ Ahu Antmen, *20. Yüzyıl Batı Sanatında Akımlar* (İstanbul: Sel Yayıncılık, 2009), 181; Döl - Avşar, “Minimalizm Akımı Kapsamında Nesne Anlayışının Yeniden Değerlendirilmesi”, 1.

²⁷⁸ Kaya, *Sinemada Minimalizm ve 2000 Sonrası Türk Sinemasında Minimalist Yaklaşımlar*, 1.

²⁷⁹ Karaaslan, “Etrafını Kuşatan Heykeller: Richard Serra”, 64.

yıllarda sadelik savunucuları tarafından minimalizmi tekrar gündeme getirmiştir.²⁸⁰ Özellikle günümüzde sosyal medya araçlarının fazla kullanımının da etkisiyle minimalizm hızla yayılmaya, gündem olmaya devam etmektedir.

2.1.1. Sanat ve Mimarlık Alanında Minimalizm

Sanatın hemen her dalında bir şekilde kendini hissettiren minimalizm, farklı sanat dallarında kendi anlayışına uygun olarak yerini almıştır. Bir fikri en az sayıda renk, biçim, çizgi, değer ve dokuya indirerek aktarmaya çalışan minimal sanat, kendinden başka herhangi bir deneyim ve objeyi sembolize etmek ya da sunmak istemez. Bu anlayıştaki sanatçılar, sanat yapıtının sadece kendini çağrıştırması gerektiğinden hareketle, sanat eserini görsel olmayan her türlü çağrışımdan arındırmak istemişlerdir. Dolayısıyla bu sanat anlayışında sembollere önem verilmez, sanatsızlığa varan nötr bir zevk yansıtılır.²⁸¹ Nötr olma hâli, renk ve biçimdeki indirgeyici tavırda kendini gösterir. Tüm bu özellikleriyle minimalizm, birim tekrarına dayanan ritmik düzenlemeleri, yalınlık ve sadeliğe dayanan keskin geometrik şekil ve biçimleriyle meydana getirilen resim ve heykeller ile farklılığını ortaya koymuştur.²⁸² Bu farklılıklarla meydana getirilen minimalist resim ve heykellerde parçalar arasında kurulan ilişki kurgusundan çok kişinin gözüne ilk bakışta çarpan düzen ve bütünlük önemlidir.²⁸³ Bu bütünlüğü tekrar ile yakalamaya çalışan minimalist tarz, malzemeleri mümkün olduğu kadar küçülterek azaltma yoluna gider.²⁸⁴ Dolayısıyla minimalist mimari anlayışta basitlik fikri ön planda tutularak temel olanı vurgulamak için unsurların azaltılması yoluna gidilmektedir.²⁸⁵

Sanat alanında azla çoğu göstermek isteyen minimalizmin, nesne ile farklı bir ilişkiye sahip olduğu söylenebilir. Kazimir Malevich'in (öl. 1935) 1915'te sergilenen *Sıfır Biçim (Beyaz Üstüne Siyah Kare)* isimli eseri burada örnek gösterilebilir. Tuvaldeki büyük ve siyah kareye "sığınabileceğim son biçim" diyen Malevich'e göre

²⁸⁰ K. L. Hammond, *Minimalism for Living, Family & Budgeting* (Create Space Independent Publishing Platform, 2017), 14.

²⁸¹ Islakoğlu, *Minimalizm Kavramı ve Mimarlıkta Minimalist Yaklaşımlar*, 6; Karaca, "Soyut Ama Nesnel Sanat: Minimalizm", 336-342.

²⁸² Döl - Avşar, "Minimalizm Akımı Kapsamında Nesne Anlayışının Yeniden Değerlendirilmesi", 11; Vasilski, "On minimalism in architecture -Space as experience-", 64.

²⁸³ "Minimal Sanat", 2/1260.

²⁸⁴ Aktuğ - Dağdelen, "Philip Glass 'Opera Üçlemesi' Örneğinde Opera Sanatında Minimalizm", 32.

²⁸⁵ Bertoni, *Minimalist Architecture*, 24; Vasilski, "On minimalism in architecture -Space as experience-", 62.

bu kare, hiçliğin sembolüdür. Bu eseriyle o, geçmiş sanatla kesin bir kopuşu ve yeni bir sanat anlayışının başlangıcını ifade ettiğini belirtmiştir. Malevich'e göre ressam, şayet sadece ressam olmak istiyorsa; özne, nesne, konu ve içerikten vazgeçmelidir çünkü mutlak yaratıcılık bu şekilde gerçekleşebilir.²⁸⁶ Bu düşünceyle hareket eden Malevich, resmin belli nesneleri gösterme şeklindeki temsil olgusunun ideolojik işlevinden ayrılarak, salt kendinde anlam kazanan sanatsal anlayışın öncülüğünü yapmıştır.²⁸⁷ 1960'lardan 1970'lerin sonlarına kadar sanatta en yoğun dönemini yaşayan minimalizmdeki aşırı saflaşma eğilimi; "sanat için sanat", "özerklik" ve "soyutlama" gibi kavramlarla ifade edilen *kendini tanıma eğiliminin* bir sonucu, bir özeleştirici sürecidir.²⁸⁸

Buraya kadar aktarıldığı üzere sanat alanında bir tavır olarak ortaya çıkıp ardından da akım hâlini alan minimalizm yalnızca sanat alanında kalmayarak bir yaşam biçimi ve felsefesi hâline gelmiştir. Günümüzde de popüler bir etkiye sahip minimalizm akımı; gündelik hayata, eşyaya, dekorasyona, ev yaşamına, giyim kuşama ve hatta hayatı anlamlandırmaya dair söz söyleyerek yönlendirmeler yapmaktadır. Aşağıda, minimalizmin her bir yönü farklı bir başlıkta ele alınmıştır.

2.2. KADİM KÜLTÜR VE DİNLERLE İLİŞKİSİ YÖNÜYLE MİNİMALİZM

Batı'nın, Descartes mantığıyla bilimsel alanda çok fazla geliştiği ve ilerlediği mâlum olmakla beraber; Batı insanının iç dünyasında huzuru yakalama konusunda aynı ilerlemeyi kaydedemediğini ifade etmek mümkündür. Düşünce ile duygunun arasının büyük oranda açılmasının etkisiyle aklın yaşadığı tatmin seviyesini ruh yakalayamamıştır. Batılılardan bu durumu fark edenler Uzakdoğu bilgeliğinden yeni yaşam tarzları oluşturmaya yönelmişlerdir. İç dünyadaki soru ve sorunların maddî hazlarla giderilememesi sonucunda meydana gelen bir fark edişle daha anlam yüklü arayışlarda çözüm aramaya başlamışlardır. Çünkü, insan idealisttir ve insanın özü, fiziksel doyumun ötesindeki şeylere yönelik mücadele verir.²⁸⁹ Bu mücadele sonucu ortaya çıkan yaşam tarzlarından biri olarak minimalizmin, tarihen çok eski zamanlara dayanmadığı, Avrupa ve ABD'de daha popüler olduğu görülse de ortaya koyduğu

²⁸⁶ Mehmet Yılmaz, *Modernden Postmoderne Sanat* (Ankara: Ütopya Yayınları, 2013), 111-112.

²⁸⁷ Antmen, *20. Yüzyıl Batı Sanatında Akımlar*, 181.

²⁸⁸ Yılmaz, *Modernden Postmoderne Sanat*, 279.

²⁸⁹ Erich Fromm, *Kendini Savunan İnsan*, çev. Necla Arat (İstanbul: Say Yayınları, 1994), 52.

yaşam biçimi içeriğinin (sadelik, yalınlık, sakinlik yönüyle) 1900'lerden çok daha geriye gittiği bilinmektedir. Pek çok dinin tavsiyeleri arasında da yer alan sade yaşam, Helenistik dönemdeki Stoacılığa kadar dayandırılmaktadır.²⁹⁰ Minimalizmdeki sade yaşam vurgusu ile Doğu dinlerinin ve İlâhî kaynaklı dinlerin kayda değer benzerlikleri dikkat çekicidir.

Minimalizm, Doğu felsefesi ve Japon yaşam tarzı ile örtüşen bir özellik sergilemektedir. Doğu'nun sahip olduğu saf, dingin, mistik, yalın, hızdan uzak fikir ve tasarım anlayışı minimalist sanatın sahip olduğu özelliklerdendir.²⁹¹ Bu konuda, minimalist yaşam felsefesinin sanıldığığının aksine, ismini Batı kaynaklı minimal sanattan almadığı, temellerinin Budizm'in Zen felsefesine dayandığı da iddia edilmektedir. Bu iddiaya göre mimar, sanatçı ve tasarımcılar Zen felsefesinden etkilenerek minimal formlu ürünler meydana getirmişlerdir. Minimalist tasarımcılar, bu felsefenin yedi tasarım prensibinden (tasarruf, sadelik, doğallık, incelik, kusursuzluk/asimetri, rutinden uzak, sükûnet) ilham alarak tasarımlarını yapmışlardır.²⁹² Dolayısıyla, Japon dünya görüşündeki basitlik, yalınlık ve azlık kavramlarının, minimalizmi etkilediğini söylemek mümkündür.²⁹³

Zen felsefesi, Hint ve Çin geleneklerine dayanmakla birlikte 12. yüzyılda Japonya'ya geçişle gelişimini tamamlayarak Doğu'dan dünyaya sunulan bir anlayış olmuştur.²⁹⁴ Bu anlayış, Hintlilerin akılcı ve soyut düşünme biçimi ile Çinlilerin somut ve gerçekliğe yönelik çalışan zihinsel sürecinin bir birleşimidir.²⁹⁵ Doğaya ve tüm canlılara saygıyı, maddiyattan kopmayı, arzu ile başarıyı kenara bırakmayı, toplumsal kabulden hoşlanmamayı ve kendini beğenmişlikten uzaklaşmayı tavsiye eder. Beden ile ruh arasındaki uyumu vurgulayan bu anlayışta, kişinin kendinden feragat etmesi önemli bir yere sahiptir. Kişinin kendi kalbine karşıdan bakabilmesi zihnin sükûnete kavuşmasıyla mümkündür. Var olma arzusu ve bununla ilgili olarak bencilliği yok

²⁹⁰ Gabrielle Oliveira de Mendonça vd., "The Minimalist Process: An Interpretivist Study", *Journal of Consumer Behaviour* 20 (2021), 1042.

²⁹¹ Islakoğlu, *Minimalizm Kavramı ve Mimarlıkta Minimalist Yaklaşımlar*, 63.

²⁹² Şule Altay - A. Feyza Özgündoğdu, "Yaşamdan Sanata, Sanattan Yaşama Akımlar", *Ulakbilge* 5/16 (2017), 1564.

²⁹³ Betül Ortaç, *Mimarlıkta Yalınlık ve Karmaşa* (İstanbul: Yıldız Teknik Üniversitesi, Fen Bilimleri Enstitüsü, Yüksek Lisans Tezi, 2004), 13.

²⁹⁴ Alan W. Watts, *Zen Yolu-Zen Budizm'in İlkeleri*, çev. Sena Uğur (Şule Yayınları, 1998), 20; İlhan Güngören, *Zen Budizm Bir Yaşama Sanatı* (İstanbul: Yol Yayınları, 2020), 21.

²⁹⁵ Fromm, *Psikanaliz ve Zen Budizm*, 13.

etmek, bu anlayışın gerekliliklerindendir. Bu amaçlarla hareket eden Zen felsefesinde meditasyon önemli bir yer tutmaktadır. Meditasyon ile kişinin zihinsel süreçlerden özgürleşerek öfke, kin, intikam gibi duyguların ortadan kaldırılması, dinginliğe doğru bilincin dönüşümü amaçlanır.²⁹⁶ Hayatta kişinin başına gelen olumlu ya da olumsuz her durumu olduğu gibi kabul etmeyi önemseyen Zen anlayışında, yalnızca o ana ve o anda yapılabilecek odaklanmak gerekir. “Hareket ederken sadece hareket et. Düşünürken sadece düşün. Her şeyden önemlisi zikzaklar çizme.” cümlesinde de vurgulandığı gibi düşünce ve aksiyon ikileminden kurtuluş Zen anlayışında önemlidir.²⁹⁷ “Tam ruh uyanıklığını” sağlamaya çalışan bu anlayışta, ruhun herhangi bir yerde takılıp kalmaması, her yerde hazır olması beklenir.²⁹⁸ Bu bilinç dönüşümü neticesinde insanın iç derinliğine ulaştıkça arınacağı, kendini her türlü koşullardan kurtardıkça bağımsızlaşarak özgürleşeceği kabul edilir.²⁹⁹ Bu kabule dayanan Zen Budizm’in amacı, bakış açısı kazandırmaktır. Bu bakış açısı ile dünyayı ve yaşamı yeni bir gözle görmek mümkün hâle gelir. Burada bahsedilen özgürlük, aslında kişinin özünde olan yaratıcı ve iyiliğe dönük güçlerin açığa çıkmasına fırsat sunmasıdır.³⁰⁰ Dolayısıyla aslında Zen’in özü aydınlanmaya (satori) dayanmaktadır. Bu aydınlanmayı yakalayan bir Budist, dualist düşünen zihninin yarattığı karmaşa sebebiyle o zamana dek algılayamadığı gerçek dünyayı yeni bir bakışla görür.³⁰¹

Japon insanının sahip olduğu Zen kültüründe doğallık, sadelik ve Zen inancının bir sonucu olarak sembolizm önemli bir yer tutar. Bu kültürde insanın kendi varlığına dönmesi, kendisi ile buluşup bütünleşmesi sadelik ile yakalanmak istenmiştir.³⁰² Zen anlayışından yansıyan sadelik vurgusu, Japon kültürünün şiir, resim, mimari, bahçecilik, atletizm ve hatta ticarî faaliyetlerine yansımıştır.³⁰³ Bu hususun bariz görüldüğü Zen bahçeleri, etkileyici biçimde tasarlanmış, her şeyin yerli yerinde olduğu, aşırı sadeliğiyle dikkat çeken, özgünlüğü ve doğayla uyumu yakalama

²⁹⁶ Luc - Toulou Breysse, *Zen*, çev. Işık Ergüden (Ankara: Dost Kitabevi, 2019), 8, 64-68.

²⁹⁷ Watts, *Zen Yolu*, 178.

²⁹⁸ Eugen Herrigel, *Yay ile Ok Atış Sanatında Zen*, çev. Sedat Umran (İstanbul: Ruh ve Madde Yayınları, 1994), 36.

²⁹⁹ Güngören, *Zen Budizm*, 27.

³⁰⁰ Daisetsu Teitaro Suzuki, *Zen Budizm-D.T. Suzuki’den Seçme Yazılar*, çev. İlhan Güngören (İstanbul: Yol Yayınları, 1997), 48-49.

³⁰¹ Suzuki, *Zen Budizm*, 48; Fromm, *Psikanaliz ve Zen Budizm*, 73.

³⁰² Hande Sanem Çınar - Betül Atakan, “Minyatür Bir Dünya - Zen Bahçeleri ‘Ryoan-ji Örneği’”, *Journal of the Faculty of Forestry Istanbul Univesity* 58/2 (2008), 42.

³⁰³ Watts, *Zen Yolu*, 141.

gayretiyle sükûnet ve huzur veren bir atmosfere sahiptir.³⁰⁴ Her şeyin geçici ve geçişli niteliğini somutlaştıran bu tefekkür alanları, minimal tasarımıyla kişiyi keşmekeşten uzaklaştırarak sakinliğe kavuşturur. Asimetrik tarzda dizayn edilen kaya, kum ve çakılların bir araya getirilmesiyle hareket izlenimi oluşturulan Zen bahçelerinde benliğin silinmesini ifade eden boşluğun bilincine varılması sağlanır.³⁰⁵

Bu ortak noktalardan hareketle, minimalist yaşam felsefesinin özünde Zen Budizm'inin izleri olduğu fark edilmektedir. Bu durum ise özellikle postmodern çağda Batılıların, Doğu'nun (özellikle Japon kültürü) bir kısım kültür ve inançlarına duyduğu merak ve yönelimi gündeme getirmektedir. Minimalizm de bu yönelimlerden biri olarak tüketim kültürüne itiraz etmiştir. Tüketimdeki aşırılığa getirilen bu eleştiri ve itiraz minimalist yaşam tarzının dikkat çeken en önemli noktasıdır. Çalışmamızın bu kısmında minimalizm ile tüketim ilişkisi üzerinde durulacaktır.

2.3. TÜKETİM KARŞITLIĞI YÖNÜYLE MINİMALİZM

Radikalleşmiş yönelimler, doygunluk en uç noktasına ulaştığında kendine karşıt bir fikir üretir. İlk başlarda özgürlük olarak kabul edilen sınırsız tüketme gücü hakkındaki düşünce zaman içinde farklılaşmıştır.³⁰⁶ Bu noktada minimalizmin, modern ve konforlu bir hayat yaşayan bireyin tüketimdeki aşırılıklarına karşı geliştirdiği tepki dikkat çekicidir. “Az çoktur” deyişiyle minimalizm, bireyin hayatında mânevî yönünü geliştirmesinin daha az maddeye sahip olmakla ilgili olduğunu dile getirir. Maddenin esareti altında kalmadan daha az tüketerek mutlu olabilmenin yöntemini sunan minimalizm; karmaşanın yerine sade olmayı, tüketmek yerine üretmeyi, israf yerine geri dönüşümü, yalnızca zorunlu ihtiyaca sahip olmayı hatta ihtiyacı olan başkalarıyla paylaşmayı tavsiye eder.³⁰⁷ Materyalizm ve tüketim kültürüne itiraz eden bu anlayışta mutluluk, daha fazla olanda aranmaz.³⁰⁸ Maddenin sınırlar dâhilinde kullanılmasını öne sürerken bunu, basitliğin kalitesi üzerinden

³⁰⁴ Ayça Serez, *Tarihsel Süreç İçinde Sağlık Bahçeleri* (İstanbul: İstanbul Teknik Üniversitesi Fen Bilimleri Enstitüsü, Yüksek Lisans Tezi, 2011), 56; Ayşe Betül Gök - Bora Bingöl, “Zen Bahçeleri”, *Mehmet Akif Ersoy Üniversitesi Fen Bilimleri Enstitüsü Dergisi* 7/Özel Sayı 1 (2016), 85.

³⁰⁵ Luc - Breyse, *Zen*, 80, 84.

³⁰⁶ Sertaç Timur Demir, “Tüketimcilik Karşıtı Küresel İnsiyatif ve Manifestolar: Gerekler, Gerekçeler, Gerçeklikler”, *Birey ve Toplum Sosyal Bilimler Dergisi* 10/1 (Haziran 2020), 185.

³⁰⁷ Köksalan, “Minimalist Tüketim”, 1.

³⁰⁸ Becker - Stanford, *Minimalist Ev*, 27.

açıklar.³⁰⁹ Maddiyatın; kimlik, statü ve saygı ihtiyacının tatminine vasıta kılınmasını reddederek kişiyi maddî odaklardan uzaklaştırmaya çalışır. Tüketime minimalize edilmediği ve sahip olunan eşyaların fazlalığı durumunda temizlik, düzen, güvenlik gibi sebeplerin de etkisiyle hem para ve kaynak kaybına hem de stres ve kafa karışıklığına neden olacağını özellikle vurgular.³¹⁰

Günümüzde insanların hayatları üzerine düşünmeden, otomatik alışkanlıklar ile yaşadıklarını ve tatmin duymadıklarını, bunun neticesinde oluşan ruh açlığını ise alışveriş yaparak bastırmaya uğraştıklarını ifade eden minimalist anlayışta bu döngüye bir itiraz vardır. Ruhtaki mânevî boşluğu maddî nesnelerle doldurmaya çalışan insan, sahip olduğu maddenin fazlalığından kaynaklanan odaklanma sorunundan ötürü esas anlamı kaçırmaktadır. Anlam kaybı yaşayan birey, hep daha çok çalışıp daha çok kazanmaya ve daha fazla harcamaya odaklanmış durumdadır. Bu hâldeki kişiler, kendilerini devamlı daha fazlasına ulaştıran fakat daha mutlu etmeyen bir tür *hedonik koşu bandı*ndadırlar.³¹¹ Hedonik koşu bandı burada iyi ve kötü olayların, kişilerin mutluluğunu geçici bir süreliğine etkilediğini, kişinin hızlı bir biçimde hedonik tarafsızlığa geri döndüğünü ifade etmektedir.³¹² Bu durumla ilgili olarak bir minimalist şöyle söylemektedir:

“Sorun eşyaların kendisinde değil. Gerçek sorun benim kontrolsüz tüketimimi sorgulamamış olmam. Sakinleştiricilerimiz bizi ancak bu kadar sakinleştirebiliyor. Arzu her zaman daha çok arzuyu doğuruyor... Başarı, para kazanma ve daha çoğuna sahip olma mücadelesinin hüküm sürdüğü günümüz dünyasında aslında Amerikan Rüyası’nın bize söylediği şey, şişman, borç içinde, memnuniyetsiz, boş, izole ve boşlukları eşyalarla doldurmaya çalışan insanlar olduğumuz.”³¹³

Bu cümlelerde ifade edilen tablodan rahatsızlık duyarak harekete geçen kişiler, daha sakin ve daha sade bir hayatta çözüm aramaktadırlar. Hedonist anlayışlardaki hızın aksine sakinliği benimseyen minimalist anlayışı hayatlarına yansıtan bu ve

³⁰⁹ Cedric Vaneenoo, “Minimalism in Art and Design: Concept, influences, implications and perspectives”, *Journal of Fine and Studio Art* 2/1 (2011), 7-10.

³¹⁰ Renata Dopierala, “Minimalism - A New Mode of Consumption?”, *The Central European Journal of Social Sciences and Humanity* 4 (2017), 72; Başoğlu - Erim, *Sade*, 53.

³¹¹ Jonathan Haidt, *The Happiness Hypothesis: Finding Modern Truth in Ancient Wisdom* (Basic Books, 2006), 86.

³¹² Richard E. Lucas - Christie Napa Scollon, “Beyond the Hedonic Treadmill: Revising the Adaptation Theory of Well-Being”, *The Science of Well Being*, ed. Ed Deiner (Springer, 2009), 103.

³¹³ Millburn - Nicodemus, *Minimalizm: Geriye Kalan Her Şey*, 58.

benzeri kişiler, fazlalıklardan kurtularak yüklerinden hafıflemiş hissetmekte, bu hafıfliğin yansımalarını mânevî alanda da görmektedirler. Bu noktada minimalistler, asıl mutluluğun kaynağı olarak kişinin kendisine işaret ederler.³¹⁴ Bireyin kendi kendine yetmesiyle metalara daha az bağlanmanın gerçekleştiğini dile getirirler.³¹⁵ Kişide gerçekleşen bu gelişimlere ilâveten minimalizm, satın alma kararının başından sonuna kadar tüketim sürecinde bilinçli hareketi vurgulayarak sürdürülebilir yaşamın yeni bir paradigmasını oluşturmaktadır.³¹⁶ Metalara daha az bağlanma ile tüketim konusunda minimalizm, bilinçli bir tüketici meydana getirmektedir. Bu tüketici; ekolojik problemleri dikkate alan, herhangi bir şey satın alacağı zaman temel ihtiyaç olup olmadığı sorusunu kendisine soran, isteklerinin dürtüsüyle değil mantığıyla hareket eden, amaca dönük alışveriş yapan, çevre dostu ürünleri tercih eden, lüksten ve israftan uzak duran bilinçtedir.

Minimalizmin karşı çıktığı tüketim toplumunda sürekli yeni ihtiyaçlar yaratılır, günlük hayattaki memnuniyetsizliklere ve gerilimlere ilaç olarak alışveriş önerilir.³¹⁷ Bu öneriler, reklam, teknoloik içerik ve alışveriş merkezleri üzerinden gerçekleştirilerek üretilen yeni istekler zamanla normalleşerek tüketim toplumunda yer edinir.³¹⁸ Özellikle 20. yüzyıl sonrası yaygınlaşan kapitalist anlayışta, birey manipüle edilerek ihtiyaçları genişletilmiş, kişilerin harcama isteği pompalanarak tüketim sürekli artırılmaya çalışılmıştır.³¹⁹ Postmodern zamanda ortaya çıkmış aşırı tüketim toplumunun kapitalist sistem karşısındaki konumu, *tüketim köleliği ve gönüllü kölelik* kavramlarını ortaya çıkartmıştır. Gönüllü kölelikte, birey ve toplumların tüketim odaklı gruplara, imajlara, fikirlere ve markalara bağımlı hâle gelmesi söz konusudur. Tüketim farkındalığından habersiz bu tüketiciler, yalnızca tüketmekten haz alan gönüllü köleler olmuşlardır.³²⁰ Tüketimin bir yaşam tarzı olmasıyla bireyler,

³¹⁴ Kükrer, “Minimalizm Anlamlı Bir Yaşam mı?: Dünyada ve Türkiye’de Minimalist Pratikler”, 327.

³¹⁵ Osamu Iwata, “Attitudinal and Behavioral Correlates of Voluntary Simplicity Lifestyles”, *Social Behavior and Personality* 25/3 (1997), 223.

³¹⁶ Jiyun Kang vd., “Minimalism as a Sustainable Lifestyle: Its Behavioral Representations and Contributions to Emotional Well-being”, *Sustainable Production and Consumption* 27 (2021), 811.

³¹⁷ Zeynep Kaban Kadioğlu, *Tüketim İletişimi Süreçler, Algılar ve Tüketici* (İstanbul: Pales Yayınları, 2014), 15-18.

³¹⁸ Alan Durning, *Ne Kadarı Yeterli? Tüketim Toplumu ve Dünyanın Geleceği*, çev. Sinem Çağlayan (Ankara: Tübitak-Tema Vakfı Yayınları, 1997), 126.

³¹⁹ Erich Fromm, *Yeni Bir İnsan Yeni Bir Toplum*, çev. Necla Aral (İstanbul: Say Yayınları, 2019), 49-52; Conrad Lodziak, *İhtiyaçların Manipülasyonu: Kapitalizm ve Kültür*, çev. Berna Kurt (İstanbul: Çitlenbik Yayınları, 2003), 62-63.

³²⁰ Hatipler - Köksalan, “Gönüllü Kölelikten Gönüllü Sadeliğe”, 676.

kendi kimliklerini markalar üzerinden tanımlayarak³²¹ öz benliklerine güç, statü, saygı, anlam ve doyum kazandırmaya ve harcayarak özgürleştirici bir deneyim yaşamaya çalışmaktadırlar.³²² Özellikle günümüzde bir ürün ve hizmeti satın alırken bireyler, elde edecekleri faydadan daha çok çevreye vermek istedikleri mesaj ve imajı ön planda tutarak sosyal onay alma isteğiyle tüketmektedirler.³²³ Bu bireylerin oluşturduğu tüketim temelli toplumda ise tüketim, hayatı devam ettirmeye karşı kazanılan bir zafer ve salt tüketim bir amaç olarak benimsenir. Daha fazla tüketimin evrensel iyi görüldüğü tüketim temelli toplumda borç yapmak normaldir, kredi kartı ise daha fazla tüketebilmenin bir aracıdır.³²⁴ Tüketim, alışkanlık yapıcı özelliğiyle artarak devam eder, her lüks kısa zaman içinde ihtiyaç hâline gelir ve ardından yeni bir lüks arayışına girilir.³²⁵ Sahip olunanların kanıksanıp normalleşmesiyle, o sahiplikler daha az değerli hâle dönüşür. Bunun peşi sıra her seferinde daha fazla tüketim ise kişinin keyif alma kapasitesini köreltir.³²⁶ Bu özelliklere sahip bireylerin oluşturduğu tüketim temelli toplumdaki bireyin sınırsız ve doyurulmaz ihtiyaçları devamlı daha çoğunu ister, bu durum tüketim toplumunda normal kabul edilir.³²⁷ İnsanın arzuları sonsuza kadar artabilme potansiyelindeyken tüketim, bu sonsuz arzuları tatmin etmekten aciz kalmaktadır. Sonu gelmeyen bir biçimde daha çoğunu isteyen ve elde eden insanlar ise daha çok mutlu olmamaktadırlar. Araştırmalar tüketim ile kişinin sahip olduğu mutluluk arasındaki ilişkinin zayıflığını ortaya koymaktadır.³²⁸ Bu özellikleriyle öne çıkan tüketim toplumunda, bireycilik ön planda

³²¹ Michael R. Solomon, *Tüketici Krallığının Fethi, Markalar Diyarında Pazarlama Stratejileri*, çev. Selin Çetinkaya (İstanbul: Mediacat, 2003), 16.

³²² Marius De Geus, "The Transition to Green Lifestyles Based on Voluntary Simplicity: The Difficult Road Towards Enjoyable, Graceful and Sustainable Lifestyles", *Advances in Sustainability and Environmental Justice* 13 (2013), 38.

³²³ Nilgün Köksalan, "Tüketim Kültürünün Yaygınlaşmasında Sosyal Onayın Rolü: Kavramsal Bir İnceleme", *Meriç Uluslararası Sosyal ve Stratejik Araştırmalar Dergisi* 5/12 (2021), 36.

³²⁴ Paul Ransome, *Work, Consumption & Culture: Affluence and Social Change in the Twenty-First Century* (London: Sage Pub, 2005), 179.

³²⁵ Durning, *Ne Kadarı Yeterli? Tüketim Toplumu ve Dünyanın Geleceği*, 26.

³²⁶ Başoğlu - Erim, *Sade*, 126.

³²⁷ Yavuz Odabaşı, *Tüketim Kültürü-Yetinen Toplumdan Tüketen Topluma* (İstanbul: Sistem Yayıncılık, 2006), 28-29.

³²⁸ Durning, *Ne Kadarı Yeterli? Tüketim Toplumu ve Dünyanın Geleceği*, 7, 24; Kirk Warren Brown - Tim Kasser, "Are Psychological and Ecological Well-Being Compatible? The Role of Values, Mindfulness and Lifestyle", *Social Indicators Research* 74/2 (2005), 350.

tutulmakta, tüketim için tüketim zihniyeti hüküm sürmekte ve bunun neticesinde çevresel, toplumsal ve etik boyutlarıyla birçok problem meydana gelmektedir.³²⁹

Zikredilen bu özelliklere sahip tüketim toplumunda kişileri tüketime sevkeden güdüler: yalın ihtiyaçlar, sosyalleşme güdüsü, kendini ifade etme güdüsü, tüketim zorlayıcıları, öğrenilmiş tüketim güdüleridir. Kişilerin yaşamını sürdürebilmesi için gerekli olan ihtiyaçlar *yalın ihtiyaçlardır*. *Sosyalleşme güdüsü*yle kişi aslında tercihini yaparken ait olmayı arzuladığı sosyal sınıfların tüketim biçimine yakın bir tercih yapar. Bu şekilde, toplumda ulaşmak istediği kimliğe tüketim yoluyla erişmeye çalışır. Kişinin dış görünüşü, yaşadığı ev, kullandığı araba, telefon veya diğer eşyaları satın alırken yaptığı tercihler aslında toplumda dâhil olmak istediği grupla alakalıdır. Kişinin tüketirken göstermek istediği kişilikle ilintili tercihler yapması *kendini ifade güdüsü*yle ilgilidir. İnsanlar genelde olduğu gibi değil, olmak istediği gibi görünmek isterler. Firmalar da insanlardaki bu güdülerini fırsata çevirip ürünlerine anlam yükleyerek pazarlama ve reklam yoluna giderler, bu ise *tüketim zorlayıcıları* güdüsüdür. Bu güdülerin yönlendirmesiyle kişiler, bir pantolon, saat ya da çantayı satın aldıklarında gerçekte öyle olmasalar da daha zengin, daha havalı, entelektüel ya da çevreci göründüklerini düşünmektedirler.³³⁰

Tüketim, ekonomik bir kavram olmasının yanında diğer taraftan sosyal ve kültürel bir süreçtir. Gösterge ve semboller ile algı yaratılarak kişilerin tüketim davranışlarına yön verilmektedir. Yaşadığımız zaman dilimi *gösteri toplumu* olarak adlandırılmış, yaşanan her şeyin bir gösteriye dönüştüğü, metanın toplum hayatını bütünüyle işgal etmeyi başardığı bir zaman olarak tanımlanmıştır. Gösteri toplumunda, metayla kurulan ilişki dışındaki şeyler görülmez olur. Yine gösteri toplumunda, gündelik yaşama imajlar sokularak kişiler manipüle edilir. Kişilerin arzuları, imajlar üzerinden devamlı işlemekten geçirilir. Bu manipülasyonla kişiler, arzularını yine imaj ile tatmin etmeye çalışır.³³¹ Dolayısıyla gösteri toplumu, kişilerin kendi görüntüsüne âşık olduğu bir toplum hâline gelir. Kendi dış görüntüsünü diğerleri

³²⁹ Esmâ Betül Buğday - Müberra Babaoğlu, “Bilinçli Tüketim Kavramının Boyutları: Bilinçli Tüketim Davranışının Yeniden Tanımlanması”, *Sosyoekonomi* 24/30 (2016), 190.

³³⁰ Zeynep Kaban Kadioğlu, “Kitle İletişim Araçlarının Şekillendirdiği Sosyal Kimlikler ve Aidiyet Duygusu Ekseninde Tüketici Davranışları”, *İstanbul Üniversitesi İletişim Fakültesi Dergisi* 45 (2013), 101, 106.

³³¹ Guy Debord, *Gösteri Toplumu ve Yorumlar*, çev. Ayşen Ekmekçi - Okşan Taşkent (İstanbul: Ayrıntı Yayınları, 1996), 13, 27, 118.

için kurgulayan birey, diğer gösteri öznelere de gözetlemeye devam eder.³³² Gelineen noktada adeta bir gösteriye dönüştürülen bu hayatın kendisi sahnelenmektedir. Doğallık ve sadeliğe yer olmayan bu sahnedeki her oyuncu kendisini olduğundan çok daha iyi sunmanın derdindedir. Kendini göstermek ve sunmak için başvuru yollarının ilki ise aşırı tüketim olmaktadır. Bu durumun karşısına yerleştirilebilecek minimalist anlayışta ise her türden aşırılığa itiraz edilerek yalınlık, sadelik ve doğallık öne çıkarılmaktadır.

Sembolik,³³³ hazzı,³³⁴ gösterişçi³³⁵ ve kompulsif tüketim³³⁶ karşı olan minimalist anlayışta önemli olan ölçü ve dengedir. Bu yaşam tarzını tercih edenlerin

³³² Olkan Senemoğlu, “Tüketim, Tüketim Toplumu ve Tüketim Kültürü: Karşılaştırmalı Bir Analiz”, *İnsan & İnsan* 4/12 (Bahar 2017), 81.

³³³ Sembolik tüketim, ürünlerin taşıdıkları sembolik özelliklere göre değerlendirilerek satın alınması ve tüketilmesidir. Bu tüketim biçiminde tüketiciler, ürünleri satın alırken fiziksel ihtiyaçlarına ilâveten psikolojik ve sosyal ihtiyaçlarını da gidermek isterler. Bu anlayışla tüketiciler, benlik kavramına uygun imaja sahip ürünleri satın alma eğiliminde hareket ederler. Dolayısıyla tüketim, kim olduğumuzu sembolize etmenin bir yolu olur. Bunun yanında sembolik tüketim, tüketicinin kimliğini yansıtmaya, sosyal varlığını oluşturmaya ve korumasına, statü ve sosyal sınıfını belirlemesine yönelik bir tüketim çeşididir. Arzu Azizağaoğlu - Remzi Altunışık, “Postmodernizm, Sembolik Tüketim ve Marka”, *Tüketici ve Tüketim Araştırmaları Dergisi* 4/2 (Aralık 2012), 35; Odabaşı, *Tüketim Kültürü-Yetinen Toplumdan Tüketen Topluma*, 85.

³³⁴ Değişen algıyla birlikte tüketim ve alışveriş varolma ya da ihtiyaçları gidermek için değil hayattan zevk ve hazzı alma amacıyla gerçekleştirilmektedir. Günümüz tüketicisi, romantik duyguların ve güdülerinin etkisiyle tüketmektedir. Odabaşı, *Tüketim Kültürü-Yetinen Toplumdan Tüketen Topluma*, 112; Nahit Erdem Köker - Deniz Maden, “Hazzı ve Faydacı Tüketim Bağlamında Tüketicinin Ürün Temelli Yenilikçiliği Algılaması: Ampirik Bir Araştırma”, *İşletme Araştırmaları Dergisi* 4/2 (2012), 100.

³³⁵ Veblen’in ürettiği isimlendirmeye aylak sınıfın (ekonomik özelliği çalışmamak olan ve vaktini üretken olmak için kullanmayanların) elinde biriken varlık, bu sınıfı el ile iş görmek mecburiyetinden kurtarmıştır. Bu sınıfa ve varlığa sahip olmak şerefli bir durum olarak kabul edilir. Aylak sınıf sahip olduğu bu şerefi, varlığı ve gücü farklılaşmış bir tüketim şekliyle gösterir, işte bu gösterişçi tüketimdir. Gösterişçi tüketimde varlığın ekonomik olmayan bir biçimde harcanması söz konusudur ki bu harcama aylak sınıfın statüsünü ifade eder. Dolayısıyla bu üst sınıf, boş zaman aktiviteleriyle üretmeyip sadece tüketir ve çalışmak mecburiyetinde olan toplumun diğer kesimlerinden kendisini farklılaştırır. Torstein Veblen, *Aylak Sınıfın Teorisi*, çev. Zeynep Gültekin - Cumhur Atay (İstanbul: Babil Yayınları, 2005), 67-70; Yeliz Sarıöz, “Aylak Sınıfın Teorisi”, *Ekonomik Yaklaşım* 16/55 (2005), 125; Cansu Güleç, “Thorstein Veblen ve Gösterişçi Tüketim Kavramı”, *Erciyes Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi* 1/38 (2015), 71.

³³⁶ Kompulsif satın alma, bireyin genellikle stres ve kaygı gibi duyguları azaltmak amacıyla dürtüsel biçimde satın alma güdüsünü hissedip denetleyememesi neticesinde meydana gelen, kronik ve tekrarlayan, kişiyi ekonomik yönden zor duruma sokan bir bozukluktur. Bu bozukluğa; düşük benlik saygısı, depresyon, utanma eğilimi, paraya karşı olumlu tutum, takıntılı davranış eğilimi gibi haller sebep olmaktadır. Bu kişiler, satın alma güdülerini tatmin etmek amacıyla bir mağazaya girdiklerinde ne alacaklarını bilmeden hareket ederler. Satın alma eyleminin ardından bu kişilerde çoğunlukla bir rahatlama ve gerginliğin kaybolduğu görülür. Bu kişilerin bir kısmındaysa uyuşturucu madde kullanmaya benzer bir hazzı yaşanır. Bir süre sonunda bu hazzın geçmesinin ardından ise pişmanlık, üzüntü hatta suçluluk duyguları hissedilir. Bu bozukluk daha çok parayı, sevginin eşdeğeri gibi görüp çocuklarının isteklerini maddiyatla giderebileceğini düşünen yüksek sosyoekonomik seviyedeki ailelerde gözlenir. Lut Tamam vd., “Kompulsif Satın Alma: Bir Gözden Geçirme”, *Türk Psikiyatri Dergisi* 3/9 (1998), 224-227; Filiz Eroğlu, “Kompulsif Satın Alma: Kişisel Faktörler, Postmodern

birçoğunda materyalizm ve tüketim kültürünün reddi açıkça görülmektedir. Bu noktaya ilgili olarak minimalist yaşam tarzının önemli katkılarından bir diğeri ise bir şeyler satın almanın duygusal sebepleri üzerine durup düşünmeyi sağlamasıdır.³³⁷ Bu sorgulamanın neticesinde minimalistlerden, artık eğlence amaçlı alışveriş yapmadıklarını, amaçlı, stratejik ve iyi araştırılmış alışveriş gerçekleştirdiklerini dile getirenler mevcuttur.³³⁸ Zaman içerisinde her minimalistin kendisine uygun, makul ölçü ve dengeyi bulacağı ifade edilen bu akımda gereksiz fazlalıklardan kurtulmak esastır.³³⁹ Yoksa teknolojiden tamamen uzak kalma, yoksul bir hayat sürmek amaç değildir. Daha az tüketim, alışveriş sürecinde bilinçli hareket ederek çevreye zarar vermemeyi, dost teknolojileri kullanmayı ve sade yaşam ile mutluluğu keşfetmenin mümkün oluşunu dile getirmektedir.³⁴⁰

Minimalist anlayışta, günümüz insanının tüketim davranışının daha çok ihtiyaçtan değil de birtakım psiko-sosyal sebeplerden kaynaklandığına yapılan vurgu dikkat çekmektedir. Kişi içindeki “boşluk duygusu”nu alışveriş yaparak doldurmaya çalışır ancak bu çözüm arayışı bir anlığına işe yarar. Yeni bir şey alındığında salgılanan dopamin artışı, paketin açılmasıyla sona erer. Dolayısıyla tüketmenin, uzun süreli ve anlamlı bir mutluluğu sağlamadığı minimalist anlayışta ısrarla dile getirilmektedir.³⁴¹ Satın almanın hızla uçup giden mutluluk hissine karşın yeni ve sıradışı deneyimlerin beynimizde uzun süreli duygusal bağlantılar yaratarak üzerinden süre geçse de mutluluk hissini devam ettiği belirtilmektedir.³⁴² İşte bu sebeplerle minimalist yaşam tarzında deneyim ve anıların maddî sahipliklerden çok daha önemli ve anlamlı olduğunun altı özellikle çizilmektedir.

Görüldüğü üzere tüketim toplumunda mutluluk ve tatmin hissi, maddî sahiplikler ve konfor üzerinden gerçekleştirilmeye çalışılmaktadır. Ancak

Tüketim Şekilleri ve Reklama Karşı Tutumun Rolüne Yönelik Bir Araştırma”, *Balıkesir Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi* 35 (2016), 254.

³³⁷ Aston Sanderson, *Minimalist Yaşam-Evinizi, İş Hayatınızı & Dijital Hayatınızı Derleyip Toplayın*, çev. Mehmet Korkmaz (Malatya: Park Yayınları, 2018), 48.

³³⁸ Lloyd - Pennington, “Towards a Theory of Minimalism and Wellbeing”, 126; Başoğlu - Erım, *Sade*, 117-121.

³³⁹ Dopierala, “Minimalism - A New Mode of Consumption?”, 69.

³⁴⁰ Alexander, “The Voluntary Simplicity Movement: Reimagining The Good Life Beyond Consumer Culture”, 4.

³⁴¹ Sanderson, *Minimalist Yaşam*, 12.

³⁴² Başoğlu - Erım, *Sade*, 125.

gerçekleştirilmek istenen hedefe bu yolla varılamadığını söylemek mümkündür. Çünkü insanların istekleri sınırsızdır ve mutluluk maddiyatta değildir. Minimalist tüketim anlayışında tüketim, bir amaç olarak değil araç olarak işleve sahiptir ve hayatta, tüketmekten daha anlamlı ve değerli gâye ve ideallerin olduğuna dikkat çekilir. Tüketimin azaltılmasıyla kişi, hayattan mahrum hâle gelmez aksine hayatın anlamlı ve keyif veren yönlerini keşfetme fırsatı yakalar. Aile bireyleri ve diğer insanlarla daha anlamlı vakit geçirmeye, ibadet etmeye, doğayla baş başa kalmaya, tiyatro, spor, dans, müzik gibi sanatsal ve yaratıcı etkinliklere, kişisel gelişime, eğitim faaliyetlerine yönelmeye zaman, enerji ve maddiyat imkânı bulur.

2.4. HAYATI ANLAMLI YAŞAMA YÖNÜYLE MINİMALİZM

Minimalizm, kişilerin yaşamına dair uygulamalar önermenin yanında felsefi/zihinsel bir yöne, hayatı anlamlandırma sürecine davet eden bir bakış açısına da sahiptir.³⁴³ Bu yaşam biçiminin hedefi, yalnızca eşyaları azaltmak değildir. Kişinin hayatında neyin daha önemli olduğunu bulmayı sağlayan, dikkat dağıtıcıları ortadan kaldıran bireysel bir yöntemdir.³⁴⁴ Yine kişiye, fazlalıklardan sadeleşerek hayattaki anlamsız ve gereksiz hususlarda enerji kaybetmek yerine tutku duyduğu, hakikaten umursadığı meselelere yoğunlaşma imkânı vermektedir.³⁴⁵ Bu yöntemi tercih eden bireyler, yaşamlarının daha fazla farkına vardıklarını, değerleri dikkate alarak yaşadıklarını, aile ve arkadaşlarıyla daha kaliteli zaman geçirdiklerini, ekolojiye daha dikkat eder olduklarını, maddi nesnelerden daha çok deneyimlere para sarfettiklerini ifade etmektedirler.³⁴⁶ Minimalizm denince günümüzde akla gelen ilk isimlerden olan Millburn ve Nicodemus ikilisi, kitaplarında minimalizmin kendilerine şu konularda yardımcı olduğunu ifade etmektedirler: Zamanı geri almak, fazlalıklardan kurtulmak, yaşamdan zevk almak, yaşamdaki anlamı bulmak, anı yaşamak, önemli olana odaklanmak, tutkuların peşinden gitmek, mutluluğu bulmak, özgürlüğü yaşamak, daha fazla üretip daha az tüketmek.³⁴⁷ Bunlara ilâveten ruhsal ve entelektüel tarafları da içine alan kişisel gelişim, ekolojik farkındalık, yaşamı daha fazla kontrol edebilme,

³⁴³ Anguiano, *Minimalism: A Study of Motivation and the Effects on Behavior and Attitudes*, 4.

³⁴⁴ Sanderson, *Minimalist Yaşam*, 47; Millburn - Nicodemus, *Minimalizm: Geriye Kalan Her Şey*, 90; Başoğlu - Erim, *Sade*, 51; Sasaki, *Sadeleş Rahatla*, 31; Becker - Stanford, *Minimalist Ev*, 21.

³⁴⁵ Millburn - Nicodemus, *Minimalizm: Geriye Kalan Her Şey*, 71; Sanderson, *Minimalist Yaşam*, 18.

³⁴⁶ Lloyd - Pennington, "Towards a Theory of Minimalism and Wellbeing", 126.

³⁴⁷ Millburn - Nicodemus, *Minimalizm: Anlamlı Bir Yaşam*, 39.

kendine zaman ayırma, sağlığa olumlu etki, ilişkilerin iyileşmesi gibi değişimler de sade yaşamın kişilere kattıklarındandır.³⁴⁸ Burada toplu biçimde de ifade edildiği üzere minimalizm, yalnızca eşyayı azaltmaya dönük yani nesne boyutunda kalan bir anlayış değildir. Arka planda kişinin gelişimine katkı sunan psikolojik ve zihinsel boyutlu getirilere de sahiptir.

İnsan yaşamında minimalist anlayışın ilkeleri dikkate alındığında bu sadeleşmenin içsel zenginleşmeyi sağladığı düşünülmektedir.³⁴⁹ Asgari eşya ile yaşamının kendi gerçek kimliğine dönmeyi sağladığını ifade eden minimalistler vardır. Bu şekilde öncelik ve değerlerin farkında olarak kaliteli bir hayat yaşamaya yardımcı olduğu belirtilen minimalizmin, zihinde alan yaratarak, farkındalığı kolaylaştırdığı, düşünmeye ve tecrübe edilen her bir şeyin tadını çıkarmaya yardımcı olduğu belirtilmektedir. Minimalizmi tecrübe eden kimseler, zihinlerinde açılan bu alanın; açık fikirlilik, netlik ve hafiflik hissi olarak hayatlarına tesir ettiğini ifade etmişlerdir. Kişinin dış dünyasında olup bitenlerin zihinsel alanına yani iç dünyasına yansıdığını aynı şekilde içteki dünyanın da dış dünyalarını etkilediğini belirtmişlerdir. Bu duruma örnek olarak; darmadağın bir ev, kaotik bir zihnin sonucu olarak meydana gelmiştir denebilir. Minimalizm ise bu karmaşaya bir son verip kişinin hem dış hem iç dünyasında bir alan yaratmıştır.³⁵⁰ Kişi, çevresindeki dikkat dağıtıcı fiziksel şeyleri ortadan kaldırdığında zihinsel, duygusal, psikolojik ve ruhsal temizlenme süreci işlemeye başlamıştır.³⁵¹ Bu yaşam tarzının kişiye kattığı bir diğer artı ise karar verme yetisinin gelişmesidir. Bu gelişme bir yönüyle sade ve her şeyin yerli yerinde olduğu bir ortamın içinde bulunmaktan kaynaklanmaktadır. Diğer bir yönü ise sadeleşirken ve eşyaları düzene koyarken, karar verme yetisini geliştirmekle ilgilidir.³⁵²

Minimalist anlayışın itiraz ettiği hâl şudur: İnsanların çoğu, kendi kıymet ve değerini diğer insanlara karşı sahip olduğu nesneler üzerinden ispat etmenin peşindedirler. Aslına bakılacak olursa her insan, elinde herhangi bir maddî nesne olmadan dünyaya gelmiştir. Kişinin değeri, sahip olduklarının bir toplamı değildir,

³⁴⁸ Stacey Ann Rich vd., “Fact or Fable: Increased Wellbeing in Voluntary Simplicity”, *International Journal of Wellbeing* 7/2 (2017), 64-65.

³⁴⁹ Seda Taş, “Tüketim Karşıtı Yaşam Tarzları: Freeganizm, Gönüllü Sadelik ve Minimalizm”, *Toplum ve Kültür Araştırmaları Dergisi* 6 (2020), 39.

³⁵⁰ Lloyd - Pennington, “Towards a Theory of Minimalism and Wellbeing”, 126-128.

³⁵¹ Millburn - Nicodemus, *İnsanları Sev Eşyaları Kullan*, 124.

³⁵² Kondo, *Hayatı Sadeleştirmek İçin: Derle, Topla, Rahatla*, 204.

doğduktan sonra edinilen sahiplikler, kişiyi hayatta kısa dönemler mutlu edebilir. Gereksiz objeler ise kişinin enerji, zaman ve özgürlüğünü emer.³⁵³ Kişiyi tüketen bu fazlalıklardan kurtulan birey, aslında kontrolsüz büyümenin çelişkilerini ortaya koyarak emek ile zamanını tüketmek yerine doğa, insanlık, kültür ve sanatı korumaya odaklanmanın değerini ortaya koymaktadır. Dolayısıyla minimalizmdeki küçülme, “sınırsız hırsı temsil eden büyümenin karşısında sadeleşme istencine karşılık gelmektedir.”³⁵⁴ Sadeleşme sürecinde *kiracı zihniyeti* ile hareket etmenin işe yaradığı düşünülmektedir. *Sahiplik zihniyetinin* karşısına konumlandırılan kiracı zihniyetinde, mülkiyetin yanlış bir kesinlik duygusu olduğu, her türden sahipliklerin, ilişkilerin ve hatta dünyada geçirilen zamanın kiralık kategorisinde olduğu vurgulanmaktadır. Bu biçimde bir düşünce ile satın alınan her ürünün yalnızca bir ödünç olduğu fark edilerek eşyanın yüzeysel cazibesi olması gereken seviyesini korumuş olur. Böylece de satın alınan şeyleri kaybetme korkusu ortadan kalkacaktır.³⁵⁵ Bu tarz bir düşünceyle eşyaya kalıcı bir değer atfedilmez ve minimalist, hemen her konuda kendisine; “Bu şey benim hayatıma bir değer katıyor mu?” sorusunu sormaya başlar. Bu soruyu sosyal ilişki, internet kullanımı ve beslenme gibi hayatındaki abartmaya müsait hemen her alanda sorar.³⁵⁶

Minimalistler bu yaşam tarzıyla birlikte, paraya dair algı ve düşüncelerinin de değiştiğini ifade etmektedirler. Minimal hayat öncesinde hep daha fazlasını kazanabilmek adına daha çok çalıştıklarını, sağlıklarını riske attıklarını, ailelerini ihmal ettiklerini yani hayatı ertelediklerini dile getirmektedirler. Değişen yaşam biçimleriyle birlikte hayata ve maddiyata bakış açılarının da değiştiğini dile getirerek, para harcayacakları zaman, “Bu benim özgürlüğüme değer mi? Satın almak üzere olduğum bu şey mi yoksa özgürlüğüm mü hayatıma daha çok değer katacak?” sorularına cevap arayarak hareket ettiklerini ifade etmektedirler. Böylelikle paralarını boş yere harcamadıklarını ve paranın peşinden koşmak zorunda kalmadıklarını, eskisi kadar paraya ihtiyaç duymadıklarını aktarmaktadırlar.³⁵⁷ Yine minimal hayatı tecrübe

³⁵³ Sasaki, *Sadeleş Rahatla*, 19, 53.

³⁵⁴ Demir, “Tüketimcilik Karşısı Küresel İnsiyatif ve Manifestolar: Gerekler, Gerekçeler, Gerçeklikler”, 197.

³⁵⁵ Sanderson, *Minimalist Yaşam*, 37.

³⁵⁶ Millburn - Nicodemus, *Minimalizm: Geriye Kalan Her Şey*, 92.

³⁵⁷ Millburn - Nicodemus, *Minimalizm: Geriye Kalan Her Şey*, 127; Başoğlu - Erim, *Sade*, 126-127.

edenlerden bazıları da dünyevî isteklerinin azaldığını, önceden çok miktarda kıyafetleri olmasına rağmen tatmin duymadıklarını, devamlı giyecek yeni bir şeyler arzuladıklarını dile getirmektedirler.³⁵⁸ Minimalist yaşam biçimini tecrübe edenlerin bir kısmının hayatlarında yaşadıkları bu değişim, maddeye yani dünyaya verilen değer değişimi ile ilgili bir durumdur. Satın almayı azaltmakla beraber, elde olanın kıymetinin farkına varmak (sahip olunan şeyi takdir etmek) minimalist anlayışta önemli bir yere sahiptir. Bu farkına varış için ise bazı yöntemler geliştirilmiştir. “Olumsuz görselleştirme” adımıyla kişi, sahip olduğu bir eşyayı kaybettiğini ve o eşyanın olmadığını hayal ederek o eşyanın hayatındaki yerini keşfetmeye çalışır. “Farkındalık” aşaması ile anda kalma ve beş duyudan gelen hislerin üzerine düşünme kastedilmektedir. “Minnettarlık” ise hayatta sahip olunan noktalardan hangilerine minnettarlık duyulduğunun yazılması tekniği, genel ruh hâli ile mutluluğa katkı sunmakla ilgilidir.³⁵⁹ Geliştirilen bu ve benzeri yöntemlerle minimalistler, yaşadıkları hayatın farkında olarak ve tatmin duyarak maddî değil mânevî doyum duymanın peşindedirler.

Minimalistlerin maddeye bakışına “Daha azın peşinden gitmek, daha fazlanın peşinden gitmekten daha zevkli ve tatmin edicidir.”³⁶⁰ cümlesi örnek verilebilir. Joshua Becker burada, minimalist yaşam tarzını tercih etmesinin ardındaki mantığı ifade etmiş olmaktadır. Belki buraya “ve daha az yorucu” ifadesini de eklemek mümkündür. Çünkü “fazlanın” “daha fazlası” ve “çok daha fazlası” hep vardır ve bunun sonu da yoktur. Durum böyleyken “yeterli olan” ile yetinmek hem kolay ve hem de daha az yorucu olmaktadır.

Bu yaşam tarzını benimseyenlerin bir kısmına göre minimalizmdeki kısıtlamaların aslında önemi, kişinin özgürlüğünü elde etmesine yardımcı olacak bir araç olmasında saklıdır. Kişinin maddî dayatmalardan ötürü yaşadığı korku, endişe, baskı, suçluluk, depresyon ve bir anlamıyla kölelikten kurtularak gerçekten özgür olmasını sağlayacak bir araçtır. Bu özgürlüğü elde etmelerinin ardından Millburn ve Nicodemus, daha anlamlı bir hayat yaşamalarını sağlayan beş değeri; sağlık, ilişkiler,

³⁵⁸ Kondo, *Hayatı Sadeleştirmek İçin: Derle, Topla, Rahatla*, 221.

³⁵⁹ Sanderson, *Minimalist Yaşam*, 28-32.

³⁶⁰ Millburn - Nicodemus, *Minimalizm: Geriye Kalan Her Şey*, 73.

tutkular, gelişim ve katkı olarak özetlemektedirler.³⁶¹ Yine bu yaşam tarzının, insanlara gönül ferahlığı hissettirdiği de aktarılanlar arasındadır.³⁶²

Bu getirilere ilâveten; minimalist kişiler üzerinde yapılan bir araştırmada³⁶³ bu yaşam tarzının kişilere sağladığı faydalar temel ve alt temalar olarak şöyle ifade edilmektedir: Özerklik (özgürlük/özgürleşme, değerlere uyum, özgünlük), yeterlilik (daha az stres ve kaygı), zihinsel alan yaratma (zihinsel alan, enerji tasarrufu, iç ve dışın birbirine yansımaları), olumlu duygular (neşe, sevinç, huzur). Buradaki özerklik, kişinin benlik duygusuyla uyumlu olan kendi davranışını kendisinin seçmesi anlamında kullanılmıştır. Yeterlilik ise kişinin kendisini, kendi özü ile çevresinde etkin ve yetkin hissetmesidir. Kişi kendi işleri üzerinde kontrol sahibi olduğunda çevreden dolayı yaşadığı kaygı ve strese azalma yaşamaktadır. Kaygı ve stresi azaltan bir diğer faktör ise yaşam alanlarındaki dağınıklığın ortadan kalkmasıyla bunalmışlık ve rahatsızlık hissinin de azalması olmuştur. Bu sayede zihin, daha az seçim yapmak durumunda kalmakta, önemsiz meselelerle meşgul olmak zorunluluğundan kurtulmaktadır. Dolayısıyla zihinsel enerji korunmakta gereksiz yere sarf edilmemektedir. Fazlalıklardan arınarak meydana gelen zihinsel alan; düşünme, yeni anlayışlar geliştirme, öğrenme için ideal hâle gelmektedir.³⁶⁴

Buraya kadar anlatılanlardan minimalizmin, kişinin ökonomik mutluluğu elde etmesine katkı sunduğu söylenebilir. Hayatın derin anlamının farkında olarak, tatmin edici ve dolu bir hâlde yaşama anlamıyla *ödonomik mutluluk*, gelişim ve anlam odaklı bir bakış açısıdır.³⁶⁵ Bu bağlamda minimalizmde kişilerin eşyadan/maddeden arınmasıyla mânevî/rûhî tarafa alan açılımı, hayatı daha anlamlı meşguliyetlerle geçirme fırsatı (hem zihnen hem de zaman açısından), yaşam doyumu ve anlamlılık söz konusu olmaktadır.

³⁶¹ Millburn - Nicodemus, *Minimalizm: Anlamlı Bir Yaşam*, 38, 43.

³⁶² Kondo, *Hayatı Sadeleştirmek İçin: Derle, Topla, Rahatla*, 220.

³⁶³ Kasey Lloyd - William Pennington, "Towards a Theory of Minimalism and Wellbeing", *International Journal of Applied Positive Psychology* 5 (2020).

³⁶⁴ Lloyd - Pennington, "Towards a Theory of Minimalism and Wellbeing", 125,127,128.

³⁶⁵ Ali Murat Alparslan vd., *Mutlu Eden Yöneticiler: Pozitif Psikoloji Bağlamında Araştırmalar ve Öneriler* (Ankara: Nobel Akademik Yayıncılık, 2020), 14.

2.5. GÜNLÜK YAŞAM PRATİKLERİ YÖNÜYLE MİNİMALİZM

Minimalizm akımının günlük yaşam pratikleri üzerine sunduğu uygulama ve yönlendirmeler bu akımın önemli bir kısmını oluşturmaktadır. Zaten büyük oranda popülerliğini günlük yaşama dair çözüm önerileri ve tavsiyelerinden almaktadır. Bu tavsiyeler, kişilerin yaşam kalitelerini artırmak amacıyla sağlıklı beslenme, boş vakitlerde yapılacak aktiviteler, seyahat, hijyen, kişisel gelişim vb. çok çeşitli alanları kapsamaktadır.³⁶⁶

Çağdaş yaşam detoksu da denilebilecek minimalizm, kişilerin sahip oldukları eşyaları mümkün olan en alt seviyeye indirme konusunda ısrar ederek öz disiplin ve irâde kavramlarını da gündeme getirir. Öyle ki kişi, temel ihtiyaçların haricindeki gereksiz tüm fazlalıklardan kurtulduğunda gerçekten gerekli olanın farkına varabilecek, kendisini hafiflemiş ve daha özgür hissedecektir. Fazla eşya ve kalabalıklar ise israf ve kafa karışıklığına ardından da kişinin mutsuzluğuna sebep olacaktır. Bunun aksine daha az eşyaya sahip olmak ise bilinenin aksine mutluluk verici bir özelliğe sahiptir.³⁶⁷ Sade bir hayatın mutluluk verici olması, kişinin dinlenmesine daha çok alan açmasıyla da ilgili olabilir. Minimalist bir evin sakinlik, huzur, dinginlik ve gevşemeye daha elverişli olduğu dolayısıyla da rahat bir uyku uyumayı kolaylaştırdığı dile getirilmektedir.³⁶⁸ Bu açılardan ele alınıp değerlendirildiğinde minimalist yaşam tarzının, daha sakin, dingin, hafif ve özgür hissetmeye yardımcı olabileceği söylenebilir. Dolayısıyla minimalizmin savunduğu yaşam pratiklerinin yerine getirilmesiyle gerçekleştirmek istediği amaç, kişinin hayatını toplumun dayatma ve beklentisiyle yaşaması değil, sahip olduğu öz potansiyelin açığa çıktığı anlamlı bir hayattır.

2.5.1. Yaşam Alanında ve Eşyada Minimalizm

Minimalizmin günlük yaşam uygulamalarında en fazla öne çıkarttığı noktalardan biri *evi sadeleştirme* ve *düzenlemedir*. Minimalistlerin büyük bir kısmı ergonomik ve işlevsel eşyaları tercih ederek, niceliğin değil niteliğin peşine düşer.

³⁶⁶ Köksalan, “Minimalist Tüketim”, 639.

³⁶⁷ Babauta, “On Minimalism” (20 Eylül 2023); Sasaki, *Sadeleş Rahatla*, 11; Dana W. Logan, “The Lean Closet: Asceticism in Postindustrial Consumer Culture”, *Journal of the American Academy of Religion* 85/3 (2017), 604-610; Sanderson, *Minimalist Yaşam*, 9.

³⁶⁸ Becker - Stanford, *Minimalist Ev*, 86.

Lüks bir yaşamdan ziyâde sade fakat kaliteli bir hayatı daha kıymetli bulurlar.³⁶⁹ Eşyanın azaltılması, yaşam alanındaki karışıklığın giderilerek düzenleme mecburiyetini ortadan kaldıran temel ve kesin bir çözümü olmaktadır. Çünkü eşya ile dolu bir ortam ne kadar düzenli olursa olsun bir süre sonra karışıklığın meydana gelmesi kaçınılmazdır. Minimalistlere göre ise ev düzeniyle psikolojik, sosyal ve hatta bedensel durumlar arasında bir ilişki vardır. Kişinin yaşadığı odası, evi ya da iş yeri temiz ve dağınıklıktan uzak olduğunda kişi, ruhuyla yüzleşmek ve görmezden geldikleriyle baş etmek durumunda kalır. Fazlalıklardan arınma süreci sonucunda mekân nasıl toksinlerden arınıyorsa kişinin bedeni de bu toksinlerden arınma etkisini yaşamaktadır. Bu durum, sade ve düzenli bir yaşam alanının daha temiz ve daha taze bir havaya sahip olacağıyla ilişkilendirilebilir.³⁷⁰ Böyle sade bir ortamda yaşamak, kişiyi özgürleştirdiği gibi esnek ve daha hafif hissetmeye de sebep olacaktır. Şöyle ki tıka basa dolu ve karışık bir odada uyanmak kişinin ağır ve tembel hissetmesine sebep olacakken ferah ve toplu bir ortamda uyanmak ise hafif ve enerjik hissetmeye sebeptir.³⁷¹ Böyle bir ev ortamı kişi için ilham verici olmakla beraber, yorgun bir günün sonunda böyle bir ortama dönmek ise mutluluk ve huzur vericidir.³⁷² Bazı minimalistlerin evini düzenlemesi sebebiyle yaşamının ve ruhunun düzene girdiğini, hayatının değiştiğini anlatan örnekler hayli fazladır. Evindeki karmaşıklığı giderip sade bir düzene kavuşan minimalistlerden kimisi hayalindeki işi kurmuş, kimi kilo vermiş, kimi ailesiyle daha sıkı bir bağ kurmuş, kimi daha berrak bir cilde kavuşmuştur, kimisi ise boşanıp daha mutlu olduğu yeni bir hayat kurmuştur.³⁷³

“Minimalizm bir şeyin eksikliği değildir, yalnızca bir şeyin mükemmel miktarıdır.”³⁷⁴ sözüyle özetlenebilecek bir akış açısına sahip minimalizmde eşyanın azaltılması büyük bir kısmını oluşturmaktadır. Minimalist yaşam tarzında, maddî sahipliklerin hem sahip olmak hem de sahipliği sürdürmek açısından kişiyi strese soktuğu, yoğun bir emek gerektirdiği, dolayısıyla da sahip olduğumuz şeylerin zaman

³⁶⁹ Demir, “Tüketimcilik Karşıtı Küresel İnsiyatif ve Manifestolar: Gerekler, Gerekçeler, Gerçeklikler”, 197.

³⁷⁰ Kondo, *Hayatı Sadeleştirmek İçin: Derle, Topla, Rahatla*, 12, 30, 220.

³⁷¹ Baranoğlu, *Bana Bi Sade*, 37.

³⁷² Becker - Stanford, *Minimalist Ev*, 30.

³⁷³ Kondo, *Hayatı Sadeleştirmek İçin: Derle, Topla, Rahatla*, 9-10, 201, 219; Kükrer, “Minimalizm Anlamlı Bir Yaşam mı?: Dünyada ve Türkiye’de Minimalist Pratikler”, 329-330.

³⁷⁴ Bu söz Najahyia Chinchillaa’ya aittir.

içinde bize sahip olduğu dile getirilmektedir.³⁷⁵ Dolayısıyla minimalist yaşam tarzında, en aza indirilerek geride bırakılan her bir eşyanın ya bir işlevi olup bir amaca hizmeti söz konusudur ya da hayata değer katmakta, zevk³⁷⁶ ve sevinç vermektedir.³⁷⁷ Bu şekilde eşyaların az ve öz olacak biçimde sadeleştirilmesiyle, gerçekten sevilen nesneleri daha çok ve keyifle kullanma fırsatı ortaya çıkmış olmaktadır.³⁷⁸ Minimalizmi bu açılardan “bolluk içinde yaşamak” olarak anlamlandıran bir çalışmada bolluk, çok şey içinde yaşamak değil, kişi için önemli alanlarda bol olan bir hayat yaşamak olarak tanımlanmaktadır.³⁷⁹ Hayattaki bu bolluğun farkında olarak sahip olunmayanlara değil sahip olunanlara odaklanıldığında eskisinden daha huzurlu, tatmin edici, ferah, sade ve de daha kolay bir hayat tecrübe edilmekte³⁸⁰ ve bu hâl, kişi için mutluluk ve sevinç verici olmaktadır.³⁸¹

Yaşam alanında sadeleşme ve küçülmeyi tavsiye eden minimalizmin anlatıldığı belgeselde bir mimar tarafından söylenen şu cümleler dikkat çekicidir: “Hayatımıza uygun alanlar yaratmak yerine, hayatımızı alanlara göre yaşıyoruz. Bir bakmışsınız aynı evde üç yemek masanız oluvermiş... Hiçbir şey, yaşayabileceğiniz en küçük alanda yaşamak kadar sağduyulu değildir.”³⁸² Burada, yaşadığımız ortamın eşya ile doldurulduğuna, bize ise yer kalmadığına dikkat çekilmektedir. Yaşam alanındaki minnimalizm ile içli dışlı olan “eşyada minimalizm”, her türden eşyayı azaltmakla ve yalnızca gerçekten ihtiyaç duyulana yer vermekle ilgilidir. Eşyanın tek başına kişiye gerçek mutluluğu vermediği, aksine hem fiziksel hem zihinsel anlamda kişiye yük olduğu ileri sürülerek mutluluğun eşyada aranmaması gerektiği vurgulanmaktadır.

Ev eşyasında olduğu gibi kıyafette de sadeleşmenin fayda ve yollarının anlatıldığı minimalizmde, giyim materyallerinin minimum düzeyde tutulması önemli bir noktayı oluşturmaktadır. *Kapsül gardrop*, daha çok kullanılıp sevilen temel giyim eşyalarının birbiriyle farklı şekillerde eşleştirilebileceğini ifade eder. 30 parça eşya ile

³⁷⁵ Millburn - Nicodemus, *Minimalizm: Geriye Kalan Her Şey*, 67.

³⁷⁶ Buradaki zevk, hedonik anlamda bir zevk değildir, örneğin bir tablo kişiye anlamlı gelebilir, huzur ve sevinç verebilir.

³⁷⁷ Millburn - Nicodemus, *Minimalizm: Geriye Kalan Her Şey*, 92.

³⁷⁸ Başoğlu - Erim, *Sade*, 49; Becker - Stanford, *Minimalist Ev*, 72.

³⁷⁹ Sanderson, *Minimalist Yaşam*, 16-17.

³⁸⁰ Baranoğlu, *Bana Bi Sade*, 26.

³⁸¹ Kondo, *Hayatı Sadeleştirmek İçin: Derle, Topla, Rahatla*, 223.

³⁸² *Minimalism: A Documentary About The Important Things*, haz. Matt D’Avella (Belgesel, 2015).

farklı kombinasyonlar oluşturulabilen bir yöntemdir. Bu yöntem ile daha az ve kaliteli kıyafetlerden oluşturulan gardrobun, günlük yaşama katkılarının olduğu, günlük hayatta en çok kullanılan kıyafetleri fark ederek özen göstermeyi sağladığı vurgulanmaktadır.³⁸³ Kapsül gardrop uygulamasını on yıldan daha fazla süredir tecrübe ettiğini aktaran Courtney Carver, her üç ayda bir mevsimlere göre güncellediği 33 parça eşya (kıyafet, ayakkabı, takı, aksesuar dâhil) ile bu uygulamayı sürdürmektedir.³⁸⁴ Kişinin herhangi bir tatil ya da yolculuk için hazırladığı valiz, aslında kişinin asıl ihtiyaçlarının miktarı konusunda bilgilendirici olabilir.³⁸⁵ Gardrobunu sadeleştiren minimalistler, günlük hayatta ihtiyaç duydukları eşyaları kolayca bulduklarını, kıyafet seçimine daha az zaman harcadıklarını, eşya kalabalığı arasında zaman ve enerji kaybetmediklerini,³⁸⁶ özellikle sabahleyin günün ilk saatlerinde ne giyeceğini düşünmek yerine daha önemli meselelere odaklanmanın çok daha anlamlı ve faydalı olduğunu dile getirmektedirler.³⁸⁷

Tüm bu olumlu katkılara ilâveten bazı minimalistler ise bu yaşam tarzını hayatlarında benimsedikten sonra kendilerinde dağınıklığa karşı aşırı bir hassasiyet geliştiğini ve eşya edinme endişesi yaşadıklarını dile getirmişlerdir.³⁸⁸ Minimalist yaşamı benimsemeye rağmen tüketimin cazibesi ile reklamların etkileyciliğinin her an minimalist ilkeleri alt üst edebilecek potansiyelde olduğu, tüketim kültürünün etkisinin büyük olduğu da belirtilmiştir.³⁸⁹

2.5.2. Dijital Minimalizm

Günümüzde aşırılık, yalnızca para sarfederek tüketim üzerinden gerçekleşmemektedir. Özellikle genç bireylerde daha yoğun görüldüğü üzere telefon ve bilgisayar kişilerin günlük zamanının büyük bir kısmını meşgul etmektedir. Teknolojik araç gereçlerin fazla kullanımı ise bir kısım kullanıcılarda bağımlılık düzeyine ulaşmış durumdadır. Dijital araçların bu türden bir bağımlılık ya da aşırılığa

³⁸³ Sanderson, *Minimalist Yaşam*, 61.

³⁸⁴ “Project 333” adını verdiği bu yöntemi; kolay, eğlenceli, insanın üzerinden yük kaldıran ve de şık bir hareket olarak ifade ediyor. Courtney Carver, “How to Build a Capsule Wardrobe”, *Be More with Less* (Erişim 27 Ekim 2023).

³⁸⁵ Sanderson, *Minimalist Yaşam*, 8.

³⁸⁶ Lloyd - Pennington, “Towards a Theory of Minimalism and Wellbeing”, 130-131; Başoğlu - Erim, *Sade*, 31-36.

³⁸⁷ Sanderson, *Minimalist Yaşam*, 62.

³⁸⁸ Lloyd - Pennington, “Towards a Theory of Minimalism and Wellbeing”, 132.

³⁸⁹ Sanderson, *Minimalist Yaşam*, 66.

varan bilinçsiz kullanımı neticesinde bu konu üzerinde yoğunlaşan hareket ve oluşumlar gündeme gelmiştir. Her alanda azalmayı ve sadeleşmeyi vurgulayan minimalizm hareketi, dijitaldeki aşırılığa da dikkatleri çekmektedir.

Dijital alanlardaki yoğun içerik, kişilerin dikkatlerini dağıtmakta, ruh hâlini manipüle etmekte ve neticede bir tükenmişlik hissi yaratmaktadır. Bu hissi yaşayan ve farkına varan kişilerin çoğunluğu, dijital mecralarda daha az vakit harcamak istemelerine rağmen bunu gerçekleştirememektedirler. İnternet kullanımını günlük hayatta olumsuzluğa sebep olacak biçimde kontrol edememe olarak tanımlanan internet bağımlılığı³⁹⁰ öyle bir hâl almıştır ki gün içinde kişiler, devamlı sosyal medya platformlarına girme dürtüsüyle hareket etmektedirler. Bu ise kişilerin gün içindeki zamanlarını devamlı parçalayarak anlamlı ve amaçlı bir çalışma için gereken odaklanmaya engel olmaktadır. Burada basit bir engel söz konusu değildir, burada kişinin öz kontrolünü kaybetme derecesine varan bir durum mevcuttur.³⁹¹ Bu durumun bağımlılık olup olmadığı; geçirilen vaktin giderek artması, uzak kalındığında huzursuzluk, uykusuzluk ve öfke gibi yoksunluk belirtileri gözlenmesi, bedensel, ruhsal ve sosyal problemlere rağmen kullanmaya devam edilmesi, kontrolün kaybedilerek istenenden daha fazla kullanımı, bireysel ve toplumsal vazifelerin yapılamaması gibi kıstaslardan anlaşılabilir.³⁹²

Kişilerin öz kontrolünü yitirerek sürekli telefon ve bilgisayara bakmaya iten uygulama ve web sitelerinin *aralıklı olumlu pekiştireç* ile *toplumsal onay dürtüsünü* kanca olarak kullandığı, bu durumun da kişilerde bağımlılık oluşturduğu tespit edilmiştir.³⁹³ Bununla ilgili bir çalışmada, herhangi bir işe odaklanmış kişinin mobil bir bildirimle bölündüğünde, dikkatini yaptığı işe toplayabilmesi için yirmi beş dakikaya ihtiyaç duyduğu, bu şekilde dağılan dikkatinin ayrıca başka uyaranlarla dağılma ihtimalinin de %8 olduğu belirtilmiştir.³⁹⁴ İnternetin bağımlılık derecesinde aşırı kullanımı, internetten uzak kalındığında agresif davranışlara sebep olmaktadır.

³⁹⁰ Hasan Bozkurt vd., “İnternet Bağımlılığı: Güncel Bir Gözden Geçirme”, *Çağdaş Tıp Dergisi* 6/3 (2016), 235.

³⁹¹ Cal Newport, *Dijital Minimalizm*, çev. Cansen Mavituna (İstanbul: Metropolis Yayıncılık, 2022), 10,11, 25.

³⁹² Mehmet Dinç, “Teknoloji Bağımlılığı ve Gençlik”, *Gençlik Araştırmaları Dergisi* 3/3 (2015), 32.

³⁹³ Newport, *Dijital Minimalizm*, 32.

³⁹⁴ Sophie Leroy, “Why is it so hard to do my work? The challenge of attention residue when switching between work tasks”, *Organizational Behavior and Human Decision Processes* 109 (2009), 179.

Yine teknolojinin aşırı kullanımıyla kişinin zihinsel ve duygusal durumuna ilâveten iş ve sosyal yaşamının da zarar görmesi söz konusudur.³⁹⁵ Akademik performansta azalma, eğlence ve sosyal hayata katılımda düşüş, kötü ebeveynlik, depresyon ve de uyku problemleri yine dijital bağımlılığın sonuçlarındandır.³⁹⁶ Dijitalde birebir vakit geçirilmeyen anlarda bile bağlantıda olma içgüdüğü, kişi üzerinde baskı oluşturmaktadır. Öyle ki kişi, bir arkadaşıyla muhabbet ederken ya da çocuğu ile oyun oynarken aniden gelen telefona bakma dürtüsüne yenik düşebilmektedir.³⁹⁷ Böylelikle sanal ortamdan daha canlı ve gerçek olan hayat, dijitalin sunduğu sanal dünya ile bölünmektedir. Dijital dönüşümün sebep olduğu bu problemler, somut olarak fark edilebilen, daha çok birey çapında yaşanan ve hızlı meydana gelen değişimlerdir. Bu problemlere ilâveten bir de yavaş gelişen ve yalnızca bireyi değil toplumları etkileyen bazı değişimler yaşanmaya devam etmektedir. Dijital verimlilik sebebiyle daha az iş gücüne ihtiyaç duyulması, haftalık çalışma vakitlerinin kısılması, aile kurumunun dijitalleşme ile geçirdiği dönüşüm gibi durumlar ise yavaş gerçekleşen ancak geniş çapta etkili olan değişimlerdir.³⁹⁸

Bunlara ilâve olarak akıllı cihazların aşırı kullanımı, yüzyüze iletişimin zayıflamasına, kişilerin daha çok bireyselleşmesine, hoşgörü eksikliğine, sosyal izolasyona, düşük öz saygıya, aile içi ilişkilerin bozulmasına, yaşam beklentisinde azalmaya ve bilgi kirliliğine sebep olmaktadır. Bu duygu ve davranış bozukluklarından farklı olarak akıllı telefondan yoksun kalma korkusu (nomophobia), gelişmeleri kaçırma korkusu (FoMO) ve internetsiz kalma korkusu (netlessphobia) isimli yeni birtakım bozukluklar meydana gelmiştir.³⁹⁹ Bu bozuklukların belki de en temelinde sosyal medya ortamlarının, insan özünün aradığı sosyalliği tümüyle verebilmekten yoksun olmasında yatmaktadır. İnsanın varoluşsal ihtiyaçlarından biri olarak sosyalleşme, modern iletişim araçlarının sunduğu kolay ortamın çok daha ötesindedir. İnsanın sosyalliği, herhangi bir sosyal iletişim ağına devredilemeyecek,

³⁹⁵ Adnan Veysel Ertemel - Gökhan Aydın, “Dijital Ekonomide Teknoloji Bağımlılığı ve Çözüm Önerileri”, *Addicta: The Turkish Journal on Addictions* 5/4 (2018), 667; Bozkurt vd., “İnternet Bağımlılığı: Güncel Bir Gözden Geçirme”, 244.

³⁹⁶ Zeynep Biricik, “Dijital Bağımlılıklar ve Dijital Bağımlılıklardan Kurtulma Yolu Olarak Dijital Minimalizm”, *The Turkish Online Journal of Design, Art and Communication* 12/3 (2022), 901.

³⁹⁷ Newport, *Dijital Minimalizm*, 133.

³⁹⁸ Sinan Canan - Mustafa Acungil, *Dijital Gelecekte İnsan Kalmak* (İstanbul: Tuti Kitap, 2020), 84.

³⁹⁹ Serdar Yıldırım - Ahmet Nesimi Kişioğlu, “Teknolojinin Getirdiği Yeni Hastalıklar: Nomofobi, Netlessfobi, FoMO”, *Süleyman Demirel Üniversitesi Tıp Fakültesi Dergisi* 25/4 (2018), 473.

mesajlaşma ile giderilemeyecek derecede çok boyutlu bir olgudur. Bu düşüncelerle dijital alanda sadeleşmeyi öneren anlayışta sohbet, sosyalleşmenin gerçek anlamda yaşatanı, insanın arzuladığı ve gelişmek için ihtiyaç duyduğu topluluk ve aidiyet hissinin sağlayanı olarak sunulmaktadır. Sosyal medya ortamlarında dolaşmak ve mesaj üzerinden iletişim kurmak ise yalnızca bir irtibattır. İrtibat ise sohbetin bir alternatifi değildir. Bunun aksine sosyal medyaya hayatın bizzat kendisiymiş gibi kıymet verenler ise sosyal medya ortamlarındaki beğeniye ve yapılan yorumları, hayatın gerçekliğiyle karıştırmaktadırlar. Geline son noktada irtibat, sohbetin alternatifi görülmektedir.⁴⁰⁰

Dijitalde geçirilen zamanı azaltarak kişileri gerçek hayata adapte edebilmek için dijital detoks, dijital diyet, dijital minimalizm gibi uygulamalar mevcuttur.⁴⁰¹ Bunlardan biri olan dijital minimalizm; “Çevrimiçi vaktinizi, değer verdiğiniz şeylere faydası dokunan, titizlikle belirleyip optimize ettiğiniz az sayıdaki faaliyete odaklı hâlde geçirmenizi ve geri kalan her şeye gönül rahatlığıyla sırt çevirmenizi öngören bir teknoloji kullanım felsefesi”⁴⁰² olarak tanımlanır. Teknolojiyi kullanırken amaca yönelik ve seçici hareket eden minimalistler, geliştirdikleri yöntemlerle bilinçsiz teknoloji kullanımının getirdiği zararlardan ve teknoloji bağımlılığı riskinden kurtulduklarını iddia etmektedirler. “Ne kadar çok, o kadar iyi” anlayışıyla meydana gelen tekno-aşırılıktaki daha fazla bağlantı, bilgi ve seçeneğin kişileri daha özgür kıldığı düşüncesine itiraz eden dijital minimalistler, bunun özgürlük olmadığını söylemektedirler. Aksine teknolojiadaki aşırılıkla popüler ve yeni her bir uygulamaya düşünmeden kaydolduğunda kişinin, özerkliğinden vazgeçmiş olduğunu ifade ederler.⁴⁰³

Dijital kullanımını azaltma sebepleri ise dijital gözetlenme endişesi, sosyal medyayı faydasız görme, kişisel hakların istismarı, vakit kaybı, kişisel verilerin izinsiz kullanımı, mutsuzluk ve eksiklik hissi, sahte ve gösteriş amaçlı bir ortam olması,

⁴⁰⁰ Newport, *Dijital Minimalizm*, 139-140.

⁴⁰¹ Biricik, “Dijital Bağımlılıklar ve Dijital Bağımlılıklardan Kurtulma Yolu Olarak Dijital Minimalizm”, 898.

⁴⁰² Newport, *Dijital Minimalizm*, 42.

⁴⁰³ Newport, *Dijital Minimalizm*, 64-65.

hayatın meta hâline dönmesi, yanlış bilgiye maruz kalma, odaklanma problemleri olarak sayılabilir.⁴⁰⁴

Dijitali seçici ve en aza indirerek kullanmayı öneren bu anlayışta, kişiler dijitalde neyi nasıl kullanacağına bazı sorular sonucunda karar vermelilerdir. Öncelikle dijital aktivitenin gönülden değer verilen şeye katkı sunup sunmadığı gözden geçirilmelidir. İkinci aşamada, değer verilen o şeyi gerçekleştirmeye hizmet edecek teknolojiyi kullanmanın en iyi yolunun bu olup olmadığı netleştirilmelidir. Üçüncü aşamada ise faydasına ikna olunan teknolojinin ne zaman ve hangi kriterlerde kullanılacağı belirlenmektedir.⁴⁰⁵

Bu üç aşamalı uygulamadan da anlaşıldığı üzere dijital minimalistler, dijital mecraları kullanmadan önce fayda zarar hesabı yaparlar; böylece dijitalin dikkatlerini dağıtmasını engelleyerek kaliteli bir hayatı destekleme aracı hâline dönüştürürler.⁴⁰⁶ Bunun sonucunda dijital hayatlarının refleks davranış ve dürtülerle ne derece dolduğunu fark etmektedirler. Bu farkındalığın ardından dijital fazlalığı düzene koyduklarında ise kendilerini aşağı çeken psikolojik büyük bir yükten kurtulmuş hissetmektedirler.⁴⁰⁷ Bunu deneyimleyen bir minimalistin şu sözleri dikkat çekicidir: “Artık evde geçirdiğim zaman daha huzurlu, orası şahsıma ait mabet gibi bir yer oldu. Düşüncelerim daha berrak, daha az bölünmüş. Ve belki de en önemlisi kendimi, zamanımı daha anlamlı şeyler yaparak geçirirken buluyorum.”⁴⁰⁸

Dijitalde geçirilen süreyi azaltmaya yönelik geliştirilen bazı pratik çözümler şöyledir: Uygulamaları silmek, tüm bildirimleri sessize almak, telefonu “rahatsız etme moduna” almak, dikkatli ve kontrollü paylaşım yapmak, her şeyi paylaşmamak, “beğen” butonuna basmamak, bağımlılık oluşmuş dijitali (telefon, tablet, bilgisayar, oyun konsolu gibi) başka bir odada ve kolay erişilemeyecek bir yerde bulundurmak, dijitali kullanma süresini takip etmek, yemek yerken dijital araçlara bakmamak,⁴⁰⁹

⁴⁰⁴ Dilek Melike Uluçay - Kadriye Kobak, “Dijital Detoks: Teknoloji Bağımlılığına Karşı Yeni Bir Eğilim ve Genç Yetişkinler Üzerinde Bir Değerlendirme”, *İlef Dergisi* 7/2 (2020), 339-344.

⁴⁰⁵ Newport, *Dijital Minimalizm*, 81; Cal Newport, *Pür-Dikkat, Odaklanma Becerisini Nasıl Yitirdik, Nasıl Geri Kazanabiliriz?*, çev. Onur Öztürk (İstanbul: Metropolis Yayıncılık, 2023), 165.

⁴⁰⁶ Newport, *Dijital Minimalizm*, 42.

⁴⁰⁷ Newport, *Dijital Minimalizm*, 69.

⁴⁰⁸ Millburn - Nicodemus, *Minimalizm: Geriye Kalan Her Şey*, 165.

⁴⁰⁹ Uluçay - Kobak, “Dijital Detoks: Teknoloji Bağımlılığına Karşı Yeni Bir Eğilim ve Genç Yetişkinler Üzerinde Bir Değerlendirme”, 342; Newport, *Dijital Minimalizm*, 140-146.

belirli bir müddet internetten uzak vakit geçirmek, gereksiz aboneliklerden çıkarak e-postaların azalmasını sağlamak, telefon ve bilgisayarın masaüstünü sade tutmak, e-posta ve sosyal medyaya belirli saat aralıklarında göz atmak, uyumadan hemen önce ve uyanır uyanmaz bakmamak.⁴¹⁰

Bu ve benzeri yöntemlerle dijital alanda minimalist davranmanın; kişilerin sorumluluk alma ve öz denetim davranışını geliştirebilme konusuna olumlu yansıdığı, böylelikle kişinin kendini daha özgür hissetmesine fayda sağladığı düşünülmektedir.⁴¹¹ Bunlara ek olarak dijital bağımlılık en aza indirildiğinde kişinin etrafındaki gerçek dünyayla olan ilişki ve farkındalığı artacak, yapılması gereken işlere vakit bulamama durumunda düşüş yaşanacak, sanal ilişki ve arkadaşlıkların yerine hakiki ilişki bağları kuvvetlenecektir. Sosyal hayatta kurulan ilişkiler yüzeysellikten kurtularak derinlik kazanacak ve ayrıca dikkati toplama ve konsantre olma süresi de artacaktır.⁴¹²

2.6. EKOLOJİYE ETKİSİ YÖNÜYLE MİNİMALİZM

Tüketim karşıtı oluşumlar, hareket noktalarını çoğunlukla çevrenin tahrip edilmesi, kaynakların aşırı tüketimi, borçlanma, eşit olmayan maddî dağılım ve küresel çaplı yoksulluktan alır. İhtiyaç olmadığı hâlde yapılan aşırı tüketim, kaynakların tükenmesine sebep olmaktadır. Bu sebeple de minimalizm gibi tüketim karşıtı oluşumlar, sadece bireyin dönüşümünü değil dünyadaki kaynakların yitip gitmemesini, sürdürülebilir olmasını da önemsemektedir.⁴¹³ Minimalist anlayışın yukarıdaki başlıklar altında ifade edilen etkilerine ilâveten çevreci bir tarafı da bulunmaktadır. Aşırı tüketim sebebiyle kaynakların hızla azalması ve atıkların artmasını gelecek için büyük bir sorun olarak gören minimalist anlayışta, ekolojik problemlere çözüm yolları aranmaktadır.

Önceki başlıklar altında da anlatıldığı üzere tüketim toplumunun sınırsız ve aşırı tüketim davranışı, insanın doğayla çatışmasını, kaynakların kötü kullanımını ve de

⁴¹⁰ Sanderson, *Minimalist Yaşam*, 51-55; Başoğlu - Erim, *Sade*, 152-155.

⁴¹¹ Uluçay - Kobak, “Dijital Detoks: Teknoloji Bağımlılığına Karşı Yeni Bir Eğilim ve Genç Yetişkinler Özelinde Bir Değerlendirme”, 345.

⁴¹² Başoğlu - Erim, *Sade*, 156.

⁴¹³ Demir, “Tüketimcilik Karşıtı Küresel İnsiyatif ve Manifestolar: Gerekler, Gerekçeler, Gerçeklikler”, 190.

israfı doğurmuştur.⁴¹⁴ Tek kullanımlık (kullan at), paketli, dayanıksız ve uzun ömürlü olmayan ürünler ile devamlı değişen moda ekonomisi ağır sonuçlara sebebiyet vermiştir.⁴¹⁵ Gereğinden fazla tüketim; nükleer santrallerin artırılmasına, doğal kaynakların tahribine, toprak kaybına, ormanların yok olmasına, çölleşmeye, canlı çeşitliliğinin azalmasına, hava ve su kirliliğine, küresel iklim değişikliğine, çevre kirliliğine ve de ekolojik dengenin bozulmasına sebep olmuştur.⁴¹⁶

Aşırı tüketimin zararına iki farklı noktadan şahit olunmaktadır. Öncelikle aşırı tüketim, dünyanın kaynaklarını tüketmekle gelecek nesillerin hayatını riske atmaktadır. Aşırı tüketimin bir diğer zararı ise meydana getirdiği atık maddelerin oluşturduğu çöp yığınlarıdır.⁴¹⁷ Bu iki zararı mümkün olduğunca azaltmak için dile getirilen sürdürülebilirlik,⁴¹⁸ ekonomik büyüme yaşanırken ekolojiyi de dikkate alan, doğal kaynakların dikkatli kullanımını önemseyen ve gelecek nesillerin kaynaklarının tehlikeye girmesini engellemek isteyen bir modeldir.⁴¹⁹

Tüketimin mümkün olduğunca azaltılması için minimalist anlayışta, az eşya, az kıyafet, az yemek ve küçük evler gündeme getirilir. Günlük hayatta kullanılan mobilya, televizyon vb. eşyaların ihtiyaç olmaksızın değiştirilmemesi, elektronik cihazların devamlı açık hâlde tutulmaması, kağıtların iki yönünün de kullanılması sürdürülebilir tüketimin önerdiği çözümlerden bazılarıdır. Yine minimalist anlayışta tek kullanımlık eşyaların (plastik poşet, plastik bardak, pet şişe, pipet gibi) kullanılmaması, onun yerine; kişinin suyunu yanında taşıması, alışverişte bez çanta

⁴¹⁴ Barlas Tolan, *Toplum Bilimlerine Giriş* (Ankara: Kalite Matbaası, 1975), 135.

⁴¹⁵ Durning, *Ne Kadarı Yeterli? Tüketim Toplumu ve Dünyanın Geleceği*, 80.

⁴¹⁶ Yasemin Kahvecioğlu, *Tüketim Toplumu, Ekolojik Risk ve Türkiye* (Bursa: Uludağ Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Yüksek Lisans Tezi, 2004), 161.

⁴¹⁷ Bu atık maddeler günümüzde o derece artmıştır ki bir kıta büyüklüğüne varmıştır. *Yedinci Kıta* adı verilen ve Pasifik Okyanusu'nun ortasında Kaliforniya ile Hawaii arasında bulunan 7 milyon ton ve 3,4 milyon metrekare genişliğiyle Fransa'nın üç katı, Türkiye'nin ise iki katı büyüklüğündeki bu ada plastik ve mikroplastik yığınının oluşmaktadır. Balıkçı ağlarından tepelerin oluştuğu *Çöp Adası* 'nda en fazla pet şişe ve naylon poşet bulunmaktadır. Banu Tuna, "Türkiye'nin İki Katı Olan Bu Dev Ada Hiç Kimsenin ve Herkesin", *Hürriyet* (01 Eylül 2019); "Yedinci Kıta, 16. İstanbul Bienali", *İstanbul Kültür Sanat Vakfı* (Erişim 26 Eylül 2023).

⁴¹⁸ OECD raporundaki tanımlamaya göre sürdürülebilir tüketim: "Temel ihtiyaçları karşılayan ve daha iyi bir yaşam kalitesi sağlayan ürün ve hizmetlerin, gelecek nesillerin ihtiyaçlarını karşılamalarını tehlikeye atmadan ve doğal kaynakların, toksit maddelerin ve atıkların kullanımını minimize ederek kullanılmasıdır." OECD, *Sustainable Consumption and Production* (Paris, 1997).

⁴¹⁹ Ateş Bayazıt Hayta, "Sürdürülebilir Tüketim Davranışının Kazanılmasında Tüketici Eğitiminin Rolü", *Ahi Evran Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi* 10/3 (Aralık 2009), 144.

kullanması, termosunu yanında taşıması önerilmektedir.⁴²⁰ Minimalist yaşam tarzında çevresel problemlere acil çözümler aranmasının yanında çevresel biyoetik yaklaşımla kişilerin doğaya ve doğal yaşama saygı duyması gerekliliği de vurgulanmaktadır.⁴²¹

Görüldüğü üzere minimalist yaşamda aşırı tüketim azaltılarak materyalist anlayışın maddeciliğinden uzak durulmaktadır. Bireyler, günlük yaşamındaki ihtiyaçlarını belirleyerek bu kapsamın dışında kalan eşyaları elinden çıkarıp yeni bir şey satın almayı da sınırlandırmaktadırlar. Dış dünyada sadeliği, iç dünyada zenginliği savunan bu yaşam tarzı, bireylerin hem maddi hem mânevî yönden bilinçlenmelerine ve bu sebeple de eskisinden çok daha anlamlı, sürdürülebilir ve mutlu oldukları bir yaşam sürdürmelerine katkı sunmaktadır.

⁴²⁰ Güzin Yasemin Tunçay - Nesrin Çobanoğlu, “Çevresel Biyoetik Yönüyle Minimalist Yaşam Tarzı”, *Journal of Current Researches on Social Sciences* 9/4 (2019), 276.

⁴²¹ Tunçay - Çobanoğlu, “Çevresel Biyoetik Yönüyle Minimalist Yaşam Tarzı”, 272.

ÜÇÜNCÜ BÖLÜM

ZÂHİDLİK İLE MİNİMALİSTLİĞİN AMAÇ, SÜREÇ VE SONUÇ AÇISINDAN KARŞILAŞTIRILMASI

Çalışmanın bu bölümünde zâhid ile minimalistin amaçları, yöntemleri, süreç içinde karşılaştıkları zorluklar ve süreç sonunda elde edilen duygusal ve davranışsal gelişim ve değişimler ele alınmıştır. Belirlenen bu başlıklar altında zühd ile minimalizmin benzer ve farklı yönleri karşılaştırılmalı olarak değerlendirilmiştir.

3.1. ZÂHİD VE MİNİMALİST

3.1.1. Zâhid

Zâhid, elindeki bir malı kendi isteği ve irâdesiyle elinden çıkaran bunu yaparken de nefsi kendisine tâbi olan kişidir.⁴²² Zâhid, nefsin hoşuna giden dünya malıyla sevinmez, elinden çıktığında ise üzülmez. İhtiyaç duyduğu bir şeyi ihtiyacı miktarında alır ancak ihtiyaç duymadan hiçbir şey talep etmez. Bu özellikler zâhidi, dünyaya rağbet eden kişi olmaktan ayıran sıfatlardır.⁴²³ Zâhid elinde mal, kalbinde ise mal sahibi olma arzusu olmayan; dünyanın nimetlerinden ister Müslüman isterse gayr-i müslim faydalansın buna aldırış etmeyendir.⁴²⁴ Buna ilâveten zâhid, muhtaç olduğu bir mal kendisine verildiğinde bu durumdan hoşlanmayıp o malın kendisini meşgul edeceğini düşünerek şerrinden uzak durmak için mala sahip olmaktan kaçınan kimsedir.⁴²⁵ Zünnûn-i Mısırî'ye yöneltilen “Ne zaman zâhid olurum?” sorusuna o, “Nefsinin arzularından gönlünü çektiğin zaman.” şeklinde cevap vermiştir.⁴²⁶ Zühd, avam için Allah’a yakınlaşma vesilesi olarak kabul edilmekteyken, mürid için bir zorunluluk, havas için ise bir düşüklük olarak görülmüştür.⁴²⁷

⁴²² Mekkî, *Kütü'l-kulûb*, 2/714.

⁴²³ Mekkî, *Kütü'l-kulûb*, 2/718; Kuşeyrî, *er-Risâle*, 219.

⁴²⁴ Ebû Bekr Tâcülislâm Muhammed b. Ebû İshâk İbrâhîm b. Ya'kûb el-Buhârî el-Kelâbâzî, *et-Ta'arruf li-mezhebi ehli't-taşavvuf*, thk. Ahmed Şemseddin (Beyrut: Dâru'l-Kütübi'l-İlmiyye, 1993), 109.

⁴²⁵ Ebû Hâmid Muhammed el-Gazzâlî, *İhyâ'ü 'ulûmi'd-dîn* (Kahire, 1339), 4/2392.

⁴²⁶ Kuşeyrî, *er-Risâle*, 221.

⁴²⁷ Ebû İsmâîl Abdullâh b. Muhammed b. Alî el-Ensârî el-Herevî, *Menâzilü's-sâ'irîn* (Beyrut: Dâru'l Kütübi'l İlmiyye, 1988), 30.

Dünyevî şeylere karşı arzusunu kaybeden⁴²⁸ zâhidin bir diğer özelliği bolluk, genişlik ve rahatlık zamanında şükretmesi, bela zamanında ise sabretmesidir.⁴²⁹ Zâhid, dünya malına kıymet ve önem vermeme hâlini en üst derecede tecrübe ettiğinde öyle bir hâle gelir ki zühd sahibi olduğunu dahî unuttur. Bu özelliğe sahip zâhidin tüm rağbeti yalnızca Rabbi'nedir. Yoksa zâhidin gayreti, zühd hâlini elde etme amaçlı değildir. Bu makamda her şey yalnızca Allah için yapılmaktadır.⁴³⁰ Yoksa diğer göstergelerin herhangi bir önemi bulunmamaktadır. Zaten tasavvuf ve sûfileşmek, birşeyi yapmak değil yapılan bir şeyden uzaklaşmak, diğer ifadeyle alışkanlıkları aşmak ile ilgilidir. Mücadele yöntemleri de bu yönüyle düşünüldüğünde meselenin, bir elbise giymek değil, elbise vasfını haiz olmayan birşeyi giymekle yetinmek diğer ifadeyle kıymetli elbiseyi çıkartabilmekle ilişkili olduğu anlaşılmaktadır.⁴³¹

Hasan-ı Basrî, dinî konularda fetva veren fakihin aynı zamanda kalbinde dünyaya yer vermeyen zâhid olması gerekliliğini şöyle temellendirmektedir. Allah'ı bilen kimsenin sahip olduğu bu bilgi onu, Allah'ın sevdiği şeyleri yapmaya ve kalbini dünyadan uzaklaştırmaya sevk eder. Yine Allah'ın verdiği fıkıh yani anlayış gücü sayesinde âhiretteki hesabın ağırlığını, Allah düşmanlarının azabını düşünerek dünyayı sevmekten uzaklaşır.⁴³² Konuyla ilgili olarak bilgi ile eylem birlikteliğine yapılan vurgu dikkat çekmektedir. Hasan-ı Basrî burada, fakihin yalnızca bilen kişi olmadığını; bilen, bildiğine uygun davranan ve bunun sonucunda dünyevîliğe herhangi bir kıymet atfetmeyen kimse olduğunu vurgulamaktadır.

Zâhidliği içselleştirmek ile zâhidliğin yalnızca görüntü boyutunda kalması arasındaki fark, tasavvufî eserlerde altı çizilen hususlardan bir tanesidir. Sûfilerin elbisesi olarak kabul görmüş yün kıyafet giyenler, yün giymeyenlere (kendisinden aşağıda gördüklerine) karşı büyüklenebilirler. Hasan-ı Basrî'nin "Yün giyen, bu elbisesi içinde, ipek elbise giyen kimsenin kibrinden daha fazla kibir içindedir." sözünü Muhâsibî, şöyle yorumlamaktadır. "İpek giyen, kendinden daha fakir dünya ehline karşı kibir içindeyken, yün giyen ise dine gönül verenlere karşı kibir hâli

⁴²⁸ Herevî, *Menâzilü's-sâ'irîn*, 30.

⁴²⁹ Mekkî, *Ķütü'l-Ķulûb*, 2/725.

⁴³⁰ Mekkî, *Ķütü'l-Ķulûb*, 2/719.

⁴³¹ Demirli, *Şair Sûfiler*, 54.

⁴³² Ebû Abdillâh el-Hâris b. Esed el-Muhâsibî, *er-Riâye li-hukûkillah*, thk. Abdülkâdir Ahmed Atâ (Beyrut: Dâru'l-Kütübî'l-İlmiyye, ts.), 447.

içerisindedir”.⁴³³ Dolayısıyla burada, zâhidin giydiği yün kıyafet gibi şekli faktörlerden ziyâde niyeti ile kalbinin içinde bulunduğu hâlin çok daha önem arz ettiği anlaşılmaktadır. Bu duruma itiraz eden Melâmîler, şekilsizliği savunarak, belirli bir elbise giymeyi ya da belirli birtakım davranışla tanınır olmayı eleştirmişlerdir. Dolayısıyla tasavvufî hayatta herhangi bir şekilde hakikatten uzaklaşma ve kuralcılık gibi bir durumla karşılaşıldığında hakikate dönüşe dair bir iç eleştiri geliştirilerek önlem alınmıştır.⁴³⁴ Zaten zâhid ile ârif mukayese edildiğinde ârifin daha makbul olduğu da bilinmektedir. Mârifet ve irfana dayanan tasavvuf düşüncesinin yerleşmesiyle zühd ve irfan arasında bir derecelendirme meydana gelmiştir. Zühd başlangıç aşamasını, irfan ise kemal noktasını bir diğer ifadeyle hedefi göstermektedir. Bu nedenle zâhidlerin daha çok zâhir ehli, âriflerin ise hakikat ehli olduğu dile getirilmektedir.⁴³⁵ Yine bununla ilişkili olarak, hakikaten zâhid olmadığı hâlde zâhidmiş gibi görünmeye çalışan kimseler düşünüldüğünde bu kimselere de zâhid denilmesi mümkün değildir. Böyle kişi, her şeyde az ile yetinerek ve eskimiş kıyafetler giyerek zühd sahibiymiş gibi görünmeye çalışır.⁴³⁶ Bu tip kimseler şekil itibarıyla zâhid gibi bir görüntü sergileseler de gerçekte zâhid değildirler. Burada sûfilerin görüntü ile hakikat ayırımına dikkat çektiklerini söylemek mümkündür. Başlangıçta yün; dünyaya önem ve kıymet vermeyenlerin kıyafetteki karşılığı olmuşken, zaman içerisinde yün kıyafet, bir böbürlenme, tanınırlık ve ayrı bir sınıfı ifade eder bir hâl almıştır. Bu değişim ise tasavvufî ruh ve amaç ile uyuşmadığından Melâmîler’in itirazına sebep olmuştur. Getirilen itiraz ile tasavvuf ve zâhidlikle asıl varılmak istenen amaçtan uzaklaşıldığı dile getirilmiştir.

İbn-i Mübârek kendisine sorulan “Gerçek insanlar kimdir?” sorusuna, “Âlimlerdir.” cevabını verirken “Gerçek mülûk (hükümdâr, sultan) kimdir?” sorusuna ise “Zâhidlerdir.” cevabını vermiştir.⁴³⁷ Hükümdârın kendisine lâıyk bir mekanda oturması gibi zühd de ancak dünyanın hırs ile arzusundan boşalmış bir kalbe yerleşir.⁴³⁸ Dünyaya karşı kırk gün zâhidce tavır takınan kimsenin kalbinde hikmet

⁴³³ Muhâsibî, *er-Riâye li-hukûkillah*, 392.

⁴³⁴ Demirli, *Şair Sûfiler*, 53.

⁴³⁵ Mustafa Kara, *Tasavvuf ve Tarikatlar Tarihi* (İstanbul: Dergâh Yayınları, 2012), 85.

⁴³⁶ Mekkî, *Ķütü'l-Ķulûb*, 2/725.

⁴³⁷ Mekkî, *Ķütü'l-Ķulûb*, 2/740.

⁴³⁸ Kuşeyrî, *er-Risâle*, 222.

pınarları açarak o kişiyi hikmetle konuşturur.⁴³⁹ Bununla ilgili olarak “Bir kimseye zühd hâli ve güzel konuşma nimeti verilmişse ona yaklaşın; gerçekten ona hikmet verilmiştir.”⁴⁴⁰ hadisi de zühd ile hikmet arasında bir ilişki olduğunu ortaya koymaktadır.

İnsan benliğinde mevcut olup davranışlarının arka planında etkili olan *var olma arzusu* tasavvufta, kişinin kendisini Allah’a göstermesi üzerinden olumlu bir amaca yönlendirilmektedir. İnsanlara karşı kendini göstermek riya adıyla negatif nitelendirildiğinden kişi, kendini gösterme ihtiyacını insanlara değil de Allah’a karşı gerçekleştirmelidir. Dolayısıyla insanın, varlığını başkalarına gösterme ve bundan mutluluk duyma ihtiyacı, Allah’a ibadetle O’nun beğeni ve takdirini kazanma amacına dönüştürülmüştür. Olumsuzlanan riya hâinden kurtuluş yöntemi olarak ise zâhidlik tavsiye edilmektedir. Çünkü zâhidlik, riyâkarlığa sebep olan dünya sevgisini azaltmaktadır. Kişinin gözünde dünyayı ve dünyalıkları değersizleştirerek dünya sevgisinin azalmasında etkili olmaktadır. Dolayısıyla kişi, zühd ile herhangi bir dünyevî menfaat için değil yalnızca Allah için hareket etmeyi öğrenecektir. Değersiz elbiseler giymek, makam ve mevkîden uzaklaşmak bu noktayla alâkalı olarak anlamlıdır.⁴⁴¹

Süfyân es-Sevrî, “Zühd, kuru ekmek yemek ya da kalın aba giyinmek değildir; asıl zühd, emeli kısa tutmaktır.”⁴⁴² sözü ile zühdün dış görünüşten daha çok emel ile ilişkili olduğunu dile getirmektedir. Emelin uzun olması dünyayı sevmekle, dünyada uzun yıllar yaşama isteği ve ümidi olmasıyla ilgili bir durumdur. Bunun aksine emeli kısa tumak ise dünya hayatının geçiciliğinin farkındalığıyla gelişen ve asıl gerçekliğin ölüm olduğunu tam mânâsıyla içselleştirmekle yani ölüm bilincinin yüksek olmasıyla ilgilidir.

Kişinin bedeni ve bedeniyle bağlantılı alt benliğindeki arzu ve isteklerine karşı ilgisiz kalabilmesi seyr-ü sülûkun en zor yanlarından biridir. Çünkü mânevî bir amaç için maddî arzu ve istekleri kontrol altında tutmak, kısıtlamak ve hatta terk etmek

⁴³⁹ Mekkî, *Ḳūtü’l-ḳulûb*, 2/693.

⁴⁴⁰ İbn Mâce, *es-Sünen*, “Zühd”, 1 (No. 4101).

⁴⁴¹ Ekrem Demirli, *İslam Düşüncesi Üzerine Söyleşiler ve Konuşmalar* (İstanbul: Sufi Kitap, 2016), 34-35.

⁴⁴² İbn Ebi’ d-Dünyâ, *Zemmu’ d-Dünyâ: ez-Zühd (Hadislerde Dünyanın Yerilmesi: Zühd)*, 71; Kuşeyrî, *er-Risâle*, 219.

kişinin alt benliğinin geçmişteki alışkanlıklarına özlem duymasına sebep olabilir. Dolayısıyla bu süreçte sâlikin içinde bulunduğu bu yeni duruma alışması ve eski serbest zamanlara dönmeyi arzulaması zihinsel bir bunalma ve sıkıntı oluşturabilir. Bunun en az düzeye indirilerek zâhidliğin ideal anlamda yaşanabilmesi için korku ve ümit duygularının dengelenmesi ve mutedil bir kulluğun yaşanabilmesi için sabır gerekmektedir.⁴⁴³

Tüm bu süreçleri yaşarken zâhidin en büyük engeli nefsidir. Nefs, hiçbir mülke sahip değilken kişiye zâhidmiş gibi görünür. Dünyevî herhangi bir mala sahip olduğunda ise içindeki rağbeti kabırır. O sahipliğe karşı sürüklenerek zühdden uzaklaşır. Dolayısıyla nefis, verdiği sözünde durmamış, kişi de nefsinin vadettiğinin aksini yaşamış olur. Kişi, söylem düzleminde ne kadar zühdü anlatsa da zühd kalbine yerleşmediyse dünyaya dair bir şey ona sunulduğunda, o dünyalık ile meşgul olur, hevâ ve hevesinin istediği tarafa yönelir, insanlara gösterişte bulunur. Zühd, eğer kalbine tam mânâsı ile yerleşmiş olsaydı dünyayı istemeyerek reddederdi, dünyalığı Allah'a ve âhirete tercih etmezdi.⁴⁴⁴ Dolayısıyla zâhidlikte, zihin, beden ve kalbin her birinin zühdü tam mânâsıyla gerçekleştirebilmesi önemli bir noktadır. Bunu başarmak ise zor ve güç bir iştir.

Zâhidin terk ettiği dünyevîliğe verdiği değer oranında hem terk etmesi hem de o hâlini sürdürebilmesi oldukça zor bir iştir. Öyle ki zâhid, terk ettiği şeye iltifat ettiği zaman o şeye bakar. Zâhidin bu şekilde terk etmiş olduğu dünyalığa dönüp bakmasının sebebi ise mârifetindeki eksiklikten kaynaklanmaktadır. Dolayısıyla zâhidin zühdündeki eksikliğinin sebebi mârifetteki eksikliğindendir.⁴⁴⁵ Ancak sâlik, amelini yalnızca Allah'a hâlis kıldığında az mal da kendisine yeterli gelecektir. Fakat her işini Allah için yapmazsa çok mal bile onun geçimine yetmeyecektir.⁴⁴⁶ Burada zâhidin Allah'a olan iman ve güveni devreye girerek onun zühdünün kuvvetlenmesini ve dünyevî arzu ve isteklerini kontrol altında tutabilmesini sağlamaktadır.

⁴⁴³ Işıtan, *Sûfî Psikolojisi ve Sülemî'ye Göre Sûfî Benlik Dönüşümü*, 107.

⁴⁴⁴ Muhâsibî, *er-Riâye li-hukûkillah*, 329, 452.

⁴⁴⁵ Gazzâlî, *İhyâ'ü 'ulûmi'd-dîn*, 1339, 4/2451.

⁴⁴⁶ Ebû Abdurrahman Muhammed b Hüseyin es-Sülemi, *Kitâbü Sülûkü'l-Ârifîn (Mutasavvıfların Halleri)*, thk. Süleyman Ateş, çev. Süleyman Ateş (Ankara: Ankara Üniversitesi Basımevi, 1981), 124.

Nefsiyle devamlı bir savaş hâlinde olan zâhid, dünyalığa bağlanmamaya gayret ederken bazen kendi içinde bu durumu bir takıntı hâline de getirerek bağlanmamaya bağlanabilir.⁴⁴⁷ Bu duruma engel olabilmek adına tasavvuf eğitiminde en son aşamada terkten dahî terk edilmesi gerektiği dile getirilerek sâlikin bağlanmamanın kendisine de bağlanmaması sağlanmak istenmiştir. Dolayısıyla zâhidin yol aldığı zühhd aşamasında bu durum karşılaşması muhtemel sorunlardan biridir. Maddî olsun ya da olmasın herhangi bir şeye bağlanmak sâlikin asıl hedefinden alıkoyar. Bu sebeple mânevî dönüşüm düşüncesi de terk edilmelidir. Öyle ki bağımlılığın her türlü bir bariyerdir ve sâlikin mânevî hedefleri de onu sınırlandırabilir.⁴⁴⁸ Bunun için tasavvufî eğitim sürecinde zâhidlik makamında kalmayıp ilerleyerek ârifliğe ulaşmak gerektiği sıklıkla vurgulanmaktadır.

Zâhid, benliğinde yerleşmiş olan davranış ve arzuları terk ederek ruhsal bir ilerleme katetmeye çalışır. Zâhidin bu uğraşı elbette zordur ve bu zorluğu aşabilmek için narsistik arzu ve dürtüsel isteklerinin farkında olarak teyakkuzda olması diğer yandan bu yönlerini baskılamak yerine aşamalı olarak ıslah etmenin yolunu araması gerekmektedir.⁴⁴⁹

Görüldüğü üzere tasavvuf klasiklerinde genel itibariyle zâhid, dünyevî sahiplikler ile arasına kendi irâdesiyle mesafe koyan, herhangi bir şey eline geçtiğinde sevinmeyip, elinden çıktığında da üzülmeyen, ihtiyacı kadarını alıp fazlasına rağbet etmeyen, dünyanın nimetlerine kimin sahip olduğuna aldırmayan, şükür ve sabır ile elinde olana râzı olup memnuniyet hissi duyan kişidir. Dolayısıyla o, ihtiyacından fazla bir sahipliğin peşinde olmadığından gereksiz ve aşırı tüketimden de kendisini korumaktadır. Bununla ilişkili olarak tasavvufta, hakîkî mutluluk ile doyumun dünyevî mal ya da makamla ilişkili olmadığı tüm bunların Allah ile kurulan bağı etkilememesi gerektiği devamlı vurgulanan bir husustur. Zâhidin tüm niyeti, Allah’a yakın olmaktır dolayısıyla yürüdüğü yolda bu niyetine engel olacak maddî arzuları ve dünyevî sevgileri kontrol etmeye çalışır.

⁴⁴⁷ Paul Oliver, *Mysticism-A Guide for The Perplexed* (London: Continuum, 2009), 12-13.

⁴⁴⁸ Llewellyn Vaughan-Lee, *Çağrı ve Yankı*, çev. Enise Ergün (İstanbul: İnsan Yayınları, 2002), 178-185.

⁴⁴⁹ Kemal Sayar, “Geçmişin Bilgeliği Bugünün Psikoterapileriyle Buluşabilir mi?”, *Sufî Psikolojisi* (İstanbul: Kapı, 2024), 24.

Tüm bunlarla birlikte zâhidin davranış ve duygu birlikteliği önemli bir noktayı oluşturmaktadır. Aksi hâlde zühdden beklenen neticenin tam manâsıyla gerçekleşmesi mümkün olamaz. Zâhidin sahip olduklarını elden çıkartmaktaki amacı, dünyaya olan bağlılığı ve sevgiyi azaltarak onun yerine Yaratıcı'nın sevgisini yerleştirebilmektir. Yoksa tek başına fakirlik ya da zenginlik bir artı ya da eksi değildir. Mühim olan, fakirin fakirliğinin ve zenginin zenginliğinin sonuçlarıdır. Kişi zengin olduğunda, bu malı kendisine Allah'ın emanet olarak verdiğini, asıl sahibinin Allah olduğunu, kendi acziyetinin bilincinde olmalı ve dünyanın Allah ile arasına bir engel olarak girmesini engellemelidir. Diğer yandan fakir bir kimse de bulunduğu hâlden râzı olarak herhangi bir şikâyet ve isyana varan duygu ve düşüncelerden kaçınmalıdır. Dolayısıyla zâhidlik dış görünüşle ilgili bir durum olmaktan daha öte kalbî boyut ağırlıklıdır. Dış görünüşten ziyâde zâhidin niyet ve kalbinde Allah'ın mevcutiyeti en önemli noktayı oluşturmaktadır. Bu önemli noktayı etkilemesi muhtemel hususlar ise kibir ve riyâdır. Dolayısıyla zâhidin riyâdan uzak durarak içtenliğini muhafaza edebilmesi ve kibirden korunabilmesi de seyr-ü sülûkta önemli görülmüştür. Bu noktada zâhide düşen âcizliğini, fânîliğini ve âhireti unutmadan yoluna devam etmesidir.

3.1.1.1. Zühdün Konumu

Zühd, ilk tasavvuf klasiklerinden *el-Lüma'*'da, *yüce bir makam* olarak konumlandırılıp hâl ve mertebelerin temeli olarak ifade edilmiştir. Maksudı/amacı Allah olanların, kendisini her şeyden kesip Allah'ın rızasına tâlip olanların ve tevekkül erbâbının ilk basamağıdır. Zühdün temeli sağlam olmadığında onun ardından gelecek işleri de sağlıklı olamaz. Dünya sevgisi her kötülüğün başıyken, dünyadan zühd ise her türden hayır ve itaatin başıdır.⁴⁵⁰ Burada zühdün, amaca giden yolda gerçekleştirilmesi gereken ilk adım oluşu, tasavvuf eğitimindeki merkezi konumu ve gerekliliği, zühdün karşıtına dünya sevgisinin yerleştirilmesi dikkat çekicidir. Başka bir tasavvuf klasiğinde, dünyada yapılacak en iyi işin zühd olduğu vurgulanmaktadır. Kişi, şayet zühdü gerçekleştiremiyorsa bile en azından Rabbi'nin öfkesini celbedecek dünya zinetlerini terk etmelidir.⁴⁵¹ Bir diğer tasavvuf klasiği *Kûtü'l-Kulûb*'da zühd,

⁴⁵⁰ Ebû Nasr Abdullah b. Alî b. Muhammed es-Serrâc, *el-Lüma'*, thk. Abdülhalim Mahmud - Taha Abdülbâki Sürûr (Mısır: Dâru'l-Kütübi'l-Hadîse, 1960), 72.

⁴⁵¹ Muhâsibî, *er-Riâye li-hukûkillah*, 326. Muhâsibî bu ilişkiyi Kehf Sûresi 7. âyetindeki “أَحْسَنُ عَمَلًا” ifadesi ile bağlantılı olarak kurmaktadır.

yakîn makamlarının altıncısı ve hâllerin en yücesi olarak konumlandırılmıştır.⁴⁵² *İhyâ*'da zühd, sâliklerin şerefli makamlarından bir makam olarak ifade edilmiştir.⁴⁵³ Kelâbâzî ise *et-Ta'arruf*'ta tevbe ile sabır makamlarının arasında konumlandırmıştır.⁴⁵⁴ Yine diğer bir klasik *Avârifü'l-Maârif*'te tüm makamların temeli olan dördlünün (îmân, tövbe, zühd ve ubûdiyyet) üçüncüsü zühddür. Zâhidler ve meşâyih, bu dört temel makam ile istikrar bulur, hâlleri ise sahih olur.⁴⁵⁵ Bu şekilde zühd makamına, tevbenin hemen ardından yer verilmesi zâhidliğin, sülûkun başlangıcından itibaren yer alması gerektiğinin ve mânevî ilerlemenin öncelikli şartı görüldüğünün bir işaretidir.⁴⁵⁶ Bununla birlikte zühd, takılıp kalınmaması ve aşılması gereken bir makamdır. Aslolan Allah'tan başka her şeyin terk edilmesi olduğundan son aşamada terkin dahî terk edilmesi gerekmektedir. Zühd ile dünya nimetleri ve malı mülkü terk etmeyi içeren terk-i dünya, ilk aşamadır. Terk-i ukbâ aşamasında sâlik, cennet ve nimetlerini Allah'ın cemâlini temâşâ edebilmek için terk etmektedir. Kendi varlığını terk ettiği terk-i hestî aşamasında ise sâlik, Allah'ta fânî olmaktadır. Son aşama ise kâmil ariflerin terki dahî terk ederek gönlünde ve aklında terkin kalmamasıdır.⁴⁵⁷ Hayata ve olaylara zâhidce bakıp değerlendirmek ve o yönde bir davranış geliştirmek tasavvuf eğitiminde önemli bir yer tutmaktadır. Serrâc, zühd konusunu geniş bir kapsamda değerlendirerek zühdü, sâlikin her şeyden kesilerek tüm ilgisini Allah'a yöneltmesi olarak açıklamıştır. Fakr, sabır, tevekkül, rıza gibi tasavvufi makamlar, zühd hayatının sonucunda ortaya çıkmaktadır.⁴⁵⁸ Bununla ilişkili olarak zâhidin “fakirliğe sabretmesinden” ve “gönlünü maldan çekmesinden” ötürü iki sevap verileceği de ifade edilmektedir.⁴⁵⁹

İlk dönem tasavvuf klasiklerinde ifade edildiği üzere zühd, seyr-ü sülûkun temel ve başlangıç aşamalarındandır. Zühdden elde edilecek kazanımlar, mârifet yolunda

⁴⁵² Mekkî, *Kütü'l-kulûb*, 2/680, 719.

⁴⁵³ Gazzâlî, *İhyâ'ü 'ulûmi'd-dîn*, 1339, 4/2435.

⁴⁵⁴ Kelâbâzî, *et-Ta'arruf li-mezhebi ehli't-tasavvuf*, 109.

⁴⁵⁵ Ebû Hafs Şihâbüddîn Ömer b. Muhammed b. Abdillâh b. Ammûye el-Kureşî el-Bekrî es-Sühreverdî, *Avârifü'l-ma'ârif*, thk. Abdülhalim Mahmûd - Mahmûd eş-Şerîf (Kahire: Dâru'l-Maârif, ts.), 2/269, 274.

⁴⁵⁶ Arzu Eylül Yalçınkaya, “İlk Dönem Tasavvuf Klasiklerinde Zühd Kavramı Üzerine”, *Bülent Ecevit Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi* 7/1 (2020), 9.

⁴⁵⁷ Kuşeyrî, *er-Risâle*, 120-123; Gazzâlî, *İhyâ'ü 'ulûmi'd-dîn*, 1992, 5/114-115.

⁴⁵⁸ Hacı Bayram Başer, *Ebû Nasr Serrâc et-Tûsî'nin Tasavvuf Anlayışı* (İstanbul: İstanbul Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Yüksek Lisans Tezi, 2009), 55.

⁴⁵⁹ Mekkî, *Kütü'l-kulûb*, 2/680-681.

sâlikin önemli yardımcıları olmaktadır. Zâhidlikle kalpten çıkartılmak istenen dünya ilgi ve sevgisi; tasavvuf yolculuğundaki tüm makamları etkileyen bir durumdur. Bu sebeple de zâhidlikte meydana gelen herhangi bir eksiklik ya da hatanın tüm süreci etkilemesi mümkündür. Bu gerekçeden dolayı sâlikin hayatında, zühdün tüm yönleriyle işletilmesi (hem davranış hem kalp boyutuyla) önem arz etmektedir. Aksi durumda zâhidliğin tek başına hedef olması ya da zâhidliğin yalnızca davranış kalıplarında kalması sülûk sürecinde istenmeyen aksaklıklara sebebiyet verebilecektir.

3.1.1.2. Zâhidliğin Ölçüsü

Peki zâhidliğin ölçüsü var mıdır? Varsa bu ölçüler nedir? Konuyla ilgili, tasavvuf kaynaklarında ifade edilen birtakım hususiyetler vardır. Zâhidin sahip olduğu dünyalığa sevinmemesi ilk ölçülerden biridir. Kişinin mülkü altındaki mala sevinmesi o şeye karşı içinde bir hırs taşıdığına işaret olarak yorumlanmaktadır. Hırs sahibinin ise ilâhî rahmetten mahrum olduğu bilinmektedir. Dolayısıyla zâhidin dünyevî sahipliği olsa da kalbinde o şeye karşı sevginin bulunmaması önemli ölçülerden birini oluşturmaktadır. Zâhidlikteki diğer bir ölçü, elinde bulunmayan mal için kalbin üzüntü duyup duymama meselesidir. Kişi, sahip olamadığı bir dünyalık için üzüldüğünde İlâhî taksime öfkelenmiş olmaktadır. Allah'ın takdir ettiği taksimata öfkelenen kişi ise azabı hak etmektedir. Zâhidliğin diğer bir ölçüsü, övülmeğe hoşlanmamaktır. İnsanlar tarafından övüldüğünde bu durum hoşuna giden kişi kendini beğenmiş olur, bu ise amelin sevabını yok eder.⁴⁶⁰

Yukarıda ifade edilen zâhidliğin iki ölçüsünü, Kur'ân-ı Kerîm'deki *"Kaybettiklerinize üzülmeyesiniz ve O'nun size verdikleriyle şırmarmayasınız diye (böyle yapmıştır). Allah kendini beğenen, böbürlenen hiç kimseyi sevmez."*⁴⁶¹ âyeti ile temellendirmek mümkündür. Elden gidene üzülmeme ve ele geçene sevinmeme hâli zühdün en kâmil hâlleridir. Bu iki özellik birbiriyle de ilişkilidir. Birine sahip olan bir diğerine de sahiptir. Bu hâl, Allah'ın takdirine ve hükmüne râzı olan ve mülkün kendisine ait olmadığını farkında olan kişinin hâlidir. Bu durum, yakînî îmâna ulaşmış muhabbet ehlinin bir vasfıdır. Yakînî îmâna sahip olmasından ötürü âhîret

⁴⁶⁰ Mekkî, *Ḳūtü'l-ḳulûb*, 2/720.

⁴⁶¹ Hadîd, 57/23.

hâllerini müşahade ediyor olması onu dünya zevkine dalmaktan, fâni işlerle meşguliyetten uzaklaştırmaktadır.⁴⁶²

Ölümü beklemek (her an ölüm bilincinde olmak) ve kısa emelli olmak da zühdün özüdür. Öyle ki bu özellikler, zâhidin mal biriktirmeyi terk etmesinin ve güzel davranışlarda bulunabilmesinin sebebidir.⁴⁶³ “Çok veren de O’dur, az veren de.”⁴⁶⁴ âyetinde de vurgulandığı üzere rızık Allah’ın takdirindedir. Zâhidliğin alâmetlerinden bir diğeri de dikkat çekici ve gösterişli kıyafetlerden, lezzetli yiyeceklerden, lüks alet ve ev eşyasından uzak durmaktır.⁴⁶⁵ Diğer yönden zâhidin dünyadan kendini çekebilmesi insanlardan gönlünü çekmesi ile gerçekleştirilebilir. Ayrıca zâhidin insanlardan bir şey istemesi de zâhidliğine engel bir durum olarak görülmüştür.⁴⁶⁶ Kişi, Allah’tan başkasından birşey isterken müsebbibü’l-esbâbın Allah olduğunu hatırlanarak çıkartmaksızın görünür tüm sebeplerin yaratıcısının Allah olduğundan ötürü asıl verenin O olduğunu unutmamalıdır. Böyle bir zihinsel arka plana sahip birey, Allah’tan başka kimseden bir beklentiye girmeyerek korku ya da ümit beslemez.

Tüm bu özellikler göz önüne alındığında zâhidliğin, dünyayı sevmeme, eldeki mala kalbî bir şekilde bağlanmama, dünyalığı elde etme adına bir hırs taşımama, elde olmayan mala karşı bir arzu taşımama ve üzüntü duymama, uzun emele sahip olmama, ölüm düşüncesini akılda tutma, Allah’ın her türlü takdirine râzı olma hâllerile ilişkili bir hâl olduğunu söyleyebiliriz. Diğer yandan zâhid, Allah’ın dışında herhangi birinden yardım isterken de niyet ve beklentisine dikkat etmelidir. Yoksa sosyal hayatta elbette insanlar birbirleriyle yardımlaşacak ve iş birliği yapacaktır, hayatın idâmesi için bu kaçınılmazdır. Ancak zihinsel olarak zâhid, Allah ile kurduğu ilişkiye zarar verecek düşüncelerden uzak durmalıdır. Bu bilinç düzeyine ulaşan kişinin, fayda ya da zararın insanlardan değil de Allah’tan geldiği düşüncesine ulaşmış, insanlardan değil Yaratıcı’dan isteyen, sakınan ve ümit eden bir hâl içerisinde olması beklenmektedir.

⁴⁶² Mekkî, *Ḳütü’l-ḳulûb*, 2/720.

⁴⁶³ Mekkî, *Ḳütü’l-ḳulûb*, 2/725.

⁴⁶⁴ Necm, 53/48.

⁴⁶⁵ Mekkî, *Ḳütü’l-ḳulûb*, 2/747.

⁴⁶⁶ Mekkî, *Ḳütü’l-ḳulûb*, 2/726.

3.1.1.3. Zâhidliğin Dereceleri

İlk dönem tasavvuf klasiklerinde zâhidler; “mübtedî, tahkîk ehli ve istiğnâ ehli” olarak üç gruba ayrılmışlardır.⁴⁶⁷ Kendi içerisinde bir seviyelendirmeyi ifade eden bu ayrımın temelinde, zühdün yaşamda hangi boyutu ile tecrübe edildiği belirleyici olmaktadır.

Başlangıç seviyesini ifade eden mübtedî grubunda zühd, konuyla ilgili genel olarak bilinen; “Ellerin maldan, kalbin ise tama’dan (aşırı isteme hâli) arındığı” bir hâl içindeki zâhidlerin oluşturduğu topluluktur. Tahkîk ehlinin oluşturduğu ikinci seviyedekiler, zühdün kendilerine toplum içerisinde herhangi bir artı sağlama ihtimalinden ötürü dünyevî ve nefsanî hazları da kalplerinden çıkarabilenlerden oluşur. Tahkîk ehli zâhidler, başlangıçtan itibaren zühd yolunu tutan ve zühdlerinden bile tevbe edenlerdir. İstiğnâ ehlinin oluşturduğu son seviyedekiler ise her hâllerini zühd içinde yaşarlar, dünyaya hiç ilgi göstermezler.⁴⁶⁸

Bir diğer derecelendirmedeki ilk seviye, müminlerin zühdü olarak isimlendirilmiştir. Bu seviye, kişinin mala karşı sevgi ve isteği varken nefsiyle mücadele ederek elinden o malı çıkartmasını ifade emektedir. Kemâl seviyedeki zühd ise zâhidin gözünde tüm dünyalıkların küçük görülerek değersizleşmesi ile meydana gelmektedir. Bu hâldeki zâhid, zühd sahibi olduğunun bile bilincinde değildir.⁴⁶⁹

Zühdün farklı çeşitlerinden bahseden Sülemî (öl. 412/1021) zühdü; dünya ve dünya malına karşı gösterilen zühd, baş olma sevdasına karşı gösterilen zühd, haramlar ile şüphelilerden zühd ve helallerden zühd olarak sıralamaktadır. Haramlarda zühd yapmak zaten zorunlu olduğundan zühdün helallerde gerçekleştiğini, helallere karşı ilgisiz bir tavır içinde olmanın bir erdem olduğunu ifade etmektedir.⁴⁷⁰

Herevî (öl. 481/1089) ise *Menâzilü’s-Sâirîn*’de zühdün ilk derecesinin, “azarlanmak korkusuyla şüpheli şeyleri terk etmek, kusur görülen şeylerden uzak durmak ve fâsık kişilerle birlikte olmaktan nefret etmek” olduğunu dile getirerek şüphelileri terk etmeyi ön plana almıştır. Zühdün ikinci derecesinin, “vakti

⁴⁶⁷ Serrâc, *el-Lüma*’, 72.

⁴⁶⁸ Serrâc, *el-Lüma*’, 72.

⁴⁶⁹ Mekî, *Kütü’l-kulûb*, 2/719.

⁴⁷⁰ Ebû Abdurrahman Muhammed b Hüseyin es-Sülemî, *Derecâtü’l-Muâmelât (İşlemlerin Dereceleri)*, thk. Süleyman Ateş, çev. Süleyman Ateş (Ankara: Ankara Üniversitesi Basımevi, 1981), 24.

değerlendirmek için her anı ganimet bilmek, sükûneti muhafaza etmek, peygamberler ve sıddîklerin ahlâkıyla süslenerek ihtiyaç fazlasını terk etmek ve zaruret miktarıyla yetinmek” şeklinde tanımlayarak az ile yetinmeye vurgu yapmıştır. Üçüncü dereceyi ise *zühdde zühd* olarak adlandırarak, “yaptığı zühdü küçümsemek, tüm hâlleri eşit görmek, hakikat vadisine bakarak bir iş yaptım fikrinden uzaklaşmak” şeklinde üç farklı biçimde açıklamaktadır.⁴⁷¹

Gazzâlî (öl. 505/1111) ise zühdü üç derece üzerinden şu şekilde açıklamaktadır. Birinci derece, nefsi ve kalbi dünyaya meyletmesine rağmen mücahede ile dünyadan yüz çeviren zâhidlerden oluşmaktadır. Bu kişilere mütezehhid denir ve onlar gayret ederek zühde ulaşanlara kıyasla zühdün başlangıcı kabul edilirler. Mütezehhidler, ilk olarak nefislerini arıtıp, ardından arzuladıkları şeyleri gönüllerinden çıkarırlar. Zâhid ise öncelikle arzuladıklarını gönlünden çıkarıp ardından da onu ibadetle arıtır. İkinci derecedekiler, elde etmek istedikleri cenneti düşünerek dünyayı hakir görüp dünyalıkları gönlünden terk edenlerden oluşur. Bu derecedeki zâhidler, kendini ve zühdlerini beğenme tehlikesi ile yüz yüzedirler. Buna karşın üçüncü ve en üstün derecedeki zâhidler ise herhangi bir elemenden kurtulmak ya da bir nimete kavuşmak için değil yalnızca Allah ve Allah’ın rızası için zühd ederler. Bu seviye, muhiblerin ve gerçek ariflerin zühdüdür. Onlar, yalnızca Allah’ı seven ve O’nu bilenlerdir. Allah’ı ve O’nun cemâline bakmanın verdiği zevki bilenler, dünyalık ya da âhiretlik diğer zevkler ile mukayese dahî edilemeyecek keyfiyette olduğunu bilirler. Dolayısıyla diğer tüm her şeyden vazgeçerek yalnızca Allah’ın cemâline bakmayı isterler.⁴⁷²

İbnü’l-Arabî (öl. 638/1240) ise meseleye bambaşka bir açıdan bakar. Müslüman, dünyaya karşı zühdü, hakikate nispet edildiğinde en uzak perdedir. İkinci aşamadaki mümin, nefsine karşı zühd hâlinedir, bu aşama hakikate daha yakın bir perdedir. Muhsinler ise Allah dışındaki her şeye karşı zühd hâlinedir. Bu aşamada perdeler kalkmıştır. Bu şekilde üçlü bir derecelendirme yapan İbnü’l-Arabî zühdün ancak kuldan perde kalkmadığı ve keşf gelmediği durumda var olabileceğini iddia eder. Kula keşf geldikten sonra zâhidlik mümkün değildir. Çünkü kendisine keşf gelen kul, Allah’ın eşyayı kulları için yarattığını idrak etmiştir. Kulun kendisi için Allah

⁴⁷¹ Herevî, *Menâzilü’s-sâ’irîn*, 30-31.

⁴⁷² Gazzâlî, *İhyâ’ü ’ulûmi’d-dîn*, 1339, 4/2450-2453.

tarafından yaratılan eşyaya karşı zâhid olması ise muhal bir durumdur. Dolayısıyla kul, bu gerçeği idrak ettikten sonra Allah'ın mahlukata karşı zâhid davranmadığını anlar. Bunun üzerine ise kul, hakikatin zühde ilgili olmadığını Hakk'ı bilmekle mümkün olduğunu kavrar. Zâhidlikte arzu edilen âhiret de bir taleptir. Dolayısıyla her türlü talep de zâhidliğe aykırı bir durumdur. İbnü'l-Arabî'ye göre yine bu duruma sebep, keşfin olmamasından kaynaklanan cehalettir. Dolayısıyla ona göre zühd bir câhilliktir. Burada İbnü'l-Arabî'nin özetle belirtmek istediği husus, keşften sonra zâhid olmayı gerektirecek bir durumun kalmadığını bu sebeple de zâhid olmanın ya da olmamanın herhangi bir öneminin de kalmadığıdır. Bu getirdiği yorum ile terk anlamına sahip olan zühd, terki de terk etmeye yani zühde karşı zühd etmeye dönüşerek daha derin bir anlama kavuşmuştur.⁴⁷³ Dolayısıyla mesele, Allah'ı merkeze almaktır, bu gerçekleştikten sonra zühdün de bir önemi kalmamaktadır. “Allah'tan ittika eden kimsenin zengin olmasında bir beis yoktur.”⁴⁷⁴ hadisini de bu açıdan anlamak mümkündür.

3.1.1.4. Zâhidliğin Tamamlayıcıları

Fakr, zâhidin sahip olması gereken hâllerin en başında gelmektedir. Fakrın *hakîkî (mânevî)* ve *resmî (şeklî)* olmak üzere iki çeşidi vardır. Şeklî fakr, zarûrî bir iflastır, hakîkî fakr ise ihtiyârî bir yöneliştir. Kesin bir biçimde hiçbir şeye sahip olmayan kimseye fakir denilmektedir. Dervişin içinde olduğu fakr hâlinde, mal ve servetin varlığı ile yokluğu eşittir. Hatta dervişin malının olmaması durumunda daha fazla mutlu olması da mümkündür. Bu durumla alakalı olarak dervişin eli ne derece darlıkta olursa hâlinin de o derece açık olacağı söylenmiştir. Bu sebeple derviş için biriktirilmiş mal ve servet, talihsiz bir durumdur. Fakir kimse, hiçbir şeyin kaydı altına girmemek için hiçbir şeyi kaydı altına almaz. Dolayısıyla fakr, yalnızca Allah ile ganî olmaktır. Buraya kadar ifade edildiği üzere fakrın, maddî hiçbir şeye sahip olmamak anlamına geldiğini düşünenlerin yanında bir de fakirin serveti olmayan değil, murad ve arzusu olmayan kişi olduğu düşüncesinde olanlar da bulunmaktadır. Bu

⁴⁷³ Ebû Bekr Muhyiddîn İbnü'l-Arabî, *el-Futûhâtü'l-Mekkiyye*, thk. Ahmed Şemsüddîn (Beyrut: Dâru'l-Kütübü'l-İlmiyye, 1999), 3/266-268; Uyar, “Zühd Örneği İzinde Tasavvufta Kavramların Somuttan Soyuta Dönüşümü”, 307.

⁴⁷⁴ İbn Mâce, *es-Sünen*, “Ticârât”, 1.

düşüncedekilere göre fakırda aslolan, kalpte ağyârın bulunmamasıdır.⁴⁷⁵ “Pes cemî’-i mâsivânın muhabbeti kalbinde kalmadıktan sonra ser tâ ser cümle dünya senin mülkün olsa zarar etmez.”⁴⁷⁶ cümlesiyle de Allah’tan başka hiçbir şeyin kalbe yerleştirilmemesi gerektiği ifade edilmektedir. Bir fakirin hakiki fakr sahibi olabilmesi için Allah’a güven ve kendisine verilmeyenlere şükretmesi gerekmektedir.⁴⁷⁷ Zühd, fakırdan (şeklî fakr) daha faziletli görülmüştür. Çünkü zühd hem fakrı hem de daha fazlasını kapsamaktadır. Fakirin fakirliğinin mecburî olmasına karşın zâhid, dünyayı kendi isteğiyle terk etmiştir. Bu ise gerçek tevekkülü elde etmenin bir yoludur.⁴⁷⁸

Tevekkül zühdün hem başı⁴⁷⁹ hem tamamlayıcısı olarak görülmüştür.⁴⁸⁰ Kişinin zühdü ne derece sağlam ve sahih olursa tevekkülü de o derece sağlam ve sahih olur. Bunun sebebi, kişinin tevekkülündeki devamın zühdde temkin sahibi olmayı sağlamasıyla ilgilidir. Bu sebeple de tövbesini tutup, dünyaya karşı zâhid olup tövbe ve zühd makamını elde eden kişi, bu iki makamın hakkını verir ve diğer makamları da elde etmek için gayret eder.⁴⁸¹

Kanaat zühdün bir parçasıdır. Kanaat yani aza rıza göstermek zühdün bir parçası, eşyayı azaltmak ise zühdün anahtarıdır.⁴⁸² “Kanaat, tükenmeyen bir maldır.”⁴⁸³ Çünkü kanaate sahip bir kimse, her ne durumda olursa olsun hâlinden memnuniyet duyarak mutlu olur. Diğer bir yönüyle kanaat, hırsın terk edilmesidir. Hırslı kimse, ne kadar çok şeye sahip olsa da gözü ve gönlü doymadığı için yani kanaat hissetmediği için derûnî bir huzursuzluk içindedirler. Böyle kimselerin ise zâhid olması mümkün değildir. Dolayısıyla zâhidin akıl ve kalbinin hırstan arınarak kanaat duygusuyla dolması gerekmektedir.

⁴⁷⁵ Ebü’l-Hasen Alî b. Osmân b. Ebî Alî el-Cüllâbî el-Hücvîrî, *Keşfü’l-maḥcûb*, çev. İsmâîl Abdülhâdî Kındîl (Kahire: Mektebetü’l-İskenderiyye, 1974), 216-219,221.

⁴⁷⁶ İsmâîl Rusûhî Ankaravî, *Minhâcü’l-fukarâ*, çev. Sâfî Arpaguş (İstanbul: Marmara Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Vakfı Yayınları, 2023), 295.

⁴⁷⁷ Kastamonulu Seyyid Hafız Ahmed Mahir Efendi, *El-Muhkem fi şerhi’l-Hikem (Hikem-i Atâiyye Şerhi)* (İstanbul: Sufî Kitap, 2016), 173.

⁴⁷⁸ Sühreverdî, *Avârifü’l-ma’ârif*, ts., 2/278.

⁴⁷⁹ Mekkî, *Kütü’l-kulûb*, 2/727.

⁴⁸⁰ Gazzâlî, *İhyâ’ü ’ulûmi’d-dîn*, 1339, 4/2480.

⁴⁸¹ Sühreverdî, *Avârifü’l-ma’ârif*, ts., 2/277.

⁴⁸² Mekkî, *Kütü’l-kulûb*, 2/719-720,726.

⁴⁸³ Ebü’l-Fazl İbnü’l-Kayserânî Muhammed b. Tâhir b. Alî el-Makdisî, *Şafvetü’t-taṣavvuf*, thk. Gâde el-Mukaddem Adre (Beyrut: Dâru’l-Müntehabî’l-Arabî, 1995), 451.

Çekinme ve sakınma olarak çevrilebilecek *takvâ*, *verâ* ve *hazer* duygusu da zühde yol açan duygulardandır.⁴⁸⁴ Mânevî benlik gelişimine zarar verecek durumlardan sakınmak bu işin temelini oluşturur. Çekinme ve sakınma duygusu, sâlike mânevî bilgisini derinleştirme fırsatı sunar, sülûkta ilerlemeye engel olacak tehlikeli hâl ve davranışlardan uzak durmak hakikat bilgisine ulaşmak için zorunludur.⁴⁸⁵ Dünyevî her şeyden çekinme ve uzak durmayı içeren zâhidlikte bu duygunun gelişimi ve kişide yerleşmiş olması gerekli bir husustur.

Zâhidliğin bir diğer tamamlayıcısı *cömertlik*dir. Zâhid kimse aynı zamanda cömerttir. Onun zıddı cimrilik ise dünyayı isteyenlerin, hırslı olanların özelliğidir. Hırs sahibi olan kişi cimri kişidir. Dolayısıyla cimrilik, zâhidlikle uyuşmamaktadır. Zâhid, elindekileri diğerlerine kolaylıkla verir, cimrilik ise malı elde tutmaya, vermekten kaçınmaya yöneltir. Cömertlik, zühddür yani gönlü dünyadan çekmektir.⁴⁸⁶

Zühdün bir diğer tamamlayıcısı *gayret*dir. Zâhidin ilk olarak zühd elde edebilmek ardından da bu hâlini devam ettirebilmek için gayret etmesi gerekmektedir. Bu gayret, nefsinin zühdden hoşlanmamasına rağmen sevgi duyulan eldeki malı, Allah için harcamaya yöneliktir. Kalbinde o mala karşı var olan sevgisini yok etmeye gayret eder.⁴⁸⁷

Sahipliğe karşı sevgiyi azaltmak, kişinin dünyayı ve nimetlerini nasıl anlamlandırdığıyla yakından ilişkilidir. Diğer yandan bu anlamlandırma, dünyada uzun süre yaşama ve ölümsüzlük arzusunun kişiyi etkilemesiyle de alâkalı bir durumdur. Bu arzuyu yönlendirebilmek ve kontrol altına alabilmek adına zâhidlikte dünyaya ve dünyaya dair hemen her şeye mesafeli yaklaşılmıştır. Bu mesafenin mâhiyeti çeşitlenmekle birlikte dünyaya karşı olumsuz tavır noktasında düşüncelerin benzeştiği söylenebilir. Dünyevî arzu ve istekler, insanı Allah'tan uzaklaştıran sebeplerin başlangıcı kabul edildiğinden bunu engelleyici bir davranış olarak zâhidlik devreye sokulmaktadır. Zâhidliğin yöntemi ve biçimi kişinin içinde bulunduğu sosyo-ekonomik durum, dönem ve çevreye göre çeşitlenmekle birlikte bazı noktalarda ortak bir anlayış olduğunu söylemek mümkündür. Zâhidlikte hakîkî mutluluğun Allah ile

⁴⁸⁴ Sülemî, *Derecâtü'l-Muâmelât (İşlemlerin Dereceleri)*, 24.

⁴⁸⁵ Sülemi, *Kitâbü Sülûkü'l-Ârifîn (Mutasavvıfların Halleri)*, 125.

⁴⁸⁶ Mekki, *Ḳütü'l-Ḳulûb*, 2/723-724.

⁴⁸⁷ Mekki, *Ḳütü'l-Ḳulûb*, 2/719-720.

geliştirilen derin bağdan kaynaklandığı, dolayısıyla maddî sahipliklerin bunu gerçekleştirmekten uzak olduğu fikri temel bir düşünce olarak kabul görmektedir. Bu sebeple de dünyevî şeylere mesafe koyularak dünyadan feragat beklenmektedir. Bu feragat, yalnızca yiyecek ya da giyecek gibi konularda kalmayıp hevâ ve şehveti de içeren kalbî boyutlu bir süreci kapsamaktadır. Dünyaya karşı geliştirilen mesafeli tavırda zâhid, her türlü aşırılık ve savurganlıktan uzaklaşarak mânevî gelişimine olumsuz yansıyacak etkilerden kaçınmaktadır. Sûfinin mânevî ilerlemesi için gerekli görülen bu aşamada zâhid, ruh dünyasına odaklanmaktadır. Zâhidlik ile belirli bir aşama elde ederek nefsinin arzu ve isteklerini kontrol edebilen basîret ve ferâset sahibi sûfinin dünya malından yararlanmasında bir sakınca görülmemiştir. Dolayısıyla aktif bir süreç olarak seyr-ü sülûk, kişiye özel ilerler ve her sâlikin kendi hâline göre şekil alır.

Zâhid konusunda bu kadar açıklamanın yeterli olduğu düşüncesiyle çalışmamızda yapılan mukayesenin diğer ayağı minimalizm konusuna geçebiliriz.

3.1.2. Minimalist

Tüketimde aşırıya gidilerek doyuma ulaşmanın neticesinde tüketim kültürünün daha iyi yaşam vaadini artık yerine getiremediği fark edilmiştir. İş ve yaşam dengesi, mânevî ve estetik deneyim, sağlıklı doğal yaşam gibi amaçların tek başına tüketim ile karşılanamadığı görülmüştür.⁴⁸⁸ Bunun farkına varan bazı kişiler, tüketim kültürünün getirdiği hız ve beraberindeki stresin de etkisiyle hayatın daha huzurlu, sakin ve anlam dolu yaşanması gerektiğinin idrâkine varmışlardır. Bu idrâkle bireyler, kendi istekleriyle daha az tüketip hayattan tatmin duymaya yoğunlaşan *gönüllü sadelik* hareketini meydana getirmişlerdir. Bu hareket, “enerji ve arzuların düzenlenmesi ve yönlendirilmesi için hayatın bazı yönlerinde yaşam bolluğu sağlayabilmek adına bazı yönlerde kısmî bir kısıtlama”⁴⁸⁹ ve “bireyin iç dünyasında zenginliği, dış dünyasında ise sadeliği savunarak tüketim toplumuna bir alternatif”⁴⁹⁰ oluşturmak istemiştir.

⁴⁸⁸ Alexander, “The Voluntary Simplicity Movement: Reimagining The Good Life Beyond Consumer Culture”, 2.

⁴⁸⁹ Richard B. Gregg, *The Value of Voluntary Simplicity* (The Floating Press, 2009), 6.

⁴⁹⁰ Hatipler - Köksalan, “Gönüllü Kölelikten Gönüllü Sadeliğe”, 679; Elgin, “Voluntary Simplicity – A Path to Sustainable Prosperity”, 70.

Yaşamlarındaki bu ve benzeri bazı şeylerin yolunda gitmediğini fark edenler, sade yaşam, gönüllü sadelik, minimalizm gibi yaşam tarzlarına yönelmişlerdir. Herkesin yaşam öyküsünün farklı olmasından kaynaklı olarak minimalizmi bir yaşam biçimi kabul etmelerinin de sebepleri ve hikayeleri başka başkadır. Bazılarının hayatı, mal varlığı sebebiyle kontrolden çıkmıştır. Bazıları büyük bir mala sahip olmasına rağmen mutsuzdur. Bir kısmı ise büyük bir doğal afet yaşadktan sonra bu yaşam tarzını benimsemiştir.⁴⁹¹ Bu yaşam tarzını tercih edenler arasında gelir durumu yüksek olanlar, iyi bir kariyere sahip kişiler, büyük bir evde yaşayanlar, obezler, çok çocuklular gibi çeşitli insan tipleri bulunmaktadır. Pek çok minimalistin yeni yaşam tarzını seçmesinin öncesinde yoksulluk ve ilgisizlikle geçen bir çocukluk ve gençlik dönemi, yüksek kredi kartı borcu, alkol ve uyuşturucu bağımlılığı, obezite gibi sorunların olduğu da göze çarpmaktadır. Maddî problemlerle boğuşanların yanı sıra yüksek gelirli ve iyi bir kariyere sahip kişilerin de minimalist yaşamı seçtikleri görülmektedir. Bu gruptakiler ise çok çalışmaktan şikâyetle hayatta yaşamaktan keyif almadıkları, imkânları olduğu hâlde seyahat etmeye vakit bulamadıkları sebebiyle minimalizme yönelmişlerdir.⁴⁹²

Bu ve benzeri başka sebeplerle minimalist yaşam biçimine yönelen kişilerden birinin sade yaşama geçmeden önceki duygu ve düşüncelerini aktardığı şu cümleler dikkat çekicidir:

“Tüketme sevdası beni daha küçük yaşayken etkisi altına almıştı. Öncelikle bu sevda istediğim ancak çok fakir olduğumuz için alamadığım her şeyi, video oyunlarını, marka giysileri, güzel bir arabayı temsil ediyordu. Ancak zamanla bunlara sahip olmaya başlayınca da susuzluğum bitmedi. Her yeni satın almayla, her terfiyle, her israfla keyif almanın eşiği değişti, çıta yükseldi. Kokainden kafayı bulmak gibi, hiç yetmiyor; hep daha fazlasını istiyorum. Yazarkasanın adeta sessiz kutlama yapan zilini duyunca Pavlov’un köpeği gibi adrenalinden salyalarım akıyor. Ya şimdi? Şimdiye kadar istediğim her şeyin aslında hiç de istediğim olmadığının farkına varmak için istediğim her şeye sahip olmam mı gerekti? Etrafım sahip olmak istediğim şeylerle, beni mutlu, tatmin olmuş ve özgür hissettirmesi gereken nesnelerle dolu. Ama kendimi bir kutuya hapsolmuş hissediyorum. İçimde kaos var.”⁴⁹³

⁴⁹¹ Sasaki, *Sadeleş Rahatla*, 26.

⁴⁹² Kükre, “Minimalizm Anlamlı Bir Yaşam mı?: Dünyada ve Türkiye’de Minimalist Pratikler”, 329; Millburn - Nicodemus, *Minimalizm: Geriye Kalan Her Şey*, 34, 68.

⁴⁹³ Millburn - Nicodemus, *Minimalizm: Geriye Kalan Her Şey*, 57-58.

Bu sözler, büyük bir şirket yöneticisine aittir. Herkesin sahip olmayı arzuladığı bir maddîyâta sahip olmasına rağmen iç mutluluğu yakalayamaması dolayısıyla yaşadığı kaos bu cümlelerde hissedilmektedir. Bu ve benzeri örnekler, kişilerin minimalizme yönelme sebepleri hakkında bizlere bilgi vermektedir. Bir başka minimalist ise bu hayatı seçmesinin sebebini şöyle açıklamaktadır: “Maddî sahipliklerin bizi etrafımızdaki dünyanın gerçeğini görmekten alıkoyan bir göz bağından başka bir şey olmadığını keşfettim.”⁴⁹⁴ Bu cümlede, maddîyâtın insan yaşamındaki merkeziyeti ve kişi ile gerçeklikler arasında engel oluşturması vurgulanmaktadır.

Bu hareketi tercih edenlerin bir kısmının ise ailesiyle daha fazla vakit geçirme, kendisiyle baş başa kalma, çevreyi koruma, sosyal adalet, sağlıklı, bilinçli ve mâneviyat yüklü bir hayat sürdürme gibi isteklerden kaynaklandığı görülmektedir.⁴⁹⁵

Özerklik ve yeterlilik ihtiyacı, kişilerin minimalist bir hayatı tercih etmesine sebep iki motivasyon kaynağı olarak gösterilmektedir. Araştırmalar, özerklik ve yeterlilik ihtiyacının normal yollarla karşılanmadığında materyalle/malla telafi etme eğilimi görüldüğünü ortaya koymaktadır. Kişi, bu iki ihtiyacı sürekli olarak materyalizmin döngüsü ile sürdürür ve mülkiyet elde etmeye çalışarak doyum bulmaya çalışır. Oysa ki maddî olan dışsal hedefler, içsel hedefler ile uyumlu değildir dolayısıyla madde, özerklik ve yeterlilik ihtiyacını karşılamaz.⁴⁹⁶ Bu durumun farkına varan bireyler, minimalizm ve benzeri sade yaşam biçimlerine yönelerek daha özgür bir yaşam deneyimlemek istemektedirler.

Bir kısım minimalist, minimalizmden önce kendilerini “kapana kısıtılmış” ve “bağlanmış” hissettiklerini dile getirmektedirler. Sahip oldukları malların ve çok da istemedikleri hediyelerin yükünü taşıdıklarını, yeni bir şey satın almaktan duydukları hazzın hemen geçtiğini vurgulamaktadırlar. Arzuladıkları şeye sahip olduktan sonra tatmin olmamış bir hâl ile yeni bir arayışa girdiklerini ve bu döngünün ruhlarında iç

⁴⁹⁴ Minimalist Colin Wright’a ait bu söz, şurada aktarılmaktadır: Millburn - Nicodemus, *Minimalizm: Geriye Kalan Her Şey*, 68.

⁴⁹⁵ Alexander - Ussher, “The Voluntary Simplicity Movement: A multi-national survey analysis in theoretical context”, 75-76.

⁴⁹⁶ Lloyd - Pennington, “Towards a Theory of Minimalism and Wellbeing”, 123.

sıkıntı meydana getirdiğini ifade etmektedirler.⁴⁹⁷ Bu duruma bir örnek olarak gösterilebilecek minimalist Sasaki tecrübesini şöyle aktarmaktadır:

“Eskiden bir sürü şey satın alırdım, o sahip olduklarım beni kişisel değerimi artıracak ya da beni daha mutlu bir hayata götürecekti zannederdim... Öte yandan aynı zamanda kendimi hep benden daha çok ya da daha iyi eşyaları olan insanlarla kıyaslardım, bu yüzden de perişan hissederdim. Durumu nasıl düzelteceğimi bilmiyordum. Hiçbir şeye odaklanamıyor, sürekli vakit tüketiyordum... Sahip olduğum birçok eşyayı atıp kurtulduğuma çok memnunum. Yepyeni bir insan oldum. Abartıyorum gibi görünebilir... Ancak emin olduğum bir şey vardı ki; etrafımda daha az eşya olunca, her gün daha mutlu hissetmeye başlamıştım. Mutluluğun ne olduğunu yavaş yavaş anlamaya başlamıştım.”⁴⁹⁸

Minimalizmin tercih edilme sebeplerinden bir diğeri ise zaman tasarrufu olarak ifade edilmektedir. Temizlik ve ev düzenine daha az zaman harcamanın sonucunda duyulan özgürlük hissi, minimalizmin minimalistlerin hayatına sunduğu bir diğer katkıdır.⁴⁹⁹ Buradaki zaman tasarrufundan kaynaklanan özgürlüğe ilâve bir diğer özgürlük daha vardır. Her eşya beraberinde mülkiyet yani sahiplenmeyi getirir. Sahiplenme ise bağımlılığa sebep olur, dolayısıyla eşya sayısı arttıkça bağımlılık sayısı da artmaktadır. Bu da kişinin özgürlüğünü kısıtlamakta, enerjisini düşürmekte, yeni şeyler keşfetme yönünü köreltmektedir.⁵⁰⁰ Hayatının sadeleşmesiyle kendisini daha az şişmiş ve daha hafif hissettiğini dile getiren bir diğer minimalist ise “Sanki bir şekilde içsel bir kilo kaybı yaşamış gibiydim.” cümlesiyle tecrübesini aktarmaktadır.⁵⁰¹

Bu başlık altında verilen bilgilerden anlaşıldığı üzere minimalizm hem tercih edilme hem de oluşturduğu sonuçlar itibarıyla bireyin sosyo-ekonomik şartlarına göre farklı bir boyutuyla tecrübe edilmektedir. Genç ve bekar bir minimalist farklı düzeyiyle bu yaşam tarzını devam ettiriyorken çocukları olan, orta yaşlı bir minimalist bambaşka bir minimal yaşam sürdürmektedir. Dolayısıyla minimalist yaşam tarzı,

⁴⁹⁷ Lloyd - Pennington, “Towards a Theory of Minimalism and Wellbeing”, 126; Millburn - Nicodemus, *Minimalizm: Geriye Kalan Her Şey*, 68.

⁴⁹⁸ Sasaki, *Sadeleş Rahatla*, 13-16.

⁴⁹⁹ Lloyd - Pennington, “Towards a Theory of Minimalism and Wellbeing”, 126; Becker - Stanford, *Minimalist Ev*, 25.

⁵⁰⁰ Baranoğlu, *Bana Bi Sade*, 36.

⁵⁰¹ Millburn - Nicodemus, *Minimalizm: Geriye Kalan Her Şey*, 91.

kişilerin yaşamlarında farklı biçimlerde tezâhür etmiş olsa da hayatlarının öncekinden daha iyi, daha özgür ve daha az stresli olduğu noktasında buluşmaktadırlar.

Diğer taraftan yaygın inanışın aksine minimalizmin yalnızca daha az ile ilgili olmadığını ifade eden çalışmalar da vardır. Bu doğrultudaki kabullere göre minimalistler, kaynaklarını bireysel olarak ihtiyaç duyup arzu ettikleri alanlara tahsis ederler. Bu ise bir alanda azaltmaya gidip başka bir alanda artışa izin vermeyi kapsamaktadır.⁵⁰² Dolayısıyla minimalist yaşam tarzına bu açıdan bakıldığında gereksiz harcamalardan kısınan minimalistler, ilgi ve tutku duydukları başka alanlara yatırım yapmaktadırlar.

Minimalist olmaya karar veren birey, hayatındaki tüm fazlalıklardan kurtulmayı gerçekten istemesine rağmen bazen bunu başaramaz. Bu başarısızlık durumunun sebepleri çeşitlidir. Bu sebeplerden biri, sahipliklerin verdiği konforun terk edilmek istenmemesidir. Bu durumu yaşayan bazıları, konfor kaybı endişesini farklı mantık kılıflarına bürüyerek ifade etme yoluna giderler. Bu bahaneler; eşyaların bir anısının olması, hediye olması gibi ifade edilebilir. Minimalist yaşamın belki de en zor tarafı, ilk hareketi gerçekleştirebilmektir. Minimal bir hayatı yaşama kararı alan bireyin güçlük çekeceği en büyük nokta ilk adımı atmaktır. Bu konuda hem kendi sesi hem de çevreden gelen diğer sesler, “niye böyle bir şey yaptığını ve bu iş kolay olsaydı herkes tarafından yapılabileceğini” fısıldayarak harekete geçmeyi zorlaştırır. Diğer yönüyle bazı kimseler ise minimal bir hayat sürdürmek adına gereksiz her türlü eşyayı elden çıkarmanın daha sonra pişman olmaya sebep olabileceği korkusuyla tereddüt yaşarlar. Minimal hayat yaşamayı güçleştiren bir diğer sebep, aksiyona geçmenin zor, en az direnişle karşılaşılacak yolu seçmenin ise kolay olmasıyla ilgilidir. Eşyaları elden çıkarmak, bir emek işidir ve zordur, bu işe hiç koyulmayıp olduğu hâl üzere yaşamaya devam etmek ise kolay olandır. Kişi bu kolay yola kaçarak eşyalarını ve hayatını sadeleştirmeyi ertelemeye gider. Sadeleşme işine hayatı düzene girdikten ya da elinin altındaki işleri bitirdikten sonra başlayacağı düşüncesiyle ertelemek ister.⁵⁰³

Tüm bu bilgiler doğrultusunda zâhid ile minimalist karşılaştırdığımızda şu çıkarımları yapmak mümkündür. Zühd ile minimalizm, kişiye sade bir yaşam tavsiye

⁵⁰² Minter, *Minimalist Lifestyle: A Modifier Of Meaning And Mental Health*, 134-135.

⁵⁰³ Sasaki, *Sadeleş Rahatla*, 65-67.

etmesinden ötürü bir benzerliğe sahip görünse de Allah'ın varlığı, birliği, îmân ve ibadet gibi konularda bu iki anlayış birbirinden ayrılmaktadır. Bu durum aslında ilk bölümde anlatılan geleneksel düşünce ile modern düşüncenin mâhiyetindeki farklılıkla direkt ilişkilidir. Çünkü İslâmî geleneğin ve onun bir alt yorumu olarak tasavvufî geleneğin insanı ele alışı, insanı konumlandığı nokta ile minimalist yaşam biçiminin kökenindeki modern hümanist dünyanın insan algısı merkezî bir farklılık taşımaktadır. Bu farklılık da tüm düşünce, yorum ve algıların farklı yönelmesine sebep olmaktadır. Dolayısıyla iki yaşam biçiminin insan algısındaki farklılık hem başlangıç noktasında hem de ulaşılan son noktada dikkat çekicidir. Zâhidin mümin olması ve sağlam bir niyete sahip olması gerekmektedir. Ancak Yaratıcı'ya kesin bir îmânı olan kimse seyr-ü sülûk neticesinde nur ve hakikat elde ederek huzur bulur. İman ile yola çıkan sâlikin niyeti ve hedefi de en baştan belirlenmiştir. Sâlikin zâhidlik yoluna girme amacı, Mutlak Varlığı tanımak ve sevmektir. Minimalistin ise bu yaşam tarzına adım atarken aşkın bir niyete sahip olduğunu söylemek mümkün değildir. Dolayısıyla minimalist yaşam biçimi, aşkın boyuttan uzak olduğu için insanın kalbî derinliklerine inmekten ve buradaki mânevî problemleri çözmekten uzaktır.

3.2. ZÂHİD VE MİNİMALİSTİN AMAÇLARININ KARŞILAŞTIRILMASI

Yaşamda sadeliği, gereksiz fazlalıktan arınmayı, ihtiyaca yönelik hareket etmeyi bir ölçü olarak belirleyen bu iki yaşam biçiminin uygulayıcısı olarak zâhid ile minimalistin amacı nedir? Sadelik arayışında ulaşmak istedikleri nokta neresidir? Bu noktada geleneksel ve modern iki yaşam biçimi olarak zühd ve minimalizmin birleştikleri ve ayrıldıkları hususlar nelerdir? Çalışmamızda zâhid ve minimalistin amaçlarının ele alındığı bu kısımda genel itibarıyla bu sorulara cevap aranmaktadır.

3.2.1. Zâhidin Amacı

Sûfîlere göre insanın bu dünyaya gönderiliş amacı, Allah'ın zâtını ve sıfatlarını tanımaktır. Var oluş amacı Allah'ı tanımak olan insanın özü ise kalptir. Kalp bir ayna gibidir, iki âlem ise o aynanın kılıfıdır. Ayna olma kâbiliyetine sahip insan nefsi terbiye edilerek kemâle ulaştığında Hakk'ın tüm sıfatlarını kendi benliğinde müşâhede eder, nefsin tanıdığı ve ne için yaratıldığını fark etmiş olur. Fakat bu merhaleye

gelinceye kadar yani kalp aynası Allah'ın isim ve sıfatlarını yansıtabilecek parlaklığa ulaşınca dek pek çok yol ve merhaleleri aşmalıdır.⁵⁰⁴

Bu yolu ifade eden seyr-ü sülûkta genel olarak, benliğin mânevî gelişimine engel olan her türlü durumun ortadan kaldırılarak, sâlikin ruhsal boyutunun aktif hâle getirilip güzelleştirilmesi amaçlanmaktadır. Sâlikin tutum ve davranışlarının güzelleştirilmesi ve kalıcı hâle getirilmesi, kötü ahlâktan kaynaklanan çirkin tutum ve davranışların ise terk edilmesi hedeflenmektedir. Bu hedefe dönük olarak sûfî benlik dönüşümüyle insânî ve beşerî olandan melekî ve ilâhî olana yükseliş gerçekleşmektedir. Bu yükselişin olabilmesi için egodan kaynaklanan hâl ve davranışlardan, Allah'ın istediği hâle doğru bir dönüşüm gerçekleşmesi gerekmektedir. Kişi, bu dönüşüm sürecine girmeye karar verdiğinde, Allah'a yönelme ve ahlâkî kusurları giderme olarak özetlenebilecek iki temel motivasyona sahiptir. Bu ise tutum ve davranışları olumlu yönde geliştirmeyi içeren yatay boyutu ve Allah ile buluşmayı ve dostluk kurmayı içeren dikey boyutu kapsamaktadır.⁵⁰⁵ Çift boyutlu bu dönüşümde sâlikin amacı nefsini ve Rabbi'ni bilmektir.⁵⁰⁶ Bu amaca doğru ilerleyişte sâlikin eski alışkanlıklarını terk etmesi ya da dönüştürmesi önemli bir noktadır. Çünkü kişide yerleşik hâl almış davranışlar, bir vehim hâline gelerek zamanla kişinin kimliğini oluşturmaktadır. Zühd ve diğer tasavvufî yöntemlerle insanın bu alışkanlıklardan kurtulması ve gerçek bir fert olması hedeflenmektedir.⁵⁰⁷ Bu amaç ve motivasyonla yolculuğa çıkan sâlikin yoldaki duraklarından biri de zühd makamıdır.

Zühd, tasavvufta ulaşılmak istenen nihâî hedef değildir, asıl hedef; zühd üzerinden Allah'ı tanımaya ve Allah'ı sevmeye varmaktır. Bu amaca giden yolda problem teşkil eden dünya meşguliyetleri ise zâhidin mârifet yoluna girmesine engel olmaktadır.⁵⁰⁸ Bu engeli aşmak adına gerçekleştirilen, zâhidin dünyadan kaçınması ve fakirlik gibi hususiyetleri de bizâtihi amaçlanan noktalar değildir. Zâhidin gerçekleştirdiği zühd, dünya hayatının Allah'a ulaşmaya engel oluşundan ötürü bir

⁵⁰⁴ Necmuddîn-i Dâye, *Mirsâdu'l-ibâd mine'l-mebde ile'l-me'ad-Sûfîlerin Seyri-*, çev. Hakkı Uygur (İstanbul: İlk Harf Yayınevi, 2013), 40-41.

⁵⁰⁵ Işıtan, *Sûfî Psikolojisi ve Sülemî'ye Göre Sûfî Benlik Dönüşümü*, 64-66, 80.

⁵⁰⁶ Süleyman Uludağ, "Sülûk", *Türkiye Diyânet Vakfı İslâm Ansiklopedisi* (İstanbul: TDV Yayınları, 2010), 38/127.

⁵⁰⁷ Demirli, *Şair Sûfîler*, 55.

⁵⁰⁸ Gazzâlî, *İhyâ'ü 'ulûmi'd-dîn*, 1339, 4/2411.

anlama sahiptir. Yoksa zâhidin en nihayette maksadı Allah sevgisi ve Allah ile ünsiyet kurmaktır. Burada geliştirilecek ünsiyet ve sevgi ise Allah'ı tanımakla mümkündür.

Zâhidin tüm gayret ve rağbeti Allah'a yöneliktir. Bu sebeple zühd makamını elde etmek için zühde yönelmek zâhidin amacı değildir. Nefis için dünyayı değil, Allah için nefsi terk etmek olan bu makamda yerine getirilen şeyler yalnızca Allah için gerçekleştirilmektedir. Bu durumdaki zâhid, zühd sahibi olduğunu dahî unuttur. Gönlünü mal sevgisinden arındıran zâhidin ele geçirmeyi arzuladığı tek şey Allah'ın rızasıdır.⁵⁰⁹ Bu rızayı kazanabilmek için zâhidin dünyaya buğz etmesi bizâtihi amaç değildir, zâhidin gâyesi Allah'a vuslattır. Dünyevî meşguliyetler kişinin Allah için gerçekleştireceği ibadet ve taate bir engel oluşturabileceğinden zühd ile bu mânî aradan kaldırılarak ibadet için boş vakit elde edilmektedir.⁵¹⁰ Sadreddin Konevî (öl. 673/1274) bu durumu, “âyân-ı dünya ‘âyân-ı dünya’ olması cihetiyle mezmûm değildir, kalbin ona taalluk etmesi ve muhabbeti mezmûmdur.”⁵¹¹ cümlesiyle ifade etmektedir. Dolayısıyla zâhidlikte en temel noktalardan bir tanesini kalp ile dünyanın ilişki biçimi oluşturmaktadır. Konuyla ilgili olarak dünyevî sahipliklerin kişiyi nasıl meşgul ettiğine dair İbrâhim b. Edhem'in (öl. 161/778) şu sözü hem bir ölçü vermekte hem de zâhidin ulaşmayı istediği amacı ifade etmektedir. “Kaplerimiz üç perde ile örtülüdür; bu perdeler kalkmadıkça kul için yakînin keşfedilmesi mümkün olmaz. Bu perdeler, elde mevcut malla sevinmek, onun yokluğuna üzülme ve övülmekten hoşlanmaktır.”⁵¹² Zâhidin tüm mücadelesi, kalbi üzerindeki bu üç perdeyi kaldırarak yakîni keşfetmeye yöneliktir. Zühdün hakikatine ulaşma konusundaki bir diğer ölçü ise şöyle dile getirilmiştir: “Şu üç şey kendisinde bulunmadan bir kimse zühdün hakikatine ulaşamaz. Hiçbir şeye bağlı olmadan sırf Allah rızası için *amel*. Dünyevî bir şey beklemeksizin ancak Allah için *konuşmak*. Bir mevki ve makam olmadan (Allah'a itaatle) elde edilen *izzet ve şeref*.”⁵¹³ Burada; niyet, söz ve davranışın Allah ile ilişkisi vurgulanarak bu ilişkiye zarar verecek herhangi bir dış etkenin bu süreci olumsuz etkilemesi istenmeyen bir durum olarak ifade edilmiştir. Zâhidin her türlü

⁵⁰⁹ Mekkî, *Ḳūtü'l-ḳulûb*, 2/719-721.

⁵¹⁰ Gazzâlî, *İhyâ'ü 'ulûmi'd-dîn*, 1339, 4/2394; Sühreverdî, *Avârifü'l-ma'ârif*, ts., 2/278.

⁵¹¹ Ebü'l-Meâlî Sadrüddîn Muhammed b. İshâk b. Muhammed b. Yûsuf Konevî, *Tebşîratü'l-mübtedî ve tezķiretü'l-müntehî-Marifet Yolcusuna Kılavuz-*, çev. Ahmet Remzi Akyürek (İstanbul: İz Yayıncılık, 2013), 93.

⁵¹² Mekkî, *Ḳūtü'l-ḳulûb*, 2/720; Gazzâlî, *İhyâ'ü 'ulûmi'd-dîn*, 1339, 4/2449.

⁵¹³ Kuşeyrî, *er-Risâle*, 221.

sözü ve davranışı Allah’la irtibatlı olmalı ve bu irtibatı kurarken sahip olduğu niyetin sıhhatinden de emin olmalıdır. Bunu gerçekleştirebilen zâhid, bu özelliğinden ötürü herhangi bir makam ve mevki sahibi olmasa da izzet ve şeref sahibidir. Zâhidin tüm söz ve davranışlarının Allah’la bağlantılı olabilme derecesi, yüksek bir bilinç düzeyini gerektirmektedir. Bu bilinç ise sülûk boyunca gelişen ve ilerleyen bir süreçtir. Tüm süreç boyunca gerçekleştirilen mücâhede ve riyâzet ile sâlikin en nihayetinde varmak istediği amaç mârifetullahtır.

3.2.1.1. Mârifetullah

Sülûk ile zâhidin ulaşmayı hedeflediği *mârifet*, birtakım vasıflara sahip kişilere verilen özel bir sıfattır. Bu özellikler, Allah’ı isim ve sıfatları ile tanımayı, tüm işlerde Allah’a karşı samimi ve sâdik olmayı, nefsin vesveselerine kulak asmamayı ve davranışların kötü ahlâk özelliklerinden temizlenmesini kapsamaktadır. Kul, nefsinden uzaklaşarak nefsinin âfetlerinden kurtulduğu oranda Allah’ın rahmetini elde edebilecektir. Bu özelliklere sahip kişi, kalbini Allah’a bağlayıp O’nun dışında herhangi bir şeyde sükûnet arayışına girmeyerek mârifete ulaşır ve ârif olur.⁵¹⁴ Konuyla ilgili olarak Gazzâlî, kalbin huzur duymasının yolunun mârifet-i eşyâdan geçtiğini, bir şey hakkındaki bilginin ne kadar büyük ve şerefli olursa lezzetin de o derece büyük olacağını ifade etmiştir. Dolayısıyla kâinattaki tüm mevcûdâtın şerefli olmasının sebebi olan Allah’ı bilmek, diğer tüm bilgilerden daha şerefli ve daha lezzetlidir. Fakat kalbinde mârifet arzusu bulunmayan kimse hastadır. Yaşadığımız dünyadaki tüm şehvet ve lezzetler ölüm ile yok olmaktayken mârifet ölümle yok olmayıp aksine katlanıp artmaktadır.⁵¹⁵ Sâlikin mâsivâyı sevmesi ve mâsivâ ile meşgul olması mârifete ulaşmasına engel görülmektedir. Öyle ki nefsinin hevesleri ile şehvetine bağlanıp kopamayan kişinin seyr-i ilallah üzere olması mümkün değildir. Çünkü Hakk’ın huzuru, gönlü kirli olanlara kapalıdır. O huzurdaki vahdet sırlarının inceliklerine vâsıl olmak ise zühd ve takvâ ile temizlenmeye, aydınlanmaya bağlıdır.⁵¹⁶ Dolayısıyla vahdeti idrak ve mârifetullahın elde edilebilmesi, nefsi istek ve arzuların uzak durmayı gerektirmektedir. Nefsi istek ve arzular, insanın süflî

⁵¹⁴ Kuşeyrî, *er-Risâle*, 510.

⁵¹⁵ Ebû Hâmid Muhammed el-Gazzâlî, *Kimyâ-yı Saâdet*, çev. Mehmed A. Müftüoğlu (İstanbul: Çile Yayınları, ts.), 1/40-41.

⁵¹⁶ Mahir Efendi, *Hikem-i Atâiyye Şerhi*, 45.

tarafını oluşturduğundan ulvî seviyedeki mârifetullahı erişmeye mânî olmaktadır. Zâhidlik ile kişinin ulvî yönü beslenerek, bedenli varlık olmasından kaynaklı etkiler mümkün olduğunca azaltılmaktadır.

İnsan nefsinin dünyaya yönelerek dünyayı ister hâlde olmasının aslında kişinin yakînindeki zayıflıktan kaynaklandığı düşünülmektedir. Bu düşünceye göre şâyet kişinin yakîni sağlam olmuş olsaydı o yakînin nuru, onun âhireti merkeze almasını ve de dünyayı unutmasını sağlardı. Dolayısıyla yakîni sağlam kişi, Allah'ın rızasına uygun bir hayat sürdürerek, fânî dünyaya iltifat etmeyip ebedî olana gönlünü vererek zâhid olmuş olurdu. Bu noktadan bakılıp değerlendirme yapıldığında zühd, müminin bizzat müşâhede etmiş olduğu bir hâl olmaktadır. İlâhî huzurdaki zâhid, orada bulunmayan, geçici şeyleri sevmez, onlara gönül vermez. Kendisine yakîn nurunun verilmediği kişi, büyük mülkü/âhireti göremez, küçük mülk/dünya onu kendisine çeker. Bu kul, özünde kıymeti olmayan dünyayı sever, niyet ve azmi yüksek seviyelere çıkamaz, zaten yüksek şeyler de o kişinin gözünde bir değer ifade etmemektedir.⁵¹⁷ Buradaki yakîn bilgisi, Allah'ı düşünmeyi sağladığından sûfinin kalbine mânevî hâl ve tecelliler geldiğinde kalbin sükûn ve istikrar hâlini muhafaza edebilmesini sağlamaktadır. Bu muhafaza, sâlikin zihninin bulanıklaşarak şüphe duymasına engel olmakta, yakîn bilgisi onun düşüncelerinin durulaşmasını, huzur ve mükâşefeyi elde etmesini gerçekleştirmektedir.⁵¹⁸ Mârifetullahı elde etmiş kişi, Allah'ın kendisine dünya nimetlerini verip vermemesiyle ilgilenmez, her iki durumdan da zevk ve sefa duyar. Allah'ın verdiği nimetlerle sevinip, vermemesiyle elemelenmesi kişinin ilâhî tecelliden habersiz olduğuna bir delil olarak yorumlanmıştır. Allah'ın kendisine dünya nimetlerini vermediği kişi, Allah'ın kendisini ehadiyet dergâhına yöneltmeyi ve sevdiği kullarının arasına koymayı istediğinin farkında olmalıdır. Bunun aksine nimetten men edildiğine üzülməsi, kişinin Allah'ı tam mânâsıyla bilmediğine bir işaret görülmüştür.⁵¹⁹ Kişinin Allah'ı tanımasının yolu sûfilere göre kişinin kendini tanımasından geçmektedir. Tasavvuftaki seyr-ü sülûk süreci de kişinin kendini tanımasının ardından Allah'ı tanımaya ulaşacağı düşüncesi üzerine kurulmuştur.

⁵¹⁷ Mekkî, *Ḳūtü'l-ḳulûb*, 2/702.

⁵¹⁸ Sülemî, *Derecâtü'l-Muâmelât (İşlemlerin Dereceleri)*, 30.

⁵¹⁹ Mahir Efendi, *Hikem-i Atâiyye Şerhi*, 173.

Bu sebeple mârifetullah, nefsi bilmeye bağlıdır. Kendi nefsinin içinde bulunduğu hâlleri bilmeyenler, vahdet hakikatlerinden ve mârifetten yoksun kalırlar.⁵²⁰ Zâhidin kendini bilmesi konusunda Mevlânâ'nın yaptığı yorum dikkate değerdir. Zâhidlik ile varılmak istenen nokta bağlamında bilme/ilim konusunu çok daha ileri götüren Mevlânâ'ya göre ilimsiz zühd muhaldir. Bir âlim, âlim olmayan yüz zâhiden iyidir. Zâhidlikte dünyanın çirkinliği ile geçiciliğini, âhiretin ise letafet ile bekâsını bilmek gerekmektedir. Dolayısıyla zâhid hem âlim hem de zâhid olmalıdır. Bu durumu benzetme üzerinden açıklayan Mevlânâ, meyve veren bir ağacın meyve vermeyen yüz ağaçtan daha iyi olduğunu ifade etmektedir. Çünkü o ağaçların meyve vermeme ihtimali vardır. Aynı onun gibi Kâbe'ye ulaşmış bir hacı, daha yolda olan yüz hacıdan daha iyidir. Yoldakinin henüz Kâbe'ye ulaşamaması muhtemelken diğeri hakikate vâsıl olmuştur. Bir hakikat ise yüzbin şekten/şüpheden daha iyidir.⁵²¹ Dolayısıyla bilgiden yoksun bir zâhidlik istenen bir durum değildir. Zâhidlik ile varılmak istenen nokta, kişinin önce kendini ardından da Rabbi'ni bilmesidir.

Tüm bu süreç sonunda mârifetullahı elde eden sâlikin kalbine çeşitli hâl ve makamların yerleşmesiyle Hakk'a duyulan saygı artar ve sâlikin kalbi, bedensel ve dış çevrenin etkilerinden uzaklaşır. Yakînin de etkisiyle ârif, beşerî duygu ve düşüncelerin etkisinden uzak bir ruh hâline kavuşur. Dolayısıyla bu durum, sâlikin hem iç dünyasında hem de dış dünyasında barış hâlinin hâkim olmasını temin eder.⁵²² Tasavvufî tüm yöntemler bu amacın bir yönünü oluşturmaktadır. Birbirinin mütemmimi olan mücâhede ve riyâzet yöntemleri, sâlikin ahlâkının olgunlaşmasına hizmet ederek önce kendine, ardından Rabbi'ne ârif olmayı gerçekleştirmektedir.

3.2.1.2. Muhabbetullah

Sülûk sürecinde mârifetullahın yanı sıra hedeflenen diğer bir nokta ise muhabbetullahtır. Allah'ı hakkıyla sevmeye engel oluşturan dünya sevgisi zâhidi, Allah'tan uzaklaştıran en büyük meşguliyetlerden biridir. Dünya ile bağ kurmak kişiyi, âhiretten uzaklaştıracığından ötürü zâhidlik ile bu durumun tersine gönlü mâsivâdan

⁵²⁰ Mahir Efendi, *Hikem-i Atâiyye Şerhi*, 243.

⁵²¹ Celâleddîn-i Rûmî Mevlânâ, *Fîhi Mâ Fîh*, ed. Selçuk Eraydın, çev. Ahmed Avni Konuk (İstanbul: İz Yayıncılık, 2015), 46.

⁵²² Sülemî, *Derecâtü'l-Muâmelât (İşlemlerin Dereceleri)*, 30; Iştan, *Sûfî Psikolojisi ve Sülemî'ye Göre Sûfî Benlik Dönüşümü*, 98.

uzaklaştırarak Allah’a yakınlaştırılması amaçlanmaktadır. Gönül boşluk ve ikilik kabul etmediğinden dünya sevgisi ile Allah’ın sevgisi bir kalpte ve aynı anda bulunmaz.⁵²³ Sûfinin kalbinde Allah’ın sevgisinin yer edinmesi için sûfinin gönlünden ağyâre dair istek ve sevgilerin çıkartılması gerekmektedir. İnsanın yaratılış amacı olarak kemâlin kesbedilmesinde gönlün hevâ ve hevesten arındırılması gerçekleştirilmesi gereken adımların ilkidir.⁵²⁴ Dolayısıyla kalbin dünyaya karşı istek ve ilgiyle dolu olması tasavvuf eğitiminde istenmeyen bir durumdur. Dünyaya rağbet etmek, dünyayı sevmek demektir. Ayrıca dünyalığı çoğaltmaya çalışmak da dünyaya rağbet ediyor olmanın bir diğer alâmetidir. Zühd, Allah sevgisinin sebebi görüldüğünden zâhid olan kişi Allah’ın sevgilisi demektir. Zühdün aksine dünyaya yönelen kişi ise Allah’ın gazâbına uğrar. Dolayısıyla dünyayı seven kişi, Allah’ın gazâbına uğrayan kişi olmuş olur. Diğer yandan muhabbet, makamların en yücesi olduğundan muhabbete götüren bir yöntem olarak zühd de o derece önemli ve kıymetli bir hâldir.⁵²⁵

Zâhid, Yaratıcısının makamından korkan ve bundan dolayı ölmeden önce kendi isteğiyle nefsinin Allah yolunda satan kişidir. Allah bu kişinin sevgilisi ve çok yakın bir dostu olur. Kul da Rabbi’ni sever ki bunun neticesinde Allah’ın kendisine yakınlaştırdığı kullardan olmuş olur.⁵²⁶ Dolayısıyla zühd, kişiyi Allah’tan alıkoyup O’ndan uzaklaştıran tüm her şeyi terk etmektir.⁵²⁷ Bu terkin sonunda ise varılmak istenen nokta muhabbetullahıdır. Mevlânâ, dini şekil ve zâhirden ibaret gören zâhidi eleştirerek âriflik ile âşıklığın zâhidlikten daha kıymetli olduğunu vurgulamıştır. Ona göre gönle aksedip gönlü nurlandıran bilgi faydalıyken bedende kalıp hakikati bildirmeyen bilgi sahibine yükür. Aynı bunun gibi içi boş ve şekilde kalan, gönülde karşılığı olmayan zâhidlik de anlamsızdır. Mevlânâ’da her şeyin varacağı nihâî nokta muhabbetullah olmalıdır. Onun düşünce dünyasında, kulluğun yörüngesini aşk tayin etmektedir.⁵²⁸ Zaten zâhidliğin bir geçiş aşaması olduğu, son nokta olmadığı da bilinen

⁵²³ Gazzâlî, *İhyâ’ü ‘ulûmi’ d-dîn*, 1339, 4/2411, 2413.

⁵²⁴ Ebû Hâmid Muhammed el-Gazzâlî, *el-Münkız mine’ d-dalâl ve’ l-müfşih ‘ani’ l-aḥvâl*, çev. Abdürrezzak Tek (Bursa: Bursa Akademi Yayınları, 2015), 44,69.

⁵²⁵ Mekkî, *Ḳütü’ l-ḳulûb*, 2/693-694.

⁵²⁶ Mekkî, *Ḳütü’ l-ḳulûb*, 2/712.

⁵²⁷ Kuşeyrî, *er-Risâle*, 220.

⁵²⁸ Muammer Cengiz, “Mevlânâ’da Zâhid ve Ârif Tipi”, *Ondokuz Mayıs Üniversitesi İnsan Bilimleri Dergisi* 2/2 (2021), 293.

bir husustur. Mevlânâ zühd aşamasını, sâlikin riyâzat ve mücahede yöntemleri ile sülûk sürecinin sıkıntılarıyla yüzleştiği, fakat aşk ve irfan sırlarının henüz daha gönlünde uyanmadığı zor ve çetin bir evre olarak ifade etmektedir. Bu evrede zâhidin mevhûm benliğinin sahip olduğu unsurların tümünden kurtulması Mevlânâ'ya göre mümkün görülmemiştir. Çünkü zühd döneminde zâhidin gözü tam olarak mânâyâ dönük olmadığından zâhid, sûrete dair özellikleri taşımaya devam etmektedir. Dolayısıyla seyr-ü sülûkun zühd aşamasında sûret, varlık düzleminde olduğundan sâlikin fenâyâ erişmesi henüz mümkün değildir. Sâlik mevhûm benlik özelliklerinden temizleyerek fenâ aşamasına çıkaracak şey ise aşktır. Bu sebepten Mevlânâ'ya göre zühdde yapılanlar, aşk mertebesine ulaşmak için bir araçtır. Zâhidlikte gerçekleştirilenlerden maksat da sâlikin gönlünde ilâhî aşkın uyandırılmasıdır. Mevlânâ, zâhidi aşka ulaştırmayan zühdü kısır görerek böyle zâhidliğin sâlik hakikate iletemediğini ifade etmektedir. Bununla birlikte Mevlânâ, sâlikin zühd aşamasındaki uygulamalar olmadan aşka ulaşmasını da mümkün görmemektedir. Çünkü araç olmadan amacın gerçekleştirilmesi imkân dâhilinde değildir.⁵²⁹

Tüm bu bilgilerin ardından şunu net bir biçimde söylemek mümkündür. Zâhidin, elinden ve gönlünden dünyevî sahiplikleri çıkartmasının ardından onun yerine Allah'ın sevgisinin ikâmesi arzu edilmektedir. Bu ikâmede kulun Allah'a karşı hissettiği güven duygusu önemli bir yere sahiptir. “Kul, zühde ancak Yüce Rabbi'ne güvenerek güç yetirebilir.”⁵³⁰ ifadesinde de vurgulandığı üzere sevgi, güvenmeyi de kapsayan bir süreçtir. Allah'a karşı sonsuz bir güven duyan zâhidin muhabbetullahâ erişmesi, dünyevî sevgilerden uzaklaşıp o sevginin yerine kendisine daha hoş gelen sevgiyi (Allah sevgisini) koyabilmesi ile gerçekleşmektedir. Bu aşamada zâhidin Allah'ı sevmeyi ve O'nun tarafından da sevlmeyi isteyerek kalbinde büyüttüğü Allah sevgisi, onun dünyaya rağbetini engelleyici olmaktadır. Çünkü daha çok sevilen bir sevgili bulmadan eski sevgiliyi terk etmek mümkün değildir. Bu noktada dünyevî zevk ve sahipliklere karşı zâhid olanlara ilâveten âhiret nimetlerinden vazgeçebilenler de mevcuttur. İki hâldekiler de zâhid kabul edilmekle birlikte hem dünyaya hem de âhirete yönelik tüm nimetlerden vazgeçebilenler daha üst mevkide görülmüşlerdir.⁵³¹

⁵²⁹ Osman Nuri Küçük, *Mevlânâ'ya Göre Manevî Gelişim-Benliğin Dönüşümü ve Mi'râcı-* (İstanbul: İnsan Yayınları, 2015), 662-664.

⁵³⁰ Kuşeyrî, *er-Risâle*, 220.

⁵³¹ Gazzâlî, *İhyâ'ü 'ulûmi'd-dîn*, 1339, 4/2436.

Bu durum, zâhidlerin derece derece oluşunun bir göstergesidir. Her zâhid tamamen kendine özgü ilerleyen sülûk sürecinde, kalbinin en özel noktasına Allah'ı koyabilmek uğruna diğer tüm geçici sevgileri ikinci ve daha alt bir seviyede tutabilmenin uğraşını vermektedir. Bu uğraş sırasında bizzat eşyanın terk edilmesini gerekli görenler ile yalnızca dünya sevgisinden uzak durmayı yeterli gören sûfiler mevcut olmuştur. Bu durum, zâhidler arasında yöntem açısından farklılık olduğunu bizlere gösterse de amaç konusunda birlik olduğunu söylemek mümkündür.

Dolayısıyla seyr-ü sülûkun bir parçası olarak zâhidlikte amaç maddî ve mânevî sahiplik ve sevgileri aşarak Allah'ı tanıma ve sevme noktasına ulaşabilmekle ilgilidir. İman ile yola çıkan sâlikin niyeti ve hedefi de en baştan belirlidir. Sâlik, zâhidlik yoluna Mutlak Varlığı tanımak ve sevmek için çıkmıştır.

3.2.2. Minimalistin Amacı

Peki minimalizm yolundaki minimalistler, bu yolun sonunda nereye varmayı amaçlamaktadırlar? Yolculuğun başındaki niyet ve amaçları hangi özelliklere sahiptir? Hayatı minimalleştirmek, pratik olmasından daha çok amaç odaklı bir yaşam biçimidir. Minimalistler, bu hayatın ardından kendilerine göre planladıkları hedef ve arzularına ulaşmayı isterler. Minimalistler, gündelik yaşamlarındaki gereksiz şeylerden kurtularak bazı faydaları elde etmeyi amaçlamaktadırlar. Bu faydalar sadece dağınıklıktan kurtulmak gibi basit düzeyli değildir. Minimal bir hayat, daha iyi bir hayat için özgürleşmeyi sağlamaktadır.⁵³² Dolayısıyla bu yaşam biçiminde gereksiz şeylerden kurtulmak, nihâî sonuç değil bir ilk adım olarak görülmektedir.⁵³³ İlk adımı atan minimalistler süreç sonucunda bambaşka duygular hissederek, çeşitli farkındalıklar elde etmektedirler. Bu yolculukta bireysel farklılıklar olmakla birlikte genel olarak minimalistlerin amaçları; bir tüketici olarak mal varlıklarını azaltmak, alışveriş alışkanlıklarını sadeleştirmek, tüketim malları ve hizmetleri gibi maddî öğeler yerine maddî olmayan tatmin ve anlam kaynaklarını geliştirmek, bunun için deneyime zaman ve para ayırmak, psikolojik ve finansal refah elde etmek şeklinde özetlenebilir.⁵³⁴

⁵³² Becker - Stanford, *Minimalist Ev*, 30.

⁵³³ Millburn - Nicodemus, *Minimalizm: Geriye Kalan Her Şey*, 90.

⁵³⁴ Amitai Etzioni, "Voluntary simplicity: Characterization, Select Psychological Implications, and Societal Consequences", *Journal of Economic Psychology* 19 (1998), 620; Deborah Weinswig,

“Az çoktur” ilkesiyle hareket eden minimalist anlayışta, tüketimi azaltma ve sahip olunan malların sayısını en aza indirmeye, sınırlamaya ve korumaya odaklanmak esastır. Bununla bağlantılı olarak, minimalistlerin bir kısmının sürdürülebilir ve çevreci amaçlara da sahip olduğunu söylemek mümkündür.⁵³⁵ Günlük yaşamdaki fazlalıklardan kurtularak sade bir hayat sürdürmenin tek başına amaç olmadığı asıl amacın bunun ardından ortaya çıkan bireysel tecrübeye bağlı faydalar olduğu önemli bir noktadır. Dolayısıyla gereksiz şeylerden kurtulmak nihâî amaç değil, sadece ilk adımdır. Minimalist Joshua Fields Millburn, maddî sahipliklerinin pek çoğundan kurtulduktan sonra kendisinin bilmediği bir tarafıyla, hayatın daha zor sorularıyla yüzleşip kendine şunları sorduğunu ifade etmektedir: “Maddî sahipliklere ne zaman bu kadar anlam yüklemeye başladım? Hayatta gerçekten önemli olan şey nedir? Niçin mutlu değilim? Nasıl bir insan olmak istiyorum? Kendi başarıımı nasıl tanımlayacağım?”⁵³⁶ Burada, sade hayatı tercih eden bireylerin minimalizme yönelme amaçlarına dair ipuçları yatmaktadır. Tüketimci olmayan sade yaşam felsefelerinin uygulamacıları için “amacın, sofuca bir feragat değil, bir tür sade nezaket”⁵³⁷ olduğu da iddialar arasındadır.

Dolayısıyla minimalistlerin, eskisinden daha özgür, daha sakin, daha iyi ve daha mutlu bir hayat sürdürmek için minimal bir hayatı sürdürdüklerini söylemek mümkündür. Bu süreçte birey, gereksiz kargaşadan uzaklaşarak kendisi için anlamlı ve kıymetli esas değerleri ön plana almayı ve yoğunlaşmayı hedefler. Bu yoğunlaşmada dikkatini dağıtan unsurları ortadan kaldırarak kendisine, çevresine ve önemli bulduğu şeylere odaklanmayı gerçekleştirmek ister. Diğer yandan bazı minimalistlerin sürdürülebilir bir tüketim ve çevreyi korumak amacıyla bu yaşam tarzını tercih ettiği de bilinmektedir. Minimalistler, süreç sonucunda elde ettikleri farkındalık ile mânevî değerlerin maddî zenginlik ve tüketmekten çok daha önemli olduğu bilincine ulaşmaktadırlar.

Zâhid ve minimalistin süreç sonucunda ulaşmayı istedikleri amaçlar karşılıklı bir biçimde değerlendirildiğinde şu tespitleri yapmak mümkündür. Zâhidin zühdü de

“Millennials Go Minimal: The Decluttering Lifestyle Trend That Is Taking Over”, *Forbes* (Erişim 28 Mayıs 2024).

⁵³⁵ Kang vd., “Minimalism as a Sustainable Lifestyle”, 805.

⁵³⁶ Millburn - Nicodemus, *Minimalizm: Geriye Kalan Her Şey*, 90-91.

⁵³⁷ Durning, *Ne Kadarı Yeterli? Tüketim Toplumu ve Dünyanın Geleceği*, 130.

kapsayan tasavvufî yaşantı ile elde ettiği ruhsal ve davranışsal gelişimin tamamı Allah ile bağlantılıdır. Sürecin başı da sonu da Allah'a dönüktür. Sülûk boyunca atılan her adım O'nun için ve O'nun adınadır. Dolayısıyla böyle bir yolculuktaki duraklardan biri olarak zühd makamının da asıl hedefi O'nu tanımak ve sevmektir. Dünyevî arzu ve istekleri kontrol edebilme ve yönetebilme pratiğini geliştirebilmek için zâhid, dünyaya mesafeli bir tavır takınır. Bu tavırda zâhidin asıl maksadını hatırdan çıkarmaması önemlidir çünkü zaman zaman araç ve amaç birbirine karıştırılabilmektedir. Zihni dünya ile meşgul etmemek adına başlanan zühd sürecinde araç mesâbesindeki bazı pratikler kimi zaman zâhidin tüm enerjisini tüketerek kendisini meşgul eden bir hâl alabilmektedir. Bu gibi durumları yaşamamak adına seyr-ü sülûkta, bir rehberin yol göstericiliği ile ayrıca niyet ve amacın sıhhati de sürecin gidişâtını belirleyici hususiyetlerdendir.

Minimalist yaşam tarzında ise günlük hayatı sadeleştirmek için gereksiz her türlü fazlalığın elden çıkartılarak günlük yaşam alanının basit ve sade bir hâle dönüştürülmesine çalışılmaktadır. Minimalist, bu yaşam tarzı ile daha özgür ve mutlu olmayı, vakit ve enerjisini eşya yoğunluğuna harcamamayı hedeflemektedir. Buradan kazanacağı vakit ile minimalist kendini daha iyi hissedeceği alanlara yoğunlaşarak hayatı daha anlamlı ve mutlu bir şekilde sürdürmeyi hedefler. Minimalistler kişisel gelişimlerine yatırım yapmayı, fazla miktarda eşyaya sahip olmaktan daha doğru ve anlamlı bulmaktadırlar. Her ne kadar minimalistler süreç sonucunda birtakım mânevî farkındalıklar elde ediyor olsa da minimalistin dinî bir niyet taşıdığını ve elde edilen farkındalıkların Tanrı ile ilişkilendirildiğini söylemek mümkün değildir. Diğer taraftan minimalist yaşamın sonunda elde edilen değişimin de bireylerin inanç ya da dinî yaşamlarında herhangi bir ilerlemeye katkısı olup olmadığıyla ilgili bir bilgiye rastlanılmamıştır. Bu noktada bireysel örnekler olması tabiki ihtimal dâhilindedir ancak genel anlamda bu yaşam biçiminde dinî ya da inanca dair herhangi bir amaç güdüldüğü görülmemiştir.

Tüm bu kriterler göz önüne alındığında, zâhidin zühd ile gerçekleştirmeyi hedeflediği amaç ile minimalist yaşam tarzından beklenen amaçların pek çok noktada farklılaştığını söylemek mümkündür. Zâhidlik sürecinin tamamının Yaratıcı ile ilişkili olmasına karşın, genel olarak bakıldığında minimalist yaşamın herhangi bir ilâhî varlık ile irtibatlandırıldığını söylemek güçtür. Minimalist yaşam tarzı, yaşanılan dünyanın

fizîkî hangi şartlar altında sürdürüldüğüne ve bireyin özgürlüğü ile duygularına odaklanan bir özelliğe sahiptir.

3.3. ZÂHİD VE MİNİMALİSTİN YÖNTEMLERİNİN KARŞILAŞTIRILMASI

Zâhid ve minimalist olma yolunda takip edilen yöntemlerin ele alındığı bu başlık altında, amaca giden yolda zühd ve minimalizmin ne tür bir yol izlediği işlenmiştir. Zâhid ve minimalist amacına ulaşmak için hangi yolu kullanmaktadır? Sade yaşamı tavsiye konusunda ortaklığa sahip bu iki bakış açısının takip ettiği yöntem hakkında ne türden bir değerlendirme yapılabilir?

3.3.1. Zâhidin Yöntemi

Genel olarak tasavvufta insanın kendi gerçekliklerinin bilgisine ulaşabilmesinin yöntemi, insanın kendi zihninin ötesine geçerek Yaratıcı'nın evrensel benine ulaşması şeklinde gerçekleştirilmektedir. O evrensel benliğe ulaşmanın yolu ise insanın kendi gerçek benliğini tanımasından geçmektedir. Bunu başarabilmek amacıyla çıkılan yolda zâhidlik de bu yolun adımlarından biridir. Peki zühdü gerçekleştirmenin yöntemi nedir? Zâhid hangi yolu takip ederek zühd yolunda ilerlemektedir?

Tasavvufun kendisi üzerine binâ edildiği düşünülen zühd, sâlikin ulaşmayı istediği yüce mertebelerin ve Allah'ın râzı olacağı hâllerin temeli olarak görülmüştür. Bu sebeple zühdü sağlam olmayan bir kimsenin ondan sonraki ilerleyişinin de sağlam olamayacağı düşünülmüştür.⁵³⁸ Buna dayanarak sûfî yolculukta zühdün merkezî bir öneme sahip olduğunu söylemek mümkündür. Peki zühdün uygulanma basamakları nasıl gerçekleşmektedir? Zühdde ilk basamak irâde yani karar aşamasıdır. Zâhidlik yolunda irâde, kişinin hem duygu hem de davranışlarına yerleşmiş alışkanlıkların terk edilmesi noktasında önemlidir. Bu irâdeye sahip mürîdin, gafletten kaynaklanan malâyânîyi terk etmesi, Hakk yolundaki irâdesinin sağlam olduğunu göstermektedir. Boş davranış ve âdetlerin terk edilmesi mürîdin irâdesinin bir göstergesidir. Diğer yönden ise irâde, kalbin tümüyle Allah'ı talep ederek, O'nun rızâsının peşinde olmakla ilgilidir. Buna ilâveten zâhidin bu yola girerken ki niyeti de önemli bir husustur. Sûfî, sülûk yoluna girişte hiçbir dünyevî beklenti ya da bir çıkar peşinde olmamalıdır.⁵³⁹ İrâdenin ardından zühde giden yolda diğer adım tevbe ve inâbedir; bu aşamada sâlik,

⁵³⁸ Serrâc, *el-Lüma*, 72.

⁵³⁹ Kuşeyrî, *er-Risâle*, 350-351.

verâ duygusuna da sahip olmalıdır.⁵⁴⁰ Verâ ve takvâ duygusunun sâlikin gönlüne yerleşmesi zühde uygun hareket edebilmesine yardımcı olacak hususların başında gelmektedir. Verâ ve takvâ ile zâhid, alt benliğine ait arzu ve isteklerinden çekinip sakınarak nefesine direnir. Bu iki duygu, sûfinin terk ettiği dünyevîlikler ile bağlarını kesebilmesinin bir yoludur. Böylece zâhid, terk etmeyi istediği şeyden uzaklaşarak, arzuladığı tarafa doğru yol alabilir.⁵⁴¹ Bu iki duygu, zâhidliğin başında kişiyi zühde hazırlarken ilerleyen süreçte ise zâhidin yaşadığı zorluklara dayanıklılık göstermesi noktasında psikolojik yönden destek ve yardımcı olmaktadır.

Zühdün gereklilikleri ile uygulanma biçimi hakkında tasavvufî eserlerde çeşitlilik olduğu görülmektedir. Sûfilerden bir kısmının yaptığı zühd tanımında bizzat eşyanın terki şart koşularken diğer bir kısmında ise eşyanın kendisinin değil sevgi ve ilgisinin kalpten çıkartılması gerekli görülmüştür.⁵⁴² Bunun gibi farklı yaklaşım ve beklentiler sebebiyle zühdün yöntemi diyebileceğimiz uygulama biçimlerinde de değişiklikler görülmektedir. Örneğin, Ebû Tâlib el-Mekkî'ye göre zühdde öncelikle eldeki mevcut dünyalıkların sevgisini kalpten atmak, ardından ise kalpten çıkarılanların elden de çıkarılması esastır. Eldekilerin yok edilmesi, zâhid açısından dünyanın basit ve küçük görülerek dünya malına değer verilmemesinden hatta dünyalıkları hakir görmesinden dolayıdır. Ona göre bunu yerine getirebilen kişilerin zühd hâli tam olarak gerçekleşebilir.⁵⁴³ Zühdün tam mânâsıyla nasıl gerçekleştirileceği konusunda farklı yaklaşımlar olmakla birlikte bu süreçte, kişinin dâhil olduğu sosyo-ekonomik durumun etkisinin büyük olduğunu da ifade etmek gerekmektedir. Herkes kendi yaşam şartlarına, ortamına, mesleğine ve toplumsal konumuna bağlı bir zâhidlik geliştirmektedir. Bu durumla ilişkili olarak zengin ve fakirin zühdünün ne yönlü olacağı tasavvuf klasiklerinde gündeme gelmiştir. Elinde herhangi bir şey mevcut olanın zühdü, o şeyi elden çıkarmak ve kalbi de o nesnenin arzusundan boş bir hâle getirmek ile yapılmaktadır. Bunu yaparken kalpten geçen duygu ve düşünceler önemli görülmüştür. Örneğin zâhidin bir malı elden çıkardığı hâlde o malın elde kalmasını

⁵⁴⁰ Sülemî, *Derecâtü'l-Muâmelât (İşlemlerin Dereceleri)*, 24.

⁵⁴¹ Işıtan, *Sûfî Psikolojisi ve Sülemî'ye Göre Sûfî Benlik Dönüşümü*, 104.

⁵⁴² Zühddeki farklı tavır ve tutuma örnek olması için iki sûfinin zühd tanımına bakılabilir. Abdülvâhid b. Zeyd zühdü, “dinar ve dirhemi terk etmek” olarak tanımlarken Süfyân-ı Sevrî, “abâ giymek ya da katı yiyecek yemek değil dünyaya yönelik emelini kısa tutmaktır” şeklinde bir ölçü getirmiştir. Kuşeyrî, *er-Risâle*, 220-221.

⁵⁴³ Mekkî, *Kitû'l-kulûb*, 2/718.

istemesi makbul görülmeyerek o zühdün sahih olmadığı dile getirilmiştir. Çünkü bu durum, o şeye rağbet ediyor olmaya delil görülmüştür. Bu birinci durum, zengin olan kişilerin zühdünü ifade etmektedir. Zühdü gerçekleştirmenin ikinci biçimi ise fakirlerin yani elinde malı olmayanların zühdüdür. Bu hâldeki kişilerin zühdü ise zühd sahiplerine imrenmek ve içinde bulunduğu yokluk hâline râzı olmaktır.⁵⁴⁴ Dolayısıyla tek tip bir zühd biçiminin herkes tarafından uygulanmasını beklemek birey ve toplum gerçekliğiyle uyumlu gözükmemektedir. Zühd hayatının, kişinin içinde bulunduğu yaşam şartlarına göre çeşitlenerek farklı anlayış ve uygulamaların ortaya çıkması hem normal hem de kaçınılmazdır.

Tasavvufta zenginlik-fakirlik mevzusu çokça tartışılmış olmakla birlikte şöyle bir yorum yapıldığı da bilinmektedir: Normal şartlarda kişinin sahip olmadığı bir şeyde zühd yapması mümkün değildir. Yani fakir bir kimsenin herhangi bir malı olmadığından zâhid olmasının da imkân dâhilinde olmadığı ifade edilmiştir. Çünkü kişinin elinde olmayan bir şeyden gönlünü çektiğini ifade etmesi anlamsızdır. Fakir kimsenin bir mala sahipken kalbinin ve davranışının ne durumda olacağını kestirmek zordur. Bu sebeple zâhidliğin, mala sahip zengin kimseler tarafından uygulanabilir olduğu dile getirilmiştir. Ancak sadece gerekli şartların sağlandığı bazı özel durumlarda, sahip olunmayan bir şeyde de zühd sahibi olunabileceği iddia edilmiştir. Bu özel durum ise o şeyin elde olmasını istememek, yokluğunda üzülmemek, o maddiyata sahip olmamakla övünmek ve fakirlik hâlinden sevinç duymak olarak ifade edilmiştir. Yani fakir birinin zâhid olabilmesi bu özelliklere sahip olmasıyla mümkün görülmüştür.⁵⁴⁵

Zühd zâhidin hakîkî benliğini tanıma sürecinin önemli bir parçasıdır. Zâhid bu ilerleyişinde marifetullah ve muhabbetullahı ulaşabilmek adına birtakım şeylerden vazgeçer. Bu vazgeçiş, kişinin içinde bulunduğu sosyal ve psikolojik durumla yakından ilişkilidir. Herkesin yolculuğu kendine özel ilerlediğinden tek tip bir yöntemden bahsetmek mümkün değildir. Kimi zâhid maddî sahipliklerin tümünü arkasında bırakırken kimileri ise kısmen terk etmektedir. Dolayısıyla her bir yolculuk biriciktir ve kendi içinde farklı durumları barındırmaktadır. Bu noktada mürşidin,

⁵⁴⁴ Mekkî, *Ḳütü'l-ḳulûb*, 2/713.

⁵⁴⁵ Mekkî, *Ḳütü'l-ḳulûb*, 2/716.

mürîdini iyi tanınası önemlidir. Böylelikle nefis tezkiyesinin daha doğru gerçekleştirilmesi mümkün olabilir. Diğer yandan elbette zühdün belli birtakım usûlü de vardır. İlk olarak zâhidin sağlam bir irâdeye sahip olması, tevbe ve inâbesinde kararlı olması, verâ ve takvâ duygusunun da gelişmiş olması önemli noktaların bir parçasıdır.

3.3.2. Minimalistin Yöntemi

Peki minimalist yaşamın yöntemi nedir? Kişiler, minimalleştirme sürecinde nasıl bir yol izlemektedirler? Minimalist hayatta herkes kendi yaşam biçimine göre bu yaşam tarzını sürdürmekte ve her bir birey minimal hayattan kendine göre farklı bir lezzet almaktadır. Minimalist yaşam şekli, tek yaşayan birisi için farklıyken iş, eş veya çocuk sahibi bir insan için bambaşka olabilir. Ancak bu yaşam biçimini tercih eden bireyler, hangi sosyal çevre ve konumda olursa olsun yeni yaşam biçimlerinin kendilerini özgür kıldığını, hayatlarının daha iyi hâle geldiğini ve çok daha az stres yaşadıklarını ifade etmektedirler.⁵⁴⁶

Minimalist yaşamı hayatında uygulayan bir minimalist; kişisel eşyalarını stratejik biçimde elden çıkartıp yeni eşya satın almayı sınırlandırmak için elindeki eşyalardan olabildiğince yüksek verim almanın yollarını aramaktadır. Minimalistlerin amaç ve hayattan beklentisine bağlı olarak her minimalistin minimal hayatı yaşama konusunda minimalliğinin sınırı ve yöntemleri değişebilmektedir. Bazı minimalistler *kapsül gardrop* ile sade yaşamı tecrübe ederken kimi minimalistler ise *tiny house* adı verilen küçük evlerde hayatlarını sürdürmektedirler. Minimalistlerin yöntemini üç aşamada incelemek daha doğru olacaktır. Çünkü minimalizmin bir kısmı bu yaşam biçimini tercih süreciyle, ikinci kısmı eldeki fazlalıklardan kurtulmakla ilgiliyken bir kısmı ise ihtiyaç dışında herhangi bir şey satın almamak, gereksiz tüketim yapmamakla ilişkilidir. İlk aşamada minimalist, hayatından beklentilerine göre ayrıca görev ve zevkleriyle uyumlu tüketici kimlik biçimi belirlemektedir. Bu kimliğe odaklanan minimalist, amacıyla uyumlu ve kendisine değer katan ürün ve hizmetleri netleştirerek daha sonraki adımlarını bu kriterlere uygun atmaktadır. Bu aşamada

⁵⁴⁶ Millburn - Nicodemus, *Minimalizm: Geriye Kalan Her Şey*, 76.

minimalist, öncelikle hayatını devam ettirecek yeterli (her bir bireye göre farklılık arzeden) ihtiyaç listesini belirlemektedir.⁵⁴⁷

İkinci aşama, minimalistin ihtiyacı olmayan nesneleri elden çıkarttığı mülksüzleştirme ve düzenleme aşamasıdır. Nesneler şu yollarla elden çıkartılır: bağışlama, satma, atma ya da geri dönüşüme gönderme. Bu yollardan herhangi biriyle elden çıkartma süreci, minimalistin sahiplik bağından vazgeçtiği psikolojik ve duygusal boyutu da kapsamaktadır. Burada minimalist, ilk aşamada belirlediği benlik hedefini destekleyen eşyaları saklayıp diğer eşyalardan kurtulma kararını alır, dolayısıyla bu aşama aktif bir süreçtir. Sahip olunan her bir eşya gözden geçirilerek neden sahip olunduğunun ve gerçekten kullanılıp kullanılmayacağının düşünülerek verilecek karara uygun hareketi kapsamaktadır. Bu kararları verirken minimalistin kendisine karşı dürüst olması, istenen sonuca ulaşma konusunda kendisine yardımcı olacak bir unsurdur. Bunun ardından ise yeni eşyalar ile kişisel bir bağ kurma olarak açıklanabilecek edinim süreci gelmektedir. Bu, ilk aşamada netleştirilen ideal kimlik ile uyumlu, kişinin hâlini yansıtan sınırlı miktarda yeni eşya toplama sürecidir. Ayrıca düzenleme sürecinde minimalistler, seyahat ve deneyim gibi maddi olmayan ve ideal kimliğin gelişimine destek olacak aktiviteler için gereken finansal kaynak ve zamanı da planlarlar.⁵⁴⁸ Minimalizmin bu aşamasında atmaya öncelikle çöp kategorisinden başlamanın daha kolay olduğu ifade edilmektedir. Her türden ıvır zıvır sayılabilecek nesnelerdir bunlar: kullanılmayan boş kavanozlar, yiyecek kapları, tarihi geçmiş paketli ürün ve kozmetikler, kırık mutfak aletleri, yırtık veya delik kıyafetler. Atmanın gerçekleştirileceği bir diğer kategori, sahip olunan birden fazla sayıdaki nesnelerdir. Örneğin üç tane makas, onlarca kalem gibi. Fazlalıkları atma konusunda fazlalık olup olmadığını anlamanın bir yolu, herhangi bir nesnenin bir yıldır kullanılıp kullanılmadığının düşünülmesidir.⁵⁴⁹

Üçüncü aşama ise minimalizmin hayat boyu devam eden süreci kapsamasıyla ilişkili yeniden değerlendirme ve bakım aşamasıdır. Minimalistler, minimalizmin devam eden bir yolculuk olduğunu düzenli tasfiye ve mevsimsel ayarlamalar

⁵⁴⁷ Daniele Mathras - Katherine Hayes, "Consumer Minimalism as Identity Curation Process", *Advances in Consumer Research* 47 (2019), 768.

⁵⁴⁸ Mathras - Hayes, "Consumer Minimalism as Identity Curation Process", 768.

⁵⁴⁹ Sasaki, *Sadeleş Rahatla*, 67-69.

gerektirdiğini ifade etmektedirler.⁵⁵⁰ Bu üçlü aşama, minimalizmin genel hatlarıyla basamaklarını ifade etmektedir.

Diğer yandan Joshua Becker ise çok daha net ve detaylı bir şekilde minimalleşme sürecinin yönteminden bahsetmektedir. O, minimalizmin uygulanma biçimini adım adım ve hemen herkesin anlayacağı basit bir dille aktardığı *Minimalist Ev* adlı kitabında kendi adını verdiği minimalleşme sürecini şöyle açıklamıştır: Birinci adım, hedef belirleme aşamasıdır. Bu adımda kişilerin kafasında hayalini kurdukları ev ve hayata dair bir hedef oluşturulmalıdır. Bu hedefi oluştururken kişi, yaşadığı evin kendisine hangi duyguyu hissettirdiğini düşünerek başlayabilir. Şayet kişinin içinde yaşadığı ev kendisini bunaltıyorsa, sahip olduğu şeyler ile hayatta gerçekleştirmeyi istediği amaçlar aynı doğrultuda olmadığındandır. Hayatta gerçekleştirmeyi devamlı arzuladığı ancak bir türlü başlayamadığı şey her neyse belki de bunun sebeplerinden biri evinin dikkat dağıtan ıvır zıvır pek çok şeyle dolu olmasıdır. Kişinin kendisini iyi hissetmesi ve özgürleştirilmesi gereken ev bu kargaşadan dolayı elini kolunu bağlayan ve enerjisini emen bir hâle dönüşmüş olabilir. İşte bunun önüne geçmeyi vaat eden minimalist yaşamda kişiye faydası olmayan eşyalardan kurtularak, asıl önemli amaçların peşine daha büyük tutku ve özgürlükle düşmeyi gerçekleştirir. Bu yolda ikinci adım, aile ile birlikte yaşayan kişilerin minimalist hayat hakkında ailelerini de bilgilendirmesi ve bu fikrin bir aile projesi hâline getirilmesidir. Böylelikle minimal hayatın çok daha başarılı bir şekilde yürütülmesi ve aile üyelerinin de sade yaşamın önemini kavrayarak sürece katkı sunması sağlanmış olmaktadır. Üçüncü adım, sistemli bir biçimde ilerleme aşamasıdır. Minimalleşmeye öncelikle kolay alanlardan başlayarak zora doğru ilerlemek, evdeki tüm eşyalar için “Buna ihtiyacım var mı?” sorusunu sormak, evdeki tüm alanlar için düzenli bir biçimde ilerlemek bu işin en önemli parçalarından biridir. Kolaydan zora doğru ilerlemek, minimalleşme sürecinde tıkanmaya ya da vazgeçmeye engel olacak ve kişinin motivasyonunu artıracaktır. Minimalleştikçe, bu yeni durumun olumlu taraflarını düşünmek ve hedefleri gözden geçirerek yenilemek de minimal yaşam stratejisinin bir aşamasıdır.⁵⁵¹

⁵⁵⁰ Mathras - Hayes, “Consumer Minimalism as Identity Curation Process”, 768.

⁵⁵¹ Becker - Stanford, *Minimalist Ev*, 31.

Minimalist düşünceye göre satın alınan her bir eşyanın karşılığında verilen ücret, yalnızca para cinsinden değildir aynı zamanda kişi, özgürlüğünün bir parçasından da ayrılmaktadır. Minimalistler bu durumu şu şekilde açıklarlar: “Bir dolardan her ayrılışınızda özgürlüğünüzün küçük bir parçasından da ayrılırsınız. Eğer saatte 20 dolar kazanıyorsanız dört dolarlık bir fincan kahvenin size maliyeti on iki dakikadır... 40 bin dolar değerindeki yeni araba da bir yıllık özgürlüğünüze mâl olur.”⁵⁵² Minimalist düşüncenin satın alma ve özgürlük arasında kurduğu bu ilişki, insanların sorgulamaksızın satın alma alışkanlıklarına getirdiği bir eleştiridir. Bu duruma engel olabileceği düşüncesiyle geliştirilmiş yöntemlerden biri olarak, yeni bir satın almanın eşiğinde kişi, kendisine birtakım sorular yönelterek doğru bir adım atabilir. Bu sorulardan ilki, “Bunu kimin için satın alıyorum?” sorusudur. Kişi, bu soru ile satın almak istediği o şeyi yalnızca kendisi için mi yoksa onun ile başkalarına bir imaj yaratmak istediği için mi sahip olmak istediğini netleştirmelidir. Şayet kişinin yapmak istediği o alışveriş, mantıklı bir gerekçeye dayanmayıp tüketimin gösterilmesi amacına dönük ise o noktada kişi, kendi özgürlüğünden çalmış olmaktadır. Bu durumu yaşamamak adına minimalistin kendisine soracağı ikinci soru, “Bu benim hayatıma bir değer katacak mı?” olmalıdır. Kişi, bu soruya vereceği cevap ile yaşamında yer alan eşyaların ya araç olarak bir faydaya hizmet ediyor olduğundan ya da hayatına estetik bir değer kattığından emin olmalıdır. Bunun ardından sorulacak “Buna gücüm yeter mi? sorusu ile minimalist, bir şeyi satın alırken borç altına girmek zorunda kalıp kalmayacağını hesap etmelidir. Borçlu olmanın özgürlüğe engel olan köleleştirici bir tarafı olduğu, bu nedenle mümkün mertebe borç altına girilmemesi tavsiye edilmektedir. Kontrollü alışverişi gerçekleştirmek adına sorulacak diğer bir soru, “Bu parayı en iyi kullanma şekli bu mu?” olmalıdır. Bir diğer soru ise “Gerçek maliyet ne?” şeklindedir. Burada kişi, almayı düşündüğü şeylerin depolama maliyeti, bakım maliyeti, psikolojik maliyeti kapsayan gerçek maliyeti hesaplamalıdır. Sorulacak son soru ise “Benim en iyi versiyonum bunu alır mıydı?” şeklindedir.⁵⁵³ Kişiler, bu soruları kendilerine yönelterek satın almak istedikleri nesnenin gerçekten ihtiyaç olup olmamasını belirlemenin yanında öz kontrol mekanizmasını da işin içine sokarak kendilerini geliştirmektedirler.

⁵⁵² Millburn - Nicodemus, *İnsanları Sev Eşyaları Kullan*, 74.

⁵⁵³ Millburn - Nicodemus, *İnsanları Sev Eşyaları Kullan*, 74-77.

Minimalist yaşamın ne şekilde uygulanacağına dair geliştirilen tüm bu yöntemler, kişilerin yaşadıkları ortamı sadeleştirmeye odaklıdır. Her minimalist, kendi hayat dinamiklerine, ihtiyaçlarına ve yaşam şartlarına bağlı olarak bu yaşam biçimini farklı şekillerde yaşamında tatbik edebilecektir. Fakat temelde minimalist yaşamın ilk adımı hedef belirlemedir. Bunun ardından ise kişiler bu hedefe uygun bir plan tayin ederek, bu plana sâdık olmaya çalışırlar. Bunun için sistemli bir biçimde minimalleşme sürecine girerek yaşam alanlarındaki gereksiz her şeyden kurtulurlar. Sonrasında ise satın alma ve tüketme davranışlarını kontrol altında tutmanın ve minimal hayatı sürdürmenin çabasını verirler.

Görüldüğü üzere minimalist yaşamda yapılması ve yapılmaması gereken hususlar net bir şekilde ifade edilebilmektedir. Bu durumun minimalist yaşamın, hayatın görünür kısmına hitap etmesinden kaynaklı olduğunu söylemek mümkündür. Minimalist yaşamda mânevî ya da içsel bir süreçten daha çok hayat pratiklerine yönelik gerçekleştirilen uygulamalar ile minimalist olmak adım adım tarif edilebilmektedir. Belki de bu durum, minimalizmin geniş bir kitle tarafından anlamlı bulunarak uygulanmasına bir sebeptir. Bunun yanında zâhidlik ise daha çok ruhsal boyutu ilgilendiren bir süreç olduğundan somut bir biçimde zâhidliğin uygulama aşamalarını ifade etmek güçtür. Zâhidlik yolunda sâlik, marifetullah ile muhabbetullahı ulaşabilmek için dünyevî şeylerden uzaklaşır. Bu noktada tek tip bir zâhidlikten bahsetmek mümkün değildir. Kimi zâhid maddî sahipliklerin tümünü arkasında bırakırken kimileri ise kısmen terk etmektedir. Dolayısıyla her bir yolculuk biriciktir ve kendi içinde farklı durumları barındırmaktadır.

3.4. ZÂHİDLİK VE MİNİMALİSTLİĞİN SONUÇLARI

Önceki başlıklar altında zâhidlik ile minimalistliğin amaç ve süreçlerinin karşılaştırılmasının ardından bu bölümde süreç sonucunda elde edilen değişim ve dönüşüm incelenmiştir. Bireylerin zâhidlik ile minimalizmi uygulamalarının ardından hayatlarında ne tür bir değişim tecrübe ettikleri bu bölüm altında ele alınmıştır. Özellikle de maddî ve mânevî arınmışlık, farkındalık ve mutluluk konularına odaklanılarak değerlendirmeler yapılmıştır.

3.4.1. Zâhidliğin Sonuçları

İbadetlere genel olarak bakıldığında, tüm ibadetlerin, psikolojik sağlığı koruma, dengeli kişilik oluşturma, diğer insanlara zarar verecek hâl ve davranışlardan uzak durma, irâdeyi güçlendirme, şefkat ile merhamet duygularını geliştirme, günahkarlık duygusunu yok etme ve maddiyata bağlılığı azaltma gibi alanlara katkı sunduğunu söylemek mümkündür.⁵⁵⁴ Tasavvufî terbiye ile yetkinleştirilmek istenen insanın tek yönlü değil çok yönlü gelişim göstermesi arzulanmaktadır. Bu arzuyla devam ettirilen arınma süreci, duygu ile düşüncenin, tutum ile davranışın, kişilik ile kimliğin tamamını kapsamaktadır. Öyle ki bireysel ve sosyal düzeyde dengeyi kurabilen kişiler, Allah ile de yakın bir ilişki kurabilirler. Çünkü insanın bireysel, sosyal ve mânevî boyutu birbirleriyle ilişkilidir. Tasavvufî eğitimde de bu boyutların birinin diğerini etkilediği düşüncesi hâkimdir. Allah'a ulaşmayı arzulayan kişi, bireysel ve sosyal yaşamını da Allah'ın irâdesine uygun bir biçimde düzenlemelidir. Tasavvufî öğretisi bu bütünlüğü gerçekleştirmek üzerine kurulmuş bir dönüşüm sürecidir. Kişinin nefsini olgunlaştırabilmesi, nefsinin kontrol altına almasının yanında ahlâkını da güzelleştirmesiyle yakından ilişkilidir.⁵⁵⁵ Tasavvufî hâl ve makamları tecrübe eden sâlikin ilerlediği tezkiye yolundaki uyguladığı yöntemlerin her biri bireysel, sosyal ve mânevî alanın güzelleştirilmesine ve istenen bir noktaya taşınmasına dayanır. Zâhidlik de bu aşamalardan bir tanesidir.

Dolayısıyla zühdün içinde yer aldığı seyr-ü sülûk, sâlikte bilişsel, duygusal ve davranışsal alanların tamamını kapsayacak bir değişim ve dönüşüm meydana getirmektedir. Bu değişim ve dönüşüm sürecinde zâhidlik, sürecin yalnızca bir parçasıdır. Sûfînin benlik dönüşüm yolu uzun ve iniş çıkışlıdır. Bu süreçte sûfî, içinde bulunduğu mânevî hâl ve yaşadığı tecrübelerin durumuyla ilişkili olarak farklı hâller deneyimleyerek bir hâlden bir diğer hâle geçer. Bu süreçte yaşanan diğer bir durum olan makam ise kalıcı bir dönüşüm seviyesidir. Bu bölümde sülûk sürecinde zâhidin yaşadığı değişim ve dönüşüm ele alınmıştır. Zühd ile zâhidin zihin, kalp ve davranışlarında meydana gelen farklılık ele alınarak yorumlanmıştır.

⁵⁵⁴ Hüseyin Peker, *Din Psikolojisi* (İstanbul: Çamlıca Yayınları, 2003), 119.

⁵⁵⁵ Ayten - Düzgüner, *Tasavvuf Psikolojisine Giriş*, 109-110.

3.4.1.1. Maddî ve Mânevî Arınmışlık

Seyr-ü sülûk sürecinin tam yürütülebilmesi için beden, zihin ve kalp bütünlüğü önemli bir yer teşkil etmektedir. Zâhidlik, kişinin hem beden hem zihin hem de kalbinde karşılık bulduğu takdirde zühdden istenen neticeler elde edilebilir. Tek yönlü gerçekleşen bir zühdden istenen çapta bir değişim gerçekleşmesini beklemek mümkün değildir. Dolayısıyla sûfinin seyr-ü sülûk yolculuğunda ilerleyebilmesi, kendisini sınırlandıran maddî ve mânevî her türlü etkiden uzaklaşarak Allah’a yakınlaşmasına bağlıdır. Bunun için zühd ile sâlik, nefsinin arzuladığı hazzlardan uzaklaşarak zihin ile kalbini hakikati fark edebilecek hâle getirmeye çalışır. Arınan zihin ve kalp, dünyaya ve hatta âhirete dair beklenti ve kaygılarından uzaklaşarak arınır, içsel huzuru elde eder.

Dünya malına sahip olan kişi aynı zamanda meşgale, sıkıntı ve uzun hesaba da sahip olmaktadır.⁵⁵⁶ Peygamberimiz’in “Rabbi’nize koşun. Zira az ama yeten (rızk), çok olup insanı oyalayandan daha hayırlıdır.”⁵⁵⁷ sözünde de vurgulandığı üzere çokluk, insanı çeşitli şekillerde oyalamaktadır. Yeterli miktardaki az olan ise fazla olandan daha hayırlı görülmüştür. Bu noktada, zühd ile dünya malının insanı oyalamasının önüne geçilmek istendiği açık bir biçimde görülmektedir. Zâhid, sahip olduğu şeylerden kurtulduğunda zihinsel olarak da dünyevî şeylerle olan bağı azaltmış olur. İstek, arzu, hırs ve dünyaya yönelik çabası düşüş gösterir. Maddî bağılıklarından kurtulan zâhidin zihninde dünyevî uyarıcıların sesi azalmıştır. Dış uyarıcıların azalması ise zihin ve dikkatin iç dünyaya yöneltilmesine katkı sağlar. Maddiyâtın oyalayıcı hâlinde kurtulan zihin daha az korku, pişmanlık, beklenti ve ihtiyaç hissi duyar ki bu zihnin arındığının işaretidir.

Zâhidin zihinsel düzeyde de dünyayı terk etmesi istenen bir husustur. Bu durum, “Zühd, dünyayı olduğu gibi terk etmen ve onunla bir tekke yaptırırım yahut bir mescid tamir ettiririm dememendir.”⁵⁵⁸ tanımlamasında dile getirilmektedir. Zâhidin terk ettiği şeyde gönlünün de aklının da kalmaması önemli bir noktadır. Yine “Zühd,

⁵⁵⁶ Gazzâlî, *İhyâ’ü ‘ulûmi’ d-dîn*, 1339, 4/2417.

⁵⁵⁷ İbn Hanbel, *Kitâbu’z-Zühd*, 1/37; Ahmed İbn Hanbel, *Müsned*, thk. Muhammed Abdulkâdir Atâ (Beyrut: Dâru’l-Kütübî’l-İlmiyye, 1429), 5/197.

⁵⁵⁸ Kuşeyrî, *er-Risâle*, 219.

dünyayı terk etmen ve onu kimin aldığına hiç aldırış etmemendir.”⁵⁵⁹ cümlesi de bu konuyla ilişkilidir. Zühdün davranışta meydana getirdiği değişiklik önemli olmakla birlikte zâhidin özellikle zihninde büyük bir dönüşüm gerçekleştirilmek istenmektedir. Bu dönüşüm ile zâhidin, Allah’tan başka herhangi başka bir şey ile ilgilenmesine, zihninin onunla meşgul olmasına yani Allah ile kendisi arasında bir engelleyicinin girmesine engel olunmaktadır. Bu noktada zâhidin dünya ile pozitif ya da negatif her iki biçimde de kurduğu ilişki, Allah ile kuracağı ilişkiye zarar verebilir. Dolayısıyla zâhidin dünyalığa karşı nötr bir tavır takınması istenmektedir. Çünkü dünyalıkları kerih görüp negatif bir ilişki kuran zâhid de aslında dünya ile meşgul kabul edilmektedir. Bu meşguliyeti ise onun ile Allah arasında bir perde olmaktadır. Öyle ki nefsin hoşuna giden şeyler ile meşgul olan nasıl Allah’tan meşgul ise nefesine buğz ile meşgul olan da Allah’tan meşgul olmaktadır. Bu meşguliyet âşık ile mâşukun arasını ayırmaktadır. Âşık, şayet gönlünü tamamen sevgilisine bağlamış olsaydı araya girmek isteyen engelleri fark bile etmezdi. Dolayısıyla sevgilisinden başkasına sevdiği için dönüp bakmak sevgisine bir ortaklık oluyorsa kızdığı için sevdiğinden başkasına bakmak da aynı onun gibi sevgiliye karşı bir eksiklik anlamı taşımaktadır. Kemâl ise ne sevdiği ne de kızdığı için sevgilisinden başkasına iltifat etmemektir.⁵⁶⁰ Dolayısıyla aslanan zâhidin zihninin dünyaya karşı nötr olması, dünyevî olana herhangi bir anlam atfetmemesidir.

“Dünya hayatında zühd, insanın kalp ve bedenini rahatlatır, dünyada tamah ise gam ve kederi çoğaltır.”⁵⁶¹ hadisi ise zühd ile kişinin hem kalbinde hem bedeninde bir rahatlama meydana geldiğini dile getirmektedir. Zâhid, fiziksel ve zihinsel arınma ile birlikte kalbî arınmışlık sürecine de girer. Düşünce ve dikkat maddî alandan mânevî alana yöneltilip odaklanınca Allah ile kurulan bağ güçlenir. Dünyevî sahipliklere yönelik ilginin kesilmesiyle zâhidin ilgi ve alakası Allah ve âhirete yönelir. Bu şekilde kalbî arınma sürecini yaşamaya başlayan zâhidin kalbinde ilâhî tecelliler için alan açılır.

⁵⁵⁹ Kuşeyrî, *er-Risâle*, 219; Sühreverdî, *Avârifü'l-ma'ârif*, ts., 2/277.

⁵⁶⁰ Gazzâlî, *İhyâ'ü 'ulûmi'd-dîn*, 1339, 4/2393.

⁵⁶¹ İbn Hanbel, *Kitâbu'z-Zühd*, 24; İbn Ebi'd-Dünyâ, *Zemmu'd-Dünyâ: ez-Zühd (Hadislerde Dünyanın Yerilmesi: Zühd)*, 54 (No. 76).

Allah'ın nazar ettiği ve îmânın tecelli ettiği yer olan kalp, aynı zamanda dünya sevgisi ve şehvetlerin de yeridir. Kalbe irfan ve yakînin yerleşmesi için gayret edilen tasavvufta, kalbin her türlü nefsânî ve şeytânî istek ve düşüncelerden temizlenmesine çalışılır. Nefs ve şeytan ise bunun aksine kalbe her zaman dünya sevgisini yerleştirmeye uğraşır. Zühd, zikir, ibadet ve benzeri yöntemlerle mâsivaya duyulan ilgi ve sevgi kalpten uzaklaştırılmak istenir.⁵⁶² Kalpte yalnızca Allah sevgisinin yerleşmesi için uygulanan zühd, kalbin dünya sevgisi, şehvet ve hevâdan arındırılması için etkili bir yöntemdir. Kalbin arındırılması, zühd ile ulaşılmak istenen neticelerin başında gelmektedir. Öyle ki dünya malını nefsî arzuları için değil de din yolunda bir âlet olarak sarf eden, “kendilerine rızık olarak verilenlerden Allah yolunda harcayan”,⁵⁶³ kimseler, sûreten dünyada olsa bile kalben mele-i âlâda, Allah'ın katındadır. Çünkü böyle kimseler dünyada yalnızca kendi nefisleri için değil, Allah için yaşamaktadırlar. Sahip oldukları malları, âhireti unutmuş bir hâlde nefs-i emmârenin istekleri için değil Allah için harcayarak dünya malını âhirete dönük yardımcı yapmışlardır.⁵⁶⁴ “Zâhid olmakla, kalplerinin sadece âhiretle meşgul olmasını hedeflediler.”⁵⁶⁵ sözü de bu durumu ortaya koymaktadır. Kalbin yalnızca âhiret ile meşguliyeti hedeflenerek çıkılan zühd yolunda bu hedefe aykırı her türlü düşünce ve duygu kalpten giderilmeye çalışılır. Bu yönüyle düşünüldüğünde zühdün bir kalp ameli olduğunu söylemek mümkün olacaktır. Tam mânâsıyla gerçekleştirildiğinde zühd, Allah'tan başka herhangi birşeye kalbî olarak bağlanmamayı, gönlün Allah sevgisi ile dolmasını temin etmektedir.

Zâhidin kalbinden ve zihninden dünya endişesi çıkarak âhiret endişesi ön plana alınır. Hevâ ve hevesten arınan kalp ise Allah için amel ettiğinin zevkini yaşar hâle gelir. Dünyevî sahiplikleri terk ettiği hâlde zühd hâli kalbinde herhangi bir değişime sebep olmayan (zühdün tadını bulamazsa) zâhid tekrar dünyaya döner. Kalbe sâlih amellerin tadının yerleşebilmesi için kişinin hevâ ve hevesten arınmış olması gerekmektedir.⁵⁶⁶ Zühd, altın, gümüş ve benzeri şeyleri hem elden çıkartmak hem de kalbî olarak terk etmek, mal peşine düşmekten kalbi uzak tutmak, Allah'tan başka her

⁵⁶² Mahir Efendi, *Hikem-i Atâiyye Şerhi*, 331.

⁵⁶³ el-Enfâl 8/3.

⁵⁶⁴ Konevî, *Tebşiratü'l-mübtedî ve tezkiyetü'l-müntehâ-Marifet Yolcusuna Kılavuz-*, 93.

⁵⁶⁵ İbn Ebi'd-Dünyâ, *Zemmu'd-Dünyâ: ez-Zühd (Hadislerde Dünyanın Yerilmesi: Zühd)*, 83.

⁵⁶⁶ Mekki, *Khutü'l-kulûb*, 2/718-719.

şeyden gönlü çekerek dünyayı küçük görüp dünyaya ait tüm izleri kalpten silmektir.⁵⁶⁷ Dolayısıyla zühd, elin dünya malından kalbin ise dünya malının peşine düşmekten boş olması hâlidir.⁵⁶⁸ “Zühdün alâmeti, mülk elinden çıkınca kalpte bir rahatlığın bulunması, o mülke dair kalpte hiçbir arzu ve sevginin bulunmamasıdır.”⁵⁶⁹ sözü de bu durumla alakalıdır. Sûfînin kalbinde beş dirhem değerinde kıyafet giyme arzusu olduğu hâlde üç dirhemlik kıyafet giymesi uygun değildir.⁵⁷⁰ Sözünden de hareketle zühdde kalbin neyi arzuladığının ne derece önemli olduğu anlaşılmaktadır.

Yokluk ve yoksulluk ile sâlik, yüksek bir kalp ve vicdan saflığına ulaşır ki bu derecede bir saflığı namaz ya da oruç ile elde etmesi mümkün değildir. Çünkü namaz ve oruç gibi ibadetlerde her zaman ucb ve riya ihtimali mümkündür. Bu durumda ise ibadetten umulan kalbin boşaltılıp saflaştırılması ve de güzel sıfatlar ile doldurulması gerçekleşmeyebilir. Yokluk ise nefsin her türlü açık ya da gizli arzuladığı hazlara mugayir olduğundan tecelli ve sırların ortaya çıkması daha kolaydır.⁵⁷¹

“Bunca varlık var iken gitmez gönül darlığı.”⁵⁷² sözü de meselenin bu tarafıyla ilgilidir. İnsanın sahip olduğu şeylerin fazlalığı zihin ve gönlünün dolu ve dolayısıyla meşgul olmasına bir sebeptir. İnsan-ı kâmil olma yolundaki sâlikin tüm bu doluluktan arınarak zihin ve gönül saflığına ulaşması gerekli görülmektedir. Dolayısıyla bu hususu sağlamaya yarayan yöntemlerden biri olarak zühd, seyr-ü sülûkun geçilmesi gerekli aşamalarındandır.

3.4.1.2. Öz Kontrol Gelişimi

Zühd, *akd* ve *ameldir*. Zühdün akdi; kalbe âhiret sevgisinin girmesiyle dünya sevgisinin kalpten çıkmasıdır. Zühdde amel ise sevilen şeyleri, Allah yolunda elden çıkartmaktır. Zâhid bunu, Allah’ın cennetinde cemâli ve kendisine yakın olmayı dileyerek yerine getirmektedir.⁵⁷³ “Zühd, kalbi sebeplere takılmaktan kurtarmak ve eli mülkten çekmektir.”⁵⁷⁴ sözünde de belirtildiği üzere zühdde irâde ile davranıştaki

⁵⁶⁷ Kuşeyrî, *er-Risâle*, 220-221.

⁵⁶⁸ Sühreverdî, *Avârifü'l-ma'ârif*, ts., 2/282.

⁵⁶⁹ Kuşeyrî, *er-Risâle*, 220.

⁵⁷⁰ Kuşeyrî, *er-Risâle*, 220; İbn Ebi'd-Dünyâ, *Zemmu'd-Dünyâ: ez-Zühd (Hadislerde Dünyanın Yerilmesi: Zühd)*, 83.

⁵⁷¹ Mahir Efendi, *Hikem-i Atâiyye Şerhi*, 288.

⁵⁷² Yunus Emre, *Yûnus Emre Dîvânı Tenkitli Metin* (İstanbul: H Yayınları, 2008), 383.

⁵⁷³ Mekki, *Ḳütü'l-ḳulûb*, 2/719.

⁵⁷⁴ Kuşeyrî, *er-Risâle*, 220.

birliktelik önemlidir. Dolayısıyla zâhidlik, kişinin irâde ve davranışında birtakım değişiklikler meydana getirmektedir.

3.4.1.2.1. İrâde Kontrolü

İrâde, tasavvufî eğitimde sûfînin ilk adımıdır. Sâlik bu yola kendi istek ve irâdesiyle başlar ve yine sahip olduğu irâdesi ile tasavvufî dönüşüm yolunda ilerler. Yolda ilerledikçe sâlikin irâdesi güçlenerek sağlamlaşır, irâdesini yönetebilmesi, kontrol edebilmesi kolaylaşır. Dolayısıyla irâde, sûfî hayata girerken gerekli olmakla birlikte süreç içerisinde de güçlendirilmesi ve daha dayanıklı hâle getirilmesi gereken bir nokta olmaktadır. Zühd aşaması irâdeyi güçlendirip geliştiren önemli aşamalardan biridir.

Alt benliğin arzu ve isteklerine karşı olarak her türden olumlu karşı koyuş, bir yandan sûfînin ruh sağlığının gelişimine de katkı sağlamaktadır.⁵⁷⁵ Kul, kötü arzuları ile yüz yüze gelip de onu yapmaya gücü olmasına rağmen kendi irâdesiyle o kötü fiili yapmaktan kendisini geri çekerse zühdi sahil olur.⁵⁷⁶ Zâhidin terk edişi tercih ve irâde ile gerçekleşmektedir. Yoksa irâde edilmeksizin zorunlu ve mecburi bir terk, zâhidlik olarak kabul edilmemiştir. Dolayısıyla zâhidin dünyalık zevklerden vazgeçmesi, o zevke ulaşma imkânı olduğu hâlde onu terk etmeyi kendi irâdesiyle tercih etmesidir. İşte bu durumu yaşayan zâhidin irâdesi gelişmekte ve güçlenmektedir. Güçlenen irâdesi ise zâhidin dürtü ve hazlarının her istediğini yerine getirmemeyi sağlamaktadır. Güçlü bir irâde ile hazlarını erteleyebilme ve kontrol altında tutabilme yönü de gelişmektedir. Bu ise kişinin hem Allah ile kurulan kul ilişkisine hem de diğer insanlarla kurulan sosyal ilişkilerine olumlu bir katkı sunmaktadır.

Zâhid, yaşadığı vakit içindeki olaylara karşı sertlik ile karşı koymaz, teslim olur. Zamanın hükümlerine karşı direnç göstermek, şiddetli bir akıntıya karşı tek kürekli bir kayık ile ilerlemeye çalışmaya benzetilmiştir. Bu şekilde zamana karşı direnç göstermek yerine vakte müsaade etmek, vaktin hükümlerine râzı olmak (ibnû'l-vakt) sûfilikte istenen bir hâldir. Sûfînin mutluluğu ve kurtuluşu da bu noktayla ilgilidir.⁵⁷⁷ Dolayısıyla zühd ile irâdesini kontrol edebilmeyi geliştiren zâhid, günlük yaşam

⁵⁷⁵ Işitan, *Sûfî Psikolojisi ve Sülemî'ye Göre Sûfî Benlik Dönüşümü*, 63.

⁵⁷⁶ Mekki, *Ḳūtü'l-ḳulûb*, 2/713.

⁵⁷⁷ Mahir Efendi, *Hikem-i Atâiyye Şerhi*, 57.

içerisinde başına gelen durum ve olayların Allah'ın takdiri ile meydana geldiği idrâkını de kazanmıştır. Dolayısıyla zâhid, hayatında gelişen olumlu veya olumsuz her duruma râzı olmalıdır çünkü her şeyin Yaratıcısı Allah'tır.

3.4.1.2.2. Davranış Kontrolü

Zâhid, elindeki bir malı kendi isteği ve de irâdesiyle elinden çıkarıp bunu yaparken de nefsi kendisine tâbi olan kişidir. Malını elden çıkarmayı yalnızca niyet ve istek düzeyinde gerçekleştirip davranış boyutuna geçirmeyen kişi, zühd makamına erişmiş kabul edilmemektedir. Bu durumdaki kişinin malını elden çıkarmamış olma hâli, kalbinin hâlen o mala rağbet ettiğinin bir göstergesidir. Rağbet ise zühdün zıddıyken sahip olma isteği devam eden kişinin zâhidliğinden söz edilemez.⁵⁷⁸ Zâhidlikte duygu ve davranış birlikteliğinin zorunluluğu burada görülmektedir. Sahiplikten hem elin hem de kalbin kurtulması esas kabul edilmektedir. Bunu öne süren Ebû Tâlib el-Mekkî, kalp ve davranışın her ikisinin de terk etme, yüz çevirme işleminde olmazsa olmazlığını Hz. Yusuf kıssası ile delillendirmektedir. İlgili âyette,⁵⁷⁹ Yusuf'u terk etmek isteyen kardeşleri, onu yanlarında tuttukları aşamada kendilerine zâhid denilmemiş, Yusuf'u küçümseyerek ellerinden çıkartıp onu küçük bir bedel ile sattıklarında kendileri hakkında zâhid ifadesi kullanılmıştır.⁵⁸⁰ Yani rağbet ve hevesin göstergesi bir şeyi elde tutmak, zühdün göstergesi ise elden çıkartmaktır. Zâhid dünyalığın bir kısmını elinden çıkarıp bir kısmından vazgeçemediğinde ise yalnızca elinden çıkardığının zâhidi olmuş olur, mutlak sûrette zâhid olmaz.⁵⁸¹

Aynı eserin bir başka yerinde ise Ebû Tâlib el-Mekkî, ârif olanın elinde malı bulunuyorken de zâhid olmasının imkân dâhilinde olduğunu ifade etmektedir. Ârif kimsenin elindeki malını nefsinin memnun olması için elinde tutmamasından, elinde bulunan o malı kendi mülkü olarak görmemesinden bu sebeple de o malın huzurunu bozmadığından ötürüdür. Bunun da ötesinde ârif, kendisini malı elinde tutan ve yerine ulaştırmak için Allah'ın hükmünü bekleyen bir emanetçi olduğunu ve malın gerçekte Allah'a ait olduğunu bilirse zâhid olmuş olur. Zâhidliğin diğer bir kriteri ise malın

⁵⁷⁸ Mekkî, *Ḳūtü'l-ḳulûb*, 2/714.

⁵⁷⁹ Yusuf, 12/19-20.

⁵⁸⁰ Mekkî, *Ḳūtü'l-ḳulûb*, 2/714.

⁵⁸¹ Gazzâlî, *İhyâ'ü 'ulûmi'd-dîn*, 1339, 4/2439.

varlığı ve yokluğunun onun zihninde ve kalbinde eşit derecede anlam ifade etmesidir. Bir de sahip olduğu o mal üzerinde Allah'ın emrini hızlı bir biçimde gerçekleştirmesi, o malı kendisinin değil, ihtiyacı olan din kardeşlerinin görmesi ve Allah yolunda verebilmesidir. Bu durum zühdün de üzerindeki tevekkül makamını ifade etmektedir.⁵⁸²

3.4.1.3. Farkındalık Gelişimi

3.4.1.3.1. Maddiyat ve Mâneviyat Farkındalığı

Zühd, kişinin dünyaya ve dünyalıklara değer vermemesiyle alâkalıdır. Tasavvufta, her türden maddiyata yani dünyevîliğe değer vermek riyâkarlık ve kibirle ilişkilendirilmektedir. Riya ve kibir ise dünyevîliği önemseyerek ona bir değer ve anlam vermekten kaynaklanmaktadır. Dolayısıyla kişi zâhid olup da dünyadan beklentisini kesmedikçe riyâ hâlinde kurtulamamaktadır. Zâhidlik hâlinde sabretmek burada önemlidir. Sabır, hazza karşı direnç gösterebilmektir. Bu sabra, Allah'a yönelerek insanlardan ümidi kesmenin sonucunda ulaşılabilir.⁵⁸³

Kulun zühdü tam olarak kavramasının yolunun öncelikle dünyanın ne olduğunu bilmesinden geçtiği belirtilmektedir. Kur'ân-ı Kerîm'de insanlara câzip gelen dünyevî hazlar altı maddede şöyle özetlenmiştir: *"Nefsânî arzulara; kadınlara, oğullara, yığın yığın biriktirilmiş altın ve gümüşe, soylu atlara, sağmal hayvanlara ve ekinlere düşkünlük insanlara çekici kılınmıştır. İşte bunlar dünya hayatının geçici menfaatleridir. Hâlbuki varılacak güzel yer, Allah'ın katındadır."*⁵⁸⁴ Bu âyetin hemen ardındaki âyette ise *"De ki: Size bunlardan daha iyisini bildireyim mi? Takvâ sahipleri için Rableri katında, altlarından ırmaklar akan, ebediyen kalacakları cennetler, tertemiz eşler ve Allah'ın hoşnutluğu vardır. Allah kullarını eksiksiz görmektedir."* ifadesiyle takvâ sahiplerine âhirette verilecek cennet vurgulanmıştır. Âyette belirtilen hususların tamamı kendisine çekici gelen kişi, dünyanın tamamını sevmiş olmaktadır. Bu ise ileri derece bir dünya sevgisi anlamına gelmektedir. Bu altı maddeden birini ya da bir kısmını seven ise dünyanın bir kısmını sevmiş olur. Öyleyse şehvet yani bir şeye aşırı düşkünlük dünya demektir. Ayrıca dünyada bekâ arzusu da (daha fazla kalma

⁵⁸² Mekkî, *Ķütü'l-kulûb*, 2/716-717.

⁵⁸³ Demirli, *İslam Düşüncesi Üzerine Söyleşiler ve Konuşmalar*, 41.

⁵⁸⁴ Âl-i İmrân, 2/14.

arzusu) dünya kategorisine dâhil edilmiştir. Bu hâlin tersi, yani dünyada devamlı kalma arzusundan gönlü çekmek, Allah'ı istemek ve O'na yönelmek ise zühd olmaktadır. Dünyadan gönlünü çeken zâhid kişi, Allah'ın dostudur. Temel ihtiyaçlar ise dünya kategorisinden değildir.⁵⁸⁵ Zâhidlerin dünyanın değersizliğine yaptıkları vurgu dikkat çekicidir. Hatta zâhidlerden bazıları dünyanın zühd yapılacak kadar bile kıymeti olmadığını dile getirmişlerdir. Şiblî, Allah'ın katında sineğin kanadı kadar değeri bulunmayan dünyanın zühd etmeye bile değmediğini ifade etmiştir. Yine bu bakış açısıyla Ebû Bekir Vâsıtî de dünyanın bir tuvalet durumunda olduğunu dolayısıyla dünyayı terketmekten dolayı övünmenin aldatıcı olduğunu belirtmiştir.⁵⁸⁶

Diğer yandan Peygamber Efendimiz'in "Gücünüz yettiğinde dünya düşüncelerinden uzaklaşın. Çünkü en büyük düşüncesi dünya olan insana Allah malı çok ihsan eder ve önüne fakirlik duygusunu koyar. En büyük düşüncesi âhiret olan insana gelince, Allah onun işlerini toparlar ve gönlüne kanaat duygusu ilkâ eder. Bir kul kalbiyle Allah Telâlâ'ya yönelirse, Allah müminlerin kalplerine, sevgi ve merhametle ona yönelme duygusu yerleştirir. Ayrıca Allah Teâlâ bütün hayırlarda süratlice ona yönelir (ihtiyacını hemen giderir)."⁵⁸⁷ sözünde de ifade edildiği üzere zâhid olup olamamanın arka planındaki en büyük sebeplerden biri, kişinin dünya ve âhireti nasıl anlamlandırdığıyla alakalıdır. Dünyayı en çok isteyen kişi en uzun emele sahip olan insandır. Bunun sebebi o kişilerin, dünyaya karşı rağbeti ve hırsı çok olmasından kaynaklıdır. Dünya hayatında devamlı uzun emeller peşindeki kişinin şayet emelleri yarın kadar kısa olsaydı fakirliği tercih ederdi.⁵⁸⁸ Dolayısıyla kişi, dünya- âhiret ya da maddiyat-mâneviyat sıralamasındaki tercihiyle göre tüm yaşamını yürütür. Yaşamındaki tüm karar ve adımları, arzu ve korkuları bu tercihiyle bağlantılıdır. Bu sebeple de seyr-ü sülûkda ilerleyen sâlik, maddî şeylere verdiği anlama dikkat eder ve hayatını da amaç ve önemdeki önceliklerine göre planlar.

3.4.1.3.2. Kendi Özü Hakkında Farkındalık, Kendini Tanıma

Sûfî, tasavvufî yöntemlerle kalbinin derinliğine inerek kendini tanımaya çalışır. Bir nevi iç gözlem olan bu yöntemler ile sûfî kendi davranış, tepki ve tutumları ile

⁵⁸⁵ Mekkî, *Ḳütü'l-ḳulûb*, 2/702.

⁵⁸⁶ Sühreverdî, *Avârifü'l-ma'ârif*, ts., 2/277.

⁵⁸⁷ Beyhakî, *ez-Zühdü'l-kebîr*, 305; İsfahânî, *Hilyetü'l-evliyâ' ve ṭabaḳâtü'l-asfiyâ'*, 1/227.

⁵⁸⁸ Mekkî, *Ḳütü'l-ḳulûb*, 2/710.

bunları gerçekleştirirken ki niyetini gözden geçirir. Eksik ve yanlışlarını bu şekilde fark eden ya da hocası tarafından yönlendirilen sûfî, zühd ve murâkabe gibi tasavvufî yöntemler ile kendi hakkında bilgi sahibi olmuş olur. Zühd ile sâlik zihin ile kalbindeki maddiyata dair sevgi ve ilgisini azaltarak dünya ve kendi maddî yönüne dönük olan dikkatini benliğine vererek dünya ile maddî bedeninden kaynaklı korkulardan uzaklaşmış olur. Bu gelişim ile sâlikin kendi özü hakkında farkındalığı ve bilgisi artarak kendi ruhu ile iletişim kurması kolaylaşır.

Sâlikin kendi özüne dönmesinin sağladığı içsel uyanıklık ve coşku ile oluşan mânevî enerji, kişinin kendisine dönmesi noktasında yardımcı olur. Kendi özüne dönen sâlik buradan aldığı enerjiyle pozitif benlik saygısı geliştirir ve tüm kâinat hakkında olumlu bir bakış kazanır. Bu bakış ile yaratılmışların her birine hoşça bakmayı, şefkat duymayı başarır. Bunun sebebi sâlikin alt benliğinin etkisinden kurtulup, varoluşsal kimliğini inşâ edebilmesinden dolayıdır.⁵⁸⁹

3.4.1.3.3. Emeli Kısaltma ve Dünyanın Fânî Oluşu Hakkında Farkındalık

Zühdün hem sebep hem de sonuçlarından biri olan dünyanın geçici olduğu bilincinde olma hâli, zühdün merkeziyetini teşkil etmektedir. Çünkü dünyaya dair korku ve endişelerin pek çoğu dünyayı fazlaca sevip anlam yüklemekle ve dünyada uzun süre kalma isteğiyle alâkalıdır. Dünyaya dair korku ve arzuların azaltılması ölüm duygusunun geliştirilmesiyle mümkünken ayrıca zâhidlik de ölüm duygusunu güçlendiren etkenlerden bir tanesidir. Yani ölüm duygusu, dünyaya dair emeli kısaltmakla zâhidliğe doğru gidişi kolaylaştırıcı bir duygu olurken diğer yandan zâhidliğin sonuçlarından birini oluşturmaktadır.

Ölüm duygusu, sâlikin yolculuğunda kötü huy ve davranışlardan kurtulmasında bir taraftan motivasyon kaynağı diğer yandan ise ölüme hazırlanma durumunu güçlendiren bir hâl olmaktadır. Dünyevî problemlerin, kaygı ve korkuların zihinde mevcut olan yaşam hakkındaki korkulardan kaynaklandığı düşünüldüğünde zihindeki bu korku ve kaygıları ölüm duygusunun azaltması mümkündür.⁵⁹⁰ Zâhid dünyaya yok olup gidecek gözüyle baktığında zühde uygun hareket etmesi daha kolaylaşır. Çünkü dünyanın fânî oluşunun tam bilincinde olan kişinin gözünde dünyanın bir değeri

⁵⁸⁹ Işıtan, *Sûfî Psikolojisi ve Sülemî'ye Göre Sûfî Benlik Dönüşümü*, 101.

⁵⁹⁰ Işıtan, *Sûfî Psikolojisi ve Sülemî'ye Göre Sûfî Benlik Dönüşümü*, 62.

kalmaz, dünya gözünde küçülür böylece dünyadan uzaklaşması daha kolay hâle gelir.⁵⁹¹

Emeli kısaltma, zühdün ilk makamıdır, çünkü emeli kısaltma, takvânın hem başlangıcı hem de dünyaya karşı umutlanmamaya bir hazırlıktır.⁵⁹² Zühd ile nefsinin arzularından uzaklaşan zâhidin dünyaya hevesi kalmaz ve uzun emellere dalmaz. Çünkü uzun emel, yani dünyada daha fazla yaşama isteği, dünyadan daha çok fayda ve haz almak içindir. Arzulanan şeylerin devam etmesi ise normal şartlarda istenen bir durumdur. Uzun yaşamayı istemek de dünya hayatında var olan ya da var olması mümkün olan şeylerin devamını istemekten başka bir şey değildir. Dolayısıyla zâhid, zaten dünya nimetlerinden uzak kaldığı için dünyada daha uzun kalmak gibi bir isteği de taşımaz.⁵⁹³ Kişi tövbe, zühd ve Allah için devam ettiği amel dolayısıyla o andaki meşguliyeti onu, gelecek vakitle uğraşmaktan alıkoymuş olur.⁵⁹⁴ Çünkü zâhid, kalıcı şeref olan Bâkî Allah'a bağlılığı, geçici şeref olduğunu bildiği maddiyata tercih etmiştir. Allah ile şereflenip aziz olan bir kimseyi hiçbir güç zelil edemezken mâsiva ile şereflenen kimse ise mâsivanın yokluğuyla zelil duruma düşer.⁵⁹⁵ Dolayısıyla zâhid, dünyanın geçiciliği ve ölümün yakınlığı düşüncesine sahip olarak dünyaya bağlanmamayı gerçekleştirebilir. Bir bilinç hâlini ifade eden bu durum, sülûk boyunca geliştirilmektedir. Bu bilinç ile yaşamını sürdüren sâlik, kendisi de dâhil olmak üzere Allah'tan başka her şeyin geçiciliğinin farkında olmalıdır.

3.4.1.4. Huzur ve Anlam Hissi

Genel mânâda dinî inanç ile bu inanca uygun hareket etme sonucunda meydana gelen mânevî hâl, kişinin hayatında bir motivasyona sebep olur. İnanan kişinin taşıdığı inanç ve mânevî değerler, ruh sağlığını muhafaza etmeye katkı sunar. Bu durum, inanç ve mânevî değerlerin hayatın anlamı konusunda kişiye bir alan açması ile alâkalıdır. Dinlerin öte dünya inancı ile yaşanan dünya hayatı kalıcı bir hayata hazırlık olarak anlamlandırılarak ideal bir düşünce geliştirilir. Dolayısıyla bu durumda, yaşanan dünya, öte dünyanın şartlarını belirleyecek önem ve anlama sahip olmaktadır. İnsan

⁵⁹¹ Kuşeyrî, *er-Risâle*, 219.

⁵⁹² Makdisî, *Şafvetü't-taşavvuf*, 84.

⁵⁹³ Gazzâlî, *İhyâ'ü 'ulûmi'd-dîn*, 1339, 4/2453.

⁵⁹⁴ Sühreverdî, *Avârifü'l-ma'ârif*, ts., 2/278.

⁵⁹⁵ Mahir Efendi, *Hikem-i Atâiyye Şerhi*, 162.

bu dünyada sahip olduğu potansiyel güçlerini kullanarak ruhsal boyutunu en üst ve aşkın seviyeye çıkarmak için elinden geleni yapmalıdır. Yaratıcı'nın emanet olarak verdiği hayatı olgunlaşarak tamamlayıp mutluluğa erişmelidir. Tasavvufî gelenekte de bu düşünceye uygun olarak hayatın anlamsızca yaşanmasına itiraz edilmektedir. Hayatın içinde sûfî, önüne çıkan tüm olayları benlik dönüşümünün bir parçası olarak anlamlandırır. Benlik dönüşümünde yol alan sâlik, varlığının farklı boyutlarını anlama çabasıyla ilerlemeyi ve kemâle ermeyi hedefler. Kemâle ulaşma yolunda kendisine engel oluşturan hususların ortadan kaldırılarak benliğin arındırılması ve bunun yerine güzel huy ve davranışların koyulması amacıyla geliştirilmiş bir hayat biçimidir. Benliği, mevcut olumsuz hâlden uzaklaştırıp sağlıklı bir benlik oluşturmaya dönük bir çalışmadır. Sağlıklı benlik ise kişinin kendisini kuşatan eşyanın gerçek tabiatını idrak etmeyi gerektirir. Bu idrak ile sûfî, Allah'a yakınlaşmaya doğru sürdürdüğü yolculukta kendisine engel olan hevâ ile şehvete düşkünlükten korunarak, egosunun ön planda olduğu bencil bir yaşamdan uzaklaşmış olur. Bu ise kişinin benliğinin dış dünyaya ve diğer insanlara açık olmasını sağlayarak varlığın tüm boyutlarıyla ilişki içinde olmasının zevkini verir. Sûfî, gerçekleştirdiği bedensel ve ruhsal egzersizler ile kendi ruhuyla ilişki kurar. Kendi ruhuyla kurduğu bu ilişki de sâlikin içsel huzur ve mutluluk hissetmesine sebep olur. Mutluluğuna engel olacak dış etkenler ise sâlikin içsel mutluluk ve huzurunu bozamaz.⁵⁹⁶ Bu yolculuğunda sâlikin uyguladığı yöntemlerden biri olarak zühd ile sâlik, dünyanın sebep olduğu beklenti ve korkulardan uzaklaşarak ruhuyla kurduğu ilişkiyi güçlendirir. Zâhidin ruhu ile kurduğu ilişki güçlendikçe kendi özü hakkındaki farkındalık ve bilgisi artar ve bu durum ise mutluluk ve huzur hissinin artmasına etki eder.

İslâm tasavvufunda genel olarak mutluluk, “her türlü aşırılıklardan uzak durmak ve erdemli olmak” şeklinde tanımlanmıştır. Bu düşüncenin oluşmasında etkili olan düşünürler, kişinin beden, psikoloji ve mâneviyâtının birbiriyle ilişkili olduğunu kabul etmişlerdir. Bu sebeple de fizyolojik sağlık, psikolojik iyi olma hâli ve de ahlâkî erdemli olma hâli birliktelik oluşturmaktadır.⁵⁹⁷ Sûfilere göre mutluluk, ahlâk-ı hamîdeye erişmekle mümkün olabilir. Bunun yolu ise nefsin arzu ve isteklerine boyun

⁵⁹⁶ Işıtan, *Sûfî Psikolojisi ve Sülemî'ye Göre Sûfî Benlik Dönüşümü*, 59-61.

⁵⁹⁷ Sevdin Düzgüner - Ayşe Şentepe, “Characteristic Themes in Psychology of Religion in Turkey: Muslim Thinkers' Views on Human Psychology and Psychology of Sufism”, *Psychology of Religion in Turkey*, ed. Ali Ayten vd. (Netherlands& USA: Brill Publishing, 2015), 45-47.

eğmekten değil aksine nefsi terbiye etmekten geçmektedir.⁵⁹⁸ Nefsi terbiye etmek, nefsin emmârelikten mutmainneye ulaştırılmasıyla gerçekleştirilir. İnsanın saâdeti, nefsin tezkiye edilmesinde, şekâveti ise nefsi kendi hâline bırakmaktadır.⁵⁹⁹ Konuyla alakalı, “Her şeyin saadeti, onun lezzet ve haz aldığı şeydedir. Her şeyin lezzeti ise tabiatının gerektirdiği şeyde yani muktezâ-yı tab’ındadır. Bir şeyin muktezâsı ise kendisi için yaratıldığı şeydedir. Meselâ şehvet, nefsin isteklerine erişmek, gazap düşmandan korunmak için yaratılmıştır. Hâl böyle olunca kalbin lezzeti de kendisi için yaratıldığı şeydedir. Kalbin yaratılış amacı ise eşyanın hakikatini bilmektir. Kalbin özelliği budur.” ifadesiyle Gazzâlî mutluluğu, kalbin yaratılış amacı olan mârifete erişmesiyle mümkün görmektedir.

Sûfî, hayatında karşılaştığı her durumu ilâhî kader düşüncesiyle hikmet bakış açısına uygun olarak değerlendirir. Bu durum onun, karşılaştığı problemlerde aşırı üzülmeye psikolojik yıkım yaşamamasına engel olur. Sûfinin bu kabullenme hâli, kendisine pozitif enerji vererek, iyi ruh hâlinin sürmesinde etkilidir. İlâhî adalet duygusunu içselleştirmiş olan sûfî, yaşamda meydana gelen gerçeklikleri bu duygu ve bilinç ile değerlendirerek olayların olumlu tarafını görmeye başlar. Bu ise onun zihninde mânevî terapötik etki oluşturarak sûfîyi, psiko-ruhsal yönden destekler. Geliştirdiği bu tarafla sûfî, yaşamında meydana gelen olayların arka planına bakabilmeyi, olayları başka bir yönüyle okuyabilmeyi gerçekleştirir.⁶⁰⁰

Maddî ilgi ve sevgilerden özgürleşmemiş kişiler, sahip olmak ve tüketmekle yani nefsinin istek ve arzularına uygun hareketle mutlu olmaya çalışırken sûfîler, geçici dünyanın ve ölümlü bedenın değil ölümsüz ruhun mutluluğunun peşindedirler.

3.4.1.5. Özgürlük Hissi (Sahip Olmaktan ve Sahip Olunmaktan Özgürlük)

Sûfilikte sadece Allah’a yönelerek O’ndan isteme ve O’ndan başka kimseye muhtaçlık duymama konusunda net bir tavır vardır. Hürriyet, fakr-ilallah yani Allah’a muhtaçlıkta görülmüştür. Fakr-ilallah ise istiğna billahtan (Allah’tan kaynaklanan zenginlik) kaynaklı hürriyetin açıklaması olarak kabul edilmiştir. İnananlar için hür olmak, istiğna ile ilişkilidir.⁶⁰¹ İbn Atâullah el-İskenderî’nin “Ey mürid, umut kestiğin

⁵⁹⁸ Gazzâlî, *Kimyâ-yı Saâdet*, 32.

⁵⁹⁹ Dâye, *Mirsâdu'l-ibâd mine'l-mebde ile'l-me'ad-Sûfilerin Seyri-*, 173.

⁶⁰⁰ Işıtan, *Sûfî Psikolojisi ve Sülemî'ye Göre Sûfî Benlik Dönüşümü*, 63.

⁶⁰¹ Demirli, *İslam Düşüncesi Üzerine Söyleşiler ve Konuşmalar*, 36.

şeyden hürsün, ümit beslediğin şeyin kölesisin.” sözünde de ifade edildiği üzere insan için en büyük şeref hürriyet, en alçak hâl ise bağılılıktır. Her ne olursa olsun bir şeye ümit bağlayan kimse o şeyin kölesi olmaktadır. Ümit ve tamah, bir şeyi çok fazla istemenin ve sevmenin göstergesidir. Umudu keserek kanaat etmek ise kalbin o şeye karşı boş olduğunun ve muhtaçsızlığın (gınanın) işaretidir. Tamah eden kul, umut kesen ise hürdür.⁶⁰² Bu ise zâhidin hâlidir. Nasıl ki tamah eden kul, umut eden hür ise zâhid de her türlü dünyalığa uzak kalmayı tercih ettiğinden dolayı özgürlüğe yakınlaşmaktadır.

İnsan aradığının ve peşinden koştuğunun bir anlamda kölesidir. Gazzâlî’nin “Her aranan mâbuddur. Her arayan, aradığının kuludur. Allah’tan başkasını aramak gizli bir şirktir.”⁶⁰³ sözüyle zâhidin seyr-ü sülûkun son noktasında ulaşacağı tek gâyesinin Allah olduğu, O’ndan başka herhangi bir hedefinin kalmadığı anlatılmak istenmektedir. Herhangi bir acıdan kurtulmak ya da bir fayda elde etmek için değil yalnızca Allah için yapılan zâhidliğin en üst derecesi budur. Bu dereceye ulaşan zâhidin kendisine mâlik olan yalnızca Allah’tır. Allah’tan başka herhangi bir sebep ya da menfaat kendisine hâkim olamaz.⁶⁰⁴ Tüm bunlardan anlaşılacağı üzere zâhid, maddî yükleri omzundan atmanın verdiği hafiflik ile kendisini yalnızca Allah’a bağlı hissetmenin özgürlüğünü tecrübe etmektedir.

Zâhidliğin tüm bu sonuçları ifade edildikten sonra minimalist yaşamın bireyde ne tür değişiklikler meydana getirdiği ele alınacaktır. Maddî ve mânevî arınmışlık; anlamsızlıktan anlamlılığa geçiş; mutluluk, iyi olma ve yaşam doyumu; farkındalık gelişimi başlıkları etrafında minimalist yaşamın sonuçları bu bölümde değerlendirilmiştir.

3.4.2. Minimalistliğin Sonuçları

Minimalist yaşam tarzının savunucularının ifadelerinde ve konuyla ilgili yazılan kitap ve blogların çoğunluğunda bu yaşam tarzını yaşayan bireylerin hayatına birtakım fayda ve katkıları olduğu ifade edilmektedir. Bunları daha fazla zaman ve enerji, daha fazla cömertlik, daha fazla özgürlük, daha fazla para, daha sağlıklı bir sosyal yaşam,

⁶⁰² Mahir Efendi, *Hikem-i Atâiyye Şerhi*, 124-125.

⁶⁰³ Gazzâlî, *İhyâ’ü ‘ulûmi’d-dîn*, 1339, 4/2452.

⁶⁰⁴ Kelâbâzî, *et-Ta’arruf li-mezhebi ehli’t-taşavvuf*, 109.

yeni tecrübeler için daha fazla vakit, daha fazla mutluluk, daha fazla tatmin duygusu, daha az çevresel etki, daha az dikkat dağınıklığı, daha yüksek kaliteli eşyalar, gelecek için daha iyi bir örnek ve daha yüksek bir amaç duygusu olarak ifade etmek mümkündür.⁶⁰⁵

3.4.2.1. Maddî ve Mânevî Arınmışlık

Minimalist yaşamın getirdiği en büyük sonuçlardan biri, kişilerin daha az şeye sahip olmalarıdır. Bu ise yaşadıkları ortamın eskisinden çok daha sade ve düzenli olmasını sağlamaktadır. Sahip olma eyleminin kendilerini strese soktuğunu ifade eden minimalistler, çok fazla şeye sahip olmanın kendilerini özgür hissetmelerine engel olduklarını fark etmişlerdir. Bu amaçla elden çıkardıkları fazlalıklar, fizîkî ve zihnî olarak arınmalarına yardımcı olmaktadır. Minimalistler, sahip olma eyleminin kendilerini fizîkî ve zihnî bir biçimde nasıl meşgul ettiklerini ve bu döngünün bitmeyen bir şekilde nasıl devam ettiğini şu cümlelerle ifade etmişlerdir:

“Sahip olduğumuz şeyler bize sahip oluyor. Sahip olduğum her şey aklımın bir tarafını hep meşgul ediyor, üzerime bir ağırlık gibi çöküyordu. Her birini düşünmem gerekiyordu: Şunlara sahibim, şimdi şunları da almam gerekiyor. Televizyonum var, o zaman DVD oynatıcısı almalıyım; garajım var o zaman içine koyacak bir araba almalıyım...Bu hiç bitmeyen bir döngü, kendi içinizde yaşadığınız bir soğuk savaş. Her zaman bir şeyin peşinde, görünmez bir bitiş çizgisine koştum durdum. Ama ondan sonra ne oluyor? İstedğim her şeye sahip olduktan ve o bitiş çizgisine vardıktan sonra ne oluyor? Tatmin olmamış bir şekilde hemen yeni bir bitiş çizgisi arıyorum kendime.”⁶⁰⁶

Burada da görüldüğü üzere sahip olma arzusu, insan zihnini devamlı surette meşgul etmekte ve bu arzusun duracağı bir nokta da bulunmamaktadır. Bu durumu fark eden bazı kimseler, bu döngünün çıkış yolunu sade bir hayatta bulduklarını ifade etmektedirler. Diğer yandan her şeyin hızlandığı günümüzde teknolojinin insan hayatında yoğun bir biçimde yer almasıyla zihnin bir iş üzerine odaklanabilmesi

⁶⁰⁵ Melanie Hutchinson, *Minimalism: The Art of Clarity and Meaning in Life*, 2019; Millburn - Nicodemus, *Minimalizm: Anlamlı Bir Yaşam*; Tina Williamson, “8 Benefits of a Minimalist Lifestyle That Get You to Live With Less” (Erişim 27 Mayıs 2024); Babauta, “On Minimalism” (20 Eylül 2023); Millburn - Nicodemus, *Minimalizm: Geriye Kalan Her Şey*; Connie Alba Cohen, *The Path to Reinvention: The Art of Minimalism and Living a Meaningful Life* (Blurb, 2023).

⁶⁰⁶ Millburn - Nicodemus, *Minimalizm: Geriye Kalan Her Şey*, 67-68.

güçleşmiştir. Özellikle akıllı telefonların etkisiyle dikkat aralığı çok kısa aralıklara inmiştir. Dikkat aralığının düşüşü ise zihinsel faaliyet gerektiren iş ve durumlarda gereken yoğunlaşmanın sağlanamamasını doğurmuştur. İletişim araçları, kesintisiz konsantrasyon gerektiren işlerden kişileri alıkoyup odaklanmayı zayıflatmıştır. Bunun sonucunda genel olarak toplumda derinleşmenin yerini yüzeyselleşmenin aldığını söylemek mümkündür.⁶⁰⁷ Sade bir yaşamın bu yüzeyselleşmeye de bir katkısı olacağını söylemek mümkündür.

3.4.2.2. Anlamsızlıktan Anamlılığa Geçiş

İnsan tabiatını anlayabilmenin esası şeklinde ifade edilebilecek anlam; hedefler, inançlar, iyi oluş, tatmin olma, yaşam öyküsü gibi psikolojik hâlleri kapsayarak insan varoluşunun özüne işaret eder.⁶⁰⁸ “Anlam, adapte olmak, dünyayı kontrol etmek, öz-düzenleme ve aidiyetlik için bir araçtır. Gerçekten de o, dünyada her şey için kullanılabilen en iyi araçtır.”⁶⁰⁹ Kişilerin anlam duygusunu olumsuz yönde etkilediği düşünülen aşırı tüketimin bununla ilişkili olarak stres, statü yarışı, fiziksel ve zihinsel hastalıklar, zaman darlığı, doğadan uzaklaşma, anlamsızlık, yabancılaşma ve genel mutsuzluk hâllerine sebep olduğu ifade edilmektedir.⁶¹⁰ Kişisel anlamlılık duygusunun ise öz kimlik duygusu, iç kontrol, kendini gerçekleştirme ve de temel ahlâkî muhakeme durumlarıyla ilişkili olduğu ifade edilmektedir.⁶¹¹ Mutluluk ile hayatın anlamı temasını inceleyen çalışmalarda anlam ve mutluluk arasında olumlu ilişkinin olduğu görülmektedir.⁶¹² Minimalist yaşam ise aşırı tüketim ve maddenin oyalayıcılığından ve getirdiği diğer yüklerden kişileri uzaklaştırarak daha sakin, anlam yüklü ve dolayısıyla mutlu bir yaşamı temin etmektedir.

⁶⁰⁷ Newport, *Pür-Dikkat*, 11-13. Konuyla ilgili bk. Nicholas Carr, *Yüzeysellik: İnternet Bizi Aptal mı Yapıyor?*; William Povers, *Hamlet's BlackBerry*; John Freeman, *The Tyranny of E-mail*; Alex Soojung-Kin Pang, *The Distraction Addiction*.

⁶⁰⁸ Crystal L. Park, “Din ve Anlam”, çev. İlker Yenen, *Din ve Maneviyat Psikolojisi* (Ankara: Phoenix, 2013), 29.

⁶⁰⁹ Roy F. Baumeister, *Meanings of Life* (London: The Guilford Press, 1991), 357-358.

⁶¹⁰ Alexander - Ussher, “The Voluntary Simplicity Movement: A multi-national survey analysis in theoretical context”, 71.

⁶¹¹ Alan S. Waterman, “Two Conceptions of Happiness: Contrasts of Personal Expressiveness (Eudaimonia) and Hedonic Enjoyment”, *Journal of Personality and Social Psychology* 64/4 (1993), 690.

⁶¹² Ali Baltacı - Semra Nurdan Yağlı Soykan, “Optimism, Happiness, Life Meaning and Life Satisfaction Levels of the Faculty of Divinity Students: A Multi-Sample Correlational Study”, *Spiritual Psychology and Counseling* 5/2 (2020), 167-184.

Daha az eşya ve fakat daha yüksek bilinç ile yaşamaya davet eden minimalizmi tecrübe eden bireyler, maddi nesnelerden arınma sonrası daha anlamlı bir düşünce biçimi geliştirdiklerini ve zihinsel dönüşüm geçirdiklerini ifade etmektedirler. Peki bu nasıl meydana gelmektedir? Minimalistler, nasıl bir dönüşüm yaşamışlardır ki günlük hayatlarında eşyaları azaltmak onların zihinlerinin dönüşümüne sebep olabilmıştır? Nesne dünyasındaki davranış değişikliği zihinsel ve duygusal boyuttaki bir değişime nasıl sebep olmuştur?

Fazlalıklardan uzaklaşarak, hayatı basit ve sade yaşamayı gâye edinen minimalistlerin bu tecrübeleri neticesinde anlamlılık (meaningfulness) duygularında gelişme olduğu görülmektedir. Basitleştirme, odaklanmayı, öze inmeyi, anlamlı bağlantılar kurabilmeyi ve böylelikle kişinin anlam arayışında yol almasını kolaylaştırmaktadır. Minimalizmi bir yaşam biçimi olarak kabul edenlerin hayatlarından tatmin duymuş ve saygı duyulan bir konumda hissetme olasılıklarının daha yüksek ve depresyon yaşama olasılıklarının ise daha düşük olduğu,⁶¹³ ayrıca neşe ve huzur gibi olumlu duyguların da arttığı konuyla ilgili nicel bir araştırmada tespit edilmiştir.⁶¹⁴ Dolayısıyla minimalist yaşam tarzını seçmeden önceki hayatlarında bu kişilerin pek çoğunun geniş imkânlarla sahip olmalarına rağmen yaşamlarında bir anlama sahip olmadıkları ve mutlu olmadıkları görülmektedir. Anlamsızlığın karanlığında hayal kırıklığı içerisindeki bu kimseler, hayatlarında maddî nesne ve sahiplikleri azaltarak arınma yolunu tercihle anlamsızlık kuyusundan çıkmak istemektedirler. Bir önceki aşamada gerçekleşen dinginliğin ardından minimalistler, yaşamlarıyla ilgili önce farkındalık, ardından arayış ve en sonunda da dönüşüm aşamalarını tecrübe etmişlerdir.

3.4.2.3. Mutluluk, İyi Olma ve Yaşam Doyumu

Hemen herkesin peşinden koştuğu, yaşamın amacı olarak görülen *mutluluk*, neredeyse tüm inanç, ideoloji ve yapılanmaların vadettiği bir hedef olmuştur. Konusu insan olan her türden bilim, teknik, mistik tecrübe, değer ve felsefe insanın mutluluğuyla bir yönüyle ilgili ve ilişkilidir. Filozoflar, psikologlar, teologlar ve mistikler insanın mutlu olması, iyi hissetmesi üzerine yoğunlaşmışlardır. Mutluluğun

⁶¹³ Kang vd., “Minimalism as a Sustainable Lifestyle”, 810.

⁶¹⁴ Lloyd - Pennington, “Towards a Theory of Minimalism and Wellbeing”, 128.

ya da mutsuzluğun içsel kaynaklı mı dışsal kaynaklı mı olduğu da tartışılmıştır. Günlük hayatta mutluluk olarak ifadelendirilen bu kavram, psikoloji literatüründe *iyi olma hâli* olarak kavramlaştırılmış ve kişinin kendi yaşamını değerlendirmesi anlamında kullanılır olmuştur.

İnsanın mutluluğu, hazcılık, faydacılık, liberalizm, pozitif psikoloji, dinler ve mistik deneyimlerin her birinin kendi penceresinden farklı biçimde ele aldığı fakat her birinin hedeflediği ortak bir hâldir. Temelde iki yönü olan mutluluğun, bir yönü refah ve gelişmişlikle ilgili olup daha çok fiziksel ve dışsal bir mâhiyete sahiptir. Bir diğer yönü ise içsel olan memnuniyet ve doyum gibi hâllerle yakından ilgilidir. Bakanın açısından değişen mutluluk, kimine göre zevk almak iken, kimine göre en yüksek değerdir, kimine göre başarmaktır. Dinlerde ise Yaratıcı'nın kanunlarına uyma sonucunda mutluluğa ulaşabilmektedir.⁶¹⁵

Mutluluk ve iyi olma hâli, birbirinin yerine kullanılan kavramlar olmasının yanında, iyi olma hâli mutluluktan daha uzun ve devam eden bir süreci ifade etmektedir. Haz, anlık bir olumlu ruh hâliken mutluluk ondan daha uzun sürmekte, iyi olma hâli ise ruhun genel iyi oluşu olmaktadır.⁶¹⁶ İyi olma hâlini, mutluluğa odaklanarak “hazı elde etme ve acıdan kaçınma” ile tanımlayan “hedonist (hazcı) yaklaşım”dır. Anlama ve kendini gerçekleştirmeye odaklanan “evdemonist yaklaşım” ise iyi oluş hâlini, “kişinin potansiyellerini tam bir biçimde gerçekleştirme derecesi” olarak ele almaktadır.⁶¹⁷ Bu iki yaklaşımın devamında “psikolojik iyi olma hâli” ve “öznel iyi olma hâli” biçiminde bir ayrım meydana gelmiştir. Bununla ilgili olarak

⁶¹⁵ Shagufta Begum vd., “Happiness: A Psycho-Philosophical Appraisal”, *The Dialogue* 9/3 (2014), 314,318.

⁶¹⁶ Edward L. Deci - Richard M. Ryan, “Hedonia, Eudaimonia and Well-Being: An Introduction”, *Journal of Happiness Studies* 9 (2008), 1-3; Begum vd., “Happiness: A Psycho-Philosophical Appraisal”, 320.

⁶¹⁷ Richard M. Ryan - Edward L. Deci, “On Happiness and Human Potentials: A Review of Research on Hedonic and Eudaimonic Well-Being”, *Annual Reviews Psychology* 52 (2001), 155. Bu iki yaklaşımın farklılaşmasında Aristoteles ile Epiküros'un mutluluğa getirdikleri tanımın etkili olduğunu söylemek gerekmektedir. Aristoteles mutluluğu ahlâkî ve entelektüel erdemlilikle açıklayarak hayatı tam potansiyeliyle yaşama duygusu olarak nitelendirmektedir. Epiküros'a göre ise insanın gerçek amacı, acıdan uzak kalarak haz miktarını olabildiğince artırmasıdır. Mutluluk için gerekli olan zihinsel ya da tinsel dinginliği sağlayacak kalıcı ve uzun süreli hazlardır.

öznel iyi olma hâli, mutluluğa hedonist yaklaşım ile yaklaşırken, psikolojik iyi olma hâli ise evdemonist yaklaşım ile yaklaşmaktadır.⁶¹⁸

Öznel iyi olma hâli, olumlu ve hoş duyguların yoğun oluşunu, kişinin yaşamının nasıl değerli olduğu kararını vermesini, yaşamından memnuniyet duymasını ve yaşam doyumunu ifade etmektedir.⁶¹⁹ Buradaki yaşam memnuniyeti, moral ve mutluluk gibi hususlarda iyi olmayı da kapsayarak,⁶²⁰ insanlararası günlük ilişkilerde olumlu duygunun olumsuz duygudan daha baskın olması ile ilişkilidir. Genel bir olumlu hâli ve memnuniyeti ifade eden bu hâlde kişi, kendi öznel kriterlerine göre hayatının yolunda gittiğinden memnuniyet duymaktadır.⁶²¹ Daha yüksek düzeyde öznel iyiliğe ulaşmış kişilerin yaratıcılık yeteneğinin normalden daha yüksek derecede olduğu, hayatta daha sistematik ve iyimser oldukları, sosyal, yardımsever oldukları, ben merkezci olmadıkları ve de daha az düşmanlık duydukları ifade edilmektedir.⁶²²

Psikolojik iyi olma hâli ise kişinin öz potansiyelinin bilincinde olarak, kendi ve geçmişi, gelişme ve büyüme kapasitesi, yaşamının anlam ile amacı, çevresindekilerle iletişiminin niteliği, kendi dışındaki dünyanın hâkimiyeti ve de bağımsızlığı konularında yapabildiği bütüncül bir değerlendirmedir.⁶²³ Burada ifade edilen psikolojik iyi olma modelinin altı boyutu şöyle özetlenebilir: Bireyin kendini kabul etmesi, kişisel büyümeye duyulan istek, özerk olmak, anlamlı bir hayat için yaşam amacı oluşturmak, diğer kişilerle olumlu ilişki geliştirmek, çevreye hakim olup yönetebilmek.⁶²⁴ Hedonik iyi olma, fiziksel haz ve zevke dayanırken, evdömanik iyi

⁶¹⁸ Deci - Ryan, "Hedonia, Eudaimonia and Well-Being: An Introduction", 1-11; Yunus Emre Temiz, *Alçakgönüllülük Dindarlık Psikolojik İyi Olma ve Yaşam Doyumu Değişkenleri Arasındaki İlişkinin İncelenmesi* (Sakarya: Sakarya Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Doktora Tezi, 2019), 26-29.

⁶¹⁹ Ed Diener, "Subjective Well-Being: The Science of Happiness and a Proposal for a National Index", *American Psychologist* 55/1 (Ocak 2000), 34-39.

⁶²⁰ Ed Diener vd., "The Satisfaction With Life Scale", *Journal of Personality Assessment* 49/1 (1985), 72-74.

⁶²¹ Diener, "Subjective Well-Being: The Science of Happiness and a Proposal for a National Index", 34-39.

⁶²² Diener, "Subjective Well-Being: The Science of Happiness and a Proposal for a National Index", 34-43.

⁶²³ Carol D. Ryff - Corey Lee M. Keyes, "The Structure of Psychological Well-Being Revisited", *Journal of Personality and Social Psychology* 69/4 (1995), 719-720.

⁶²⁴ Carol D. Ryff, "Happiness Is Everything, or Is It? Explorations on the Meaning of Psychological Well-Being", *Journal of Personality and Social Psychology* 57/6 (1989); Durmuş Ümmet - Hatun Sevgi Yalın, "Üniversite Öğrencilerinden Psikolojik İyi Oluşu Artırmaya Yönelik Bir Psiko-Eğitim Programının Etkililiğinin Sınanması", *Türkiye Sosyal Araştırmalar Dergisi* 24/3 (Aralık 2020), 576; Bülent Baki Telef, "Psikolojik İyi Oluş Ölçeği: Türkçe'ye Uyarlama, Geçerlik ve Güvenirlik Çalışması", *Hacettepe Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi* 28/3 (2013), 375.

olma şükran gibi değer egzersizleriyle kişinin potansiyelini geliştirebilmesiyle ilgilidir.⁶²⁵ Dolayısıyla psikolojik iyi olma hâli, hakiki mutluluk, erdemin tecrübe edilmesi, anlam ve kendini gerçekleştirme, kişinin gerçek doğasına uygun yaşamasıyla ilgiliyken öznel iyi oluş, haz ve mutluluğun farklı yaşam koşullarıyla dışarıda aranması ile ilgilidir.

Bu bilgilerden hareketle şöyle söylemek mümkündür. Mutluluk kişinin o anda kendisini nasıl hissettiğiyle alakalıyken yaşam memnuniyeti, hayatının bütününe nasıl değerlendirdiğiyle ilgilidir. Bir diğer açıdan mutluluk, sosyal, fiziksel, ekonomik etkenlerle daha çok ilişkiliyken yaşam doyumu ise bunların ötesinde bilişsel ve duygusal ağırlıklıdır.

Sade yaşam tarzının incelendiği çalışmalarda⁶²⁶ ve minimalistlerin bizzat kendi ifadelerinde,⁶²⁷ bu yaşam biçimini hayatlarında uygulamanın ardından kendilerini daha mutlu hissettikleri, yaşam doyumu duydukları, kişisel ilişkilerinin eskisinden daha iyi olduğu ve de hayatın daha anlamlı bir hâl aldığı ifade edilmektedir. Minimalist anlayışta mutluluğun maddi birikimle ve çoklukla ilişkili olduğu kabulünün reddedildiği bilinmektedir. Bunun yerine tavsiye edilen sade yaşamın ise denge, amaç ve neşe dolu bir hayat sürdürmeyi kolaylaştırabileceği⁶²⁸ ve mutluluk ile yaşam doyumunun artmasına katkı sunduğu çalışmalarda ifade edilmektedir.⁶²⁹ Minimalist yaşam biçimi, depresyon gibi olumsuz duygusal hâllerin düzeyini hafifletmeye yardımcı olabilmektedir. Olumsuz duygular genellikle tüketime yoğunlaşan kişilerde ortaya çıkarak mutsuzluk ve kopukluk duygularına sebep olarak depresyonu artırmaktadır.⁶³⁰

⁶²⁵ Ed Diener vd., “Purpose, Mood, and Pleasure in Predicting Satisfaction Judgments”, *Social Indicators Research* 105/3 (2012), 334.

⁶²⁶ Lloyd - Pennington, “Towards a Theory of Minimalism and Wellbeing”, 121; Rich vd., “Fact or Fable: Increased Wellbeing in Voluntary Simplicity”; Stacey Ann Rich vd., “Simply Satisfied: The Role of Psychological Need Satisfaction in the Life Satisfaction of Voluntary Simplifiers”, *Journal of Happiness Studies* 18/1 (2017), 89; Alexander - Ussher, “The Voluntary Simplicity Movement: A multi-national survey analysis in theoretical context”, 76; Linda Breen Pierce, *Choosing Simplicity: Real People Finding Peace and Fulfillment in a Complex World* (Seattle: Gallagher Press, 2000).

⁶²⁷ Millburn - Nicodemus, *Minimalizm: Anlamlı Bir Yaşam*.

⁶²⁸ Breen Pierce, *Choosing Simplicity*, 24.

⁶²⁹ Rich vd., “Simply Satisfied: The Role of Psychological Need Satisfaction in the Life Satisfaction of Voluntary Simplifiers”, 100; Lilia Boujbel - Alain d’Astous, “Voluntary Simplicity and Life Satisfaction: Exploring the Mediating Role of Consumption Desires”, *Journal of Consumer Behaviour* 11/6 (2012), 491.

⁶³⁰ Kang vd., “Minimalism as a Sustainable Lifestyle”, 806.

Mutluluk, iyi olma hâli, yaşam doyumu, memnuniyet veya başka herhangi bir isimlendirme verilmiş olsa da burada *kişinin hayatının gidişatından duyduğu olumlu hâl* kast edilmektedir. Çoğunluğa göre “varlık ve çokluk” ile ilişkilendirilen bu olumlu duygu durumu, minimalistler tarafından ise “azlık” ile tecrübe edilmektedir. Minimalist yaşamın belkemiği olan azlık, çokluk üzerine kurulmuş eski yaşama oranla çok daha mutluluk verici olabilmektedir.

3.4.2.4. Farkındalık Gelişimi

Minimalistler bu yaşam biçimini, kendi yaşamlarının ve değerlerinin daha fazla farkına varmalarına ve davranışlarını bu farkındalığa uygun olarak düzenlemelerine katkı sağlayan bir şey olarak tanımlamışlardır.⁶³¹

3.4.2.4.1. Maddiyat ve Mâneviyat Farkındalığı

Araştırmalar, minimalistlerin daha sade bir yaşam için istekli olduklarını, maddî zenginliğe fazla bir önem göstermediklerini, zihinsel gelişim ve maddî olmayan tüketim biçimlerine arzu duyduklarını tespit etmiştir. Minimalistlerin, gönüllü sadeliği, materyalizmden çok daha fazla hedefliyor olmaları da aynı çalışmada ifade edilmektedir. Bu ise materyalizmin, yaşam doyumu kaynağı olamayacağıyla ilgili olarak açıklanmaktadır.⁶³²

Minimalistler, sahip oldukları şeylerin bir kısmından kurtulduktan sonra daha önce bilmedikleri bir tarafıyla yüzleştiklerini ve kendilerine birtakım sorular yönelttiklerini ifade etmektedirler. Madde ve manâ hakkında geliştirdikleri yeni zihinle minimalistler; Maddî sahipliklere ne zaman bu derece anlam yüklemeye başladıklarını, hayatta gerçek mânâda önemli olan şeyin ne olduğunu, niçin mutlu olmadıklarını ve nasıl bir insan olmak istediklerini kendilerine sorduklarını aktarmaktadırlar.⁶³³ Bu soruları kendilerine sorabilecek derecede bir farkındalık kazanan minimalistler, bu yaşam tarzını sürdürdükçe mânânın çok daha kıymetli olduğunu kavrayabilmektedirler. Sade yaşam onların, maddenin ötesindeki anlamları ve değerleri görebilmelerini sağlayabilmektedir. Sahip oldukları her şeyin üzerine

⁶³¹ Lloyd - Pennington, “Towards a Theory of Minimalism and Wellbeing”, 126.

⁶³² Ariana Nefat vd., “Materialism or the Pursuit of Voluntary Simplicity in the Realization of Life Satisfaction?”, *Economic and Social Development* (Paris: Book of Proceedings, 2018), 158.

⁶³³ Millburn - Nicodemus, *Minimalizm: Geriye Kalan Her Şey*, 92.

düşünüp karar verdiklerinden ötürü madde ile mânânın önem derecesini de fark edebilmektedirler.

3.4.2.4.2. Kendi Özü Hakkında Farkındalık

Minimalizm kişinin kendi öz değerini, sahip olduklarından ayırabilmeye bunun neticesinde de özünü açıklıkla görebilmeye yardımcı olur. Sade bir hayat yaşayan minimalist, eşya kalabalığından arınınca kendini keşfetmeye ve daha yakından tanımaya alan açılır. Minimalistin kendi özü hakkında artan bu farkındalık ile hayatında kendisini oyalayan şeyleri de idrâk etmeye fırsat bulur. Minimalistler bu sayede durup bir adım geri çekilerek hayatını ve kendini gözden geçirmeyi, büyük resmi görebilmeyi başardıklarını ifade etmektedirler. Bu bakış ile minimalistler, hak etmediği hâlde bağlı kaldıkları ilişkiden, kötü alışkanlıklarından, para, enerji ve zamanını çalan gereksiz ve anlamsız faaliyetlerden uzak durduklarını da aktarmaktadırlar. Bu sayede kendilerine iyi gelen şeyleri gerçekleştirebilmeye, tutku duydukları şeylerin peşinden koşabilmeye fırsat bulmuşlardır. Minimalistler, değişen yaşam biçimlerinde kendilerini durağan ya da sönük hissetmemekte aksine devamlı geliştiklerini düşünerek minimal yaşamlarından heyecan duymaktadırlar.⁶³⁴

3.4.2.4.3. Ekolojik Farkındalık

İnsan yaşamının ekosisteme verdiği zarar ve ekolojik krizin neticeleri bilinen bir gerçekken minimalist yaşam tarzının tüketimi azaltarak sürdürülebilirliğe sunacağı katkı önemlidir. Daha âdil ve sürdürülebilir bir dünyaya biraz daha yaklaşabilmek, küresel tüketici sınıfın aşırı tüketimli yaşam biçimlerinden uzaklaşabilmesiyle büyük oranda ilgilidir.⁶³⁵ Yüksek tüketimli yaşam tarzından düşük tüketimli yaşam tarzına geçmek, ekolojik krizin yavaşlamasında etkili olabilir. Çünkü gereksiz tüketimin azaltılması çevresel kaynakları korur, yalnızca kaynakları korumakla da kalmaz, toplumun daha büyük yararına katkı sunar.⁶³⁶ Yaşadığımız yüzyılın ortasına kadar dünya toplam nüfusunun 9 milyar olma ihtimali düşünüldüğünde sade yaşamın

⁶³⁴ Millburn - Nicodemus, *Minimalizm: Geriye Kalan Her Şey*, 71.

⁶³⁵ Alexander - Ussher, “The Voluntary Simplicity Movement: A multi-national survey analysis in theoretical context”, 69.

⁶³⁶ Alexandra Hüttel vd., “Welfare Beyond Consumption: The Benefits of Having Less”, *Ecological Economics* 176 (2020), 1.

sunacağı katkı elbette ki önemlidir.⁶³⁷ Minimalizm sürdürülebilir bir yaşam tarzını tercih etmek demektir. Çünkü minimalistler neyi, ne zaman ve nasıl tüketcekleri konusunda temkinlidirler, çok tüketmenin yerine uzun ömürlülüğe öncelik vererek daha güvenli ve sürdürülebilir alternatifleri tercih etmekte, bilinçli tüketim yapmaktadırlar.⁶³⁸ Buna ilâveten minimalistlerin ekoloji yanlısı faaliyetlerde bulunduğu, daha sürdürülebilir davranış sergilediği, satın alma ve harcama süreçlerinde daha dikkatli hareket ettiği ilgili çalışmalarda ifade edilmektedir.⁶³⁹ Bu yaşam tarzının geniş alanlara yayıldıkça pazar ve ekonomik sistemin daha sürdürülebilir ve çevre dostu bir hâle dönüşmesi mümkün hâle gelecektir.⁶⁴⁰ Bununla ilişkili olarak minimalist yaşamın, bireylerin sorumlu tüketim algısının gelişimini olumlu yönde etkilediği de bilinmektedir. Minimalist yaşam biçiminde düşük ve sorumlu tüketimi destekleyen stratejilerle bireylerin tüketim alternatifleri konusunda bilgi sahibi olarak davranışlarını kontrol edebilmesi ve tüketimin azaltılması gerçekleştirilmektedir.⁶⁴¹

Tüm bu anlatılanlardan sonra minimalist yaşamın kişinin yalnızca dış dünyasını etkileyen bir yaşam tarzı olmadığı, belki çok daha fazla iç dünyasında birtakım olumlu kabul edilebilecek gelişmeye sebep olduğunu söylemek mümkündür. Daha az eşya ile yaşamlarını sürdüren minimalistler, hayatlarında gerçekleştirmeyi istedikleri hedeflere zaman ve enerji bulabilmektedirler. Eşya kalabalığından kurtulan minimalistlerin zihinleri çok daha sakin ve dingin kalabilmekte, bunun sayesinde kendilerini ve dış dünyayı çok daha iyi tanıyıp yorumlayabilmektedirler. Maddeye eskisinden çok daha az önem vermeyi netice veren bu süreçte, kişilerin anlamlılık, mutluluk ve farkındalık düzeylerinde de bir artış meydana geldiği bu yaşam tarzını tecrübe eden bireyler tarafından beyan edilmektedir.

⁶³⁷ Alexander - Ussher, “The Voluntary Simplicity Movement: A multi-national survey analysis in theoretical context”, 83.

⁶³⁸ Kang vd., “Minimalism as a Sustainable Lifestyle”, 809.

⁶³⁹ Lloyd - Pennington, “Towards a Theory of Minimalism and Wellbeing”, 126.

⁶⁴⁰ Renee Karunungan, “Minimalism Trend: Will it Save the Planet?” (Erişim 12 Aralık 2023).

⁶⁴¹ Druică vd., “When Less Is More”, 12.



SONUÇ

Yaratılmış diğer canlılara oranla daha fazla güç ve sorumluluğa sahip insana, iyi ve kötüyü tercih edebilme yetisi bahşedilmiştir. Benliğinde zıt kutuplar mevcut olan insan, devamlı içsel bir çatışma yaşamaktadır. İnsanın bu durumundan dolayı temiz bir fitrat ile bu dünyaya gönderildiği hâli, zaman içerisinde kendi tercihleriyle yaptığı kötü ahlâk ve davranışlarından ötürü değişmektedir. İnsan ruhu, Allah'ın muhatabı olabilme yetisine, bilgisine sahiptir ki o, zaten ruhlar alemindeyken elest bezminde bunu tecrübe etmiştir. Ancak insanın dünya hayatındaki seçimlerinde kaynaklı hataları, onun birlik ve bütünlüğe yani vahdete erişmesine engeldir. Tasavvuf ise insanın önündeki bu engelleri ortadan kaldırıp, idrak kapasitesini geliştirip onun hakikate ulaşabilmesini sağlayacak bir yaşam tavsiye etmektedir. Bu tavsiye ile tasavvufta insanın mânevî ve ahlâkî yönden temizlenmesi/sâfiyetini muhafaza edebilmesi hedefiyle birtakım ilke ve yöntemler ortaya çıkmıştır. Bu yöntemler, insan nefsinin hevâ ve hevesini kontrol altında tutacak mücadele ve mücahedeye döndürür. Zaman içerisinde bu yöntemlerin çeşitlenmesi ile farklı meşrep ve tarikatlar meydana çıkmıştır.

Tasavvufî terbiye metodunda varılmak istenen maksada (Allah) insandan hareketle varılır. İnsan nefis, kalp ve ruh boyutuna sahipliğinden, bedenli oluşundan dolayı sonlu, ruhundan dolayı ise sonsuz bir varlıktır. İnsanın nefsi, kötülüğü ve sınır tanınamayı arzularken kalbi ise nefis ve ruh arasında dengeyi sağlamaya çalışır. Tasavvufî düşüncede insan nefsi kontrol altına alınmalıdır, nefis temizlenmek sûretiyle yücelip arınarak hakikati temâşâ edebilir. Batı'nın modern bakışında ise insan, tek yönlü (ya maddî ya mânevî) bir varlıktır. Hümanist anlayışta insan, her türlü kutsalı ve dini dışlamış ve her şeyin merkezine kendisini koymuştur. Bu ise insanın kendi varlığını evrendeki diğer varlıklardan üstün görmesine, kendisi dışındaki diğer varlıklara hâkim ve sahip olma isteğiyle hareket etmesine sebep olmuştur. Tanrı'nın merkezde olduğu dünya görüşünün yerine insanın merkezde olduğu bir dünya görüşü tesis edilerek varlığa ve insana dair her şeye Tanrı'dan değil, insandan hareketle varılmıştır. Dolayısıyla modernlik bireyi, gelenek ve dinî yaşamdan özgürleştirmiş ve gerçekliği kabulde akıl dışındaki tüm geleneksel bakış açılarının reddedilmesini gerekli görmüştür. Özellikle hümanizmin etkisiyle hakikatin kaynağı Tanrı'dan insana evrilmiştir. Bu ise hakikatin insanın sınırlarıyla sınırlanması anlamına gelmiştir.

Böylelikle metafizik alanda yer alan Tanrı ve din, fizik alana indirgenmiştir. Yani vahiy yerine rasyonel akıl geçmiştir. Modern olma hâlinin bu tutumu ise bireyin günlük yaşamının ve evrenin kutsal olandan arındırılmasını doğurmuş ve bu duruma da sekülerleşme denilmiştir. Dolayısıyla geleneksel dünya görüşünde, dinde karşılığını bulmuş mutlak bir hakikat varken, modern dünya görüşünde tüm hakikat izâfî olup gözlenebilen ve ölçülebilen dışındaki şeyler kabul edilmemiştir.

Tasavvufî gelenekte cansız varlıklar da dâhil olmak üzere her bir varlığa, eşyaya ve tabiata derin bir düşünce ile yaklaşılmaktadır. Bu bakış açısıyla sûfiler, eşyanın hakikatinde gizli bulunan ilâhî öze hürmet ve muhabbetten ötürü insan, taş, ağaç, eşya ya da bir hayvan fark etmeksizin her birine ayrı kıymet verip anlam yükleyerek ince bir hassasiyetle yaklaşmışlardır. Bu hassasiyet, kâinatta var olan küçükten büyüğe her şeyin kendinden ötesine işaret eden bir delil (Allah'ın varlığına) olduğu düşüncesinden kaynaklanmaktadır. Bu düşünce ise tasavvufî gelenekte doğa ile uyum içinde yaşama anlayışını doğurmuştur. Bunun aksine modern Batı uygarlığında ise doğaya hâkim olma ve doğadan yalnızca insanın çıkarı için sınırsız verim elde etme fikri egemendir. Batılı modern insan, bu amaçla kendisi dışındaki diğer canlıların kendi doğa ve doğallıklarında yaşama hakkını kısmen gasp etmiştir. Görüldüğü üzere geleneksel ve modern düşüncenin yansımaları hayatın hemen her alanına etki etmektedir. Geleneksel düşüncede, insan ve eşya ilâhî hakikatin bir parçasıyken modern dünyada hakikat izâfîdir. Sûfî düşüncede her varlık Allah'ın özünden bir parça taşımaktadır dolayısıyla kıymetlidir. Modern düşüncede ise madde, getirdiği fayda ölçüsünde önemlidir.

İnananların İslâm'ı derûnî biçimde yaşamasını gâye edinen tasavvufun hedefi bireyin özüdür. Tasavvuf, bu özün tanındığı kadar Allah'ın tanınabileceği fikir ve iddiasındadır. Hz. Peygamber'in her türlü dünya nimetine karşı aldığı tavırdan hareketle tasavvuf; zühd, vera, fakr, sabır, şükür, tevekkül, îsar, riyâzet, halvet gibi uygulamalarla insanın madde ile ilişki kuruluş biçiminde bazı metotlar geliştirmiştir. Madde ile ilişki, insanın benliğini terbiye etmesinde önemli görülen noktalardan biridir. Her ne kadar dinin tecrübe edilmesi ruhsal bir hâl olsa da insanın bir de bedensel/cismânî yönü vardır ki bu yön madde ile mecbûrî bir ilişki içerisinde. Bu sebeple insanın, şehâdet âleminde semâlara doğru gerçekleşen dikey seyrinde maddî olan ile ilişkisinin niteliği önem arz etmektedir. Bu sebeple zühdün öncelikle bireysel

ardından da toplumsal boyutta etkili bir davranış biçimi olmasının temelinde de insan-madde ilişkisinin belirleyiciliği dikkat çekicidir.

Tasavvufun eğitim sürecinde zühd, bir tavır ve bir davranış biçimi olarak temel bir noktada yer almaktadır. Zühd, insanın hayatı yaşama, dünyayı yorumlama yolunda bir düşünce modeli, maddeye karşı geliştirdiği bir yaşam biçimidir. Maddiyâta ve dünyevîliğe mesafeli olma, dünyaya karşı isteksiz bir tavır takınma dinî ve mistik öğretilerin pek çoğunda bulunmaktadır. Tanrı için eşya ve maddeden uzak durma şeklinde gerçekleştirilen bu tavır, Tanrı-insan ilişkisinin önemli bir tarafını oluşturmaktadır. Zühd, nefsin eksik ve kusurlarının giderilerek gerekli noktaların tedavi edilmesi hususunda tasavvufun geliştirdiği yöntemlerden biri ve aynı zamanda tasavvufun ilk döneminin ismidir. Bireyin tercihi ve dinî hassasiyeti sayılabilecek biçimdeki zühd yaşamı bireysel başlamış ancak zamanla Müslüman toplumda toplumsal bir harekete dönüşmüştür. Kur’ân-ı Kerîm’de gelip geçici dünya hayatına önem vermemek, âhireti dünyaya öncelemek, dünyalık mal mülk ile oyalanmamak konulu âyetlere ilâveten dünya ve ahiret hayatının mâhiyetine değinen ve zâhidliğe vurgu yapan hadis-i şerifler, Müslümanların bir kısmının zühd eksenli bir hayat sürdürmesine sebep olmuştur. Hz. Peygamber’in peygamberliğinden öncesi ile sonrasını kapsayan yaşamında, zühd hayatının izlerini görmek mümkündür. Onun zühd hayatıyla ilgili bir hayli fazla olan rivayetler, “zühd” ve “rikâk” adıyla müstakil eserler olarak meydana getirilmiştir.

Konuyla ilgili âyet ve hadislerdeki ifadelerin, bir müminin geçici ve oyalayıcı dünya hayatına kapılıp gitmemesi ve âhireti unutmaması adına yapılmış bir uyarı olduğunu söylemek mümkündür. İnsanın ve dünya hayatının yapısı gereği dünyevîliğe dalmanın kolay olması sebebiyle bu konudaki uyarılar farklı farklı âyet ve hadislerde tekrar tekrar dile getirilmiştir. İnsanın kendi arzu ve istekleri adına her şeyi yapabilmesinin mümkün olduğu düşünüldüğünde âyet ve hadislerdeki uyarıların önemini fark etmek çok daha kolaylaşacaktır. Hırs, gösteriş, kibir, kıskançlık gibi duyguların arka planında yer alan sahip olma duygusunun kontrolü ile tüm bu duyguların birey ve toplumda meydana getireceği yıkıcılığın azaltılması mümkün olacaktır. Yoksa dünya malı, elbette Allah’ın bir nimetidir ve insanın kullanımına sunulmuştur. Mesele, kökten bir reddedişle ilgili değil, niyetli ve ölçülü bir kullanım ve bunu gerçekleştirirken içerisinde bulunulan hâl ile ilgilidir.

Zühd, hemen her din ve inançta yer alan temel ve ortak bir ahlâk ilkesidir. Uygulanmasında farklılıklar bulunsa da semâvî dinler başta olmak üzere din, felsefî ya da ahlâkî oluşumlarda çeşitli isimler altında zühd anlayışı yer almıştır. Zühd anlayışı Hinduizm ve Budizm başta olmak üzere Yahudilik ve Hristiyanlıkta da mevcuttur. Birçok peygamber, dünyanın aldaticılığını, geçiciliğini ifade etmiş; dünyanın süsüne ve nefsin hoşuna giden isteklerine aldanmamak gerektiğini belirterek zühd eksenli bir yaşam sürmeyi insanlara tavsiye etmiştir. Bu ortaklığı, insanın maddeden uzaklaştıkça mânevî tarafa yoğunlaşabilmesinin kolaylaşması şeklinde anlamak ve anlamlandırmak mümkündür. Zâhidliğin insanlığın ortak yönelim ve değerlerinden biri olduğunu, insanın yapısında dini daha derûnî boyutuyla yaşamak adına dünyadan uzak durma eğilim ve arzusunun olduğunu söylemek mümkündür. İnsan, hangi din ya da kültürde bulunursa bulunsun bazı ortaklıklara sahiptir. İnsanın yaratıcısı ile daha yakından bağ kurabilmek adına dünyayla kurduğu ilişkinin arka plana alınması da bu ortaklıklardan biri olarak yer almaktadır. Dolayısıyla her inanç ve dinde zühde benzer davranışların olması bu yönüyle ele alınabilir.

Diğer yandan zühd, insanı dünya nimetlerinin geçici ve oyalayıcı olduğu bilincine ulaştırma ve bu şekilde asıl gâyesini unutmasını engelleme çabasıdır. İnsan zihni dağılmaya yatkındır, hedefe ulaşmak ise odaklanmayı ve engelleyici unsurları devreden çıkarmayı gerektirir. Zühd bir anlamda insanın duygu, düşünce ve davranışlarının dağılmasını engelleyerek, mârifetullah hedefinden sapmamayı temine çalışır. Mutasavvıfın gerçekleştirmek istediği tek bir arzusu vardır, o da Allah'a ulaşmaktır. Bu arzu dışındaki başka her amaç, gerçek amaçtan sapma anlamına gelmektedir. Allah'a kavuşma amacına ulaşmanın yolu ise diğer her şeyden feragat ederek asıl hedefe kilitlenmek ile mümkündür ki bu yönteme zühd adı verilebilir.

Peygamber Efendimiz'in yaşamında zühd hayatından kabul edilebilecek pek çok örnek bulunmaktadır. O, ashâbına da ölçülü bir sade yaşam sürdürmeyi sürekli telkin etmiştir. Dolayısıyla Hz. Peygamber'in vefatının ardından meydana gelen sosyal, ekonomik, siyasal ve kültürel birtakım toplumsal değişim neticesinde Müslüman toplumun bir kısmı sade yaşamdan uzaklaşarak dünya malına ilgi göstermeye, konforlu bir yaşam sürdürmeye başlamıştır. Hz. Peygamber'in vefatı, sahâbe için büyük ve alışması güç bir olay olmuştur. Ashâb, onun âhirete gidişi ile büyük bir kaos yaşamıştır. O hayattayken herhangi bir soru olduğunda ya da bir sorun yaşadıklarında

çözüm için Rasûlullah'a başvurma imkânı varken Hz. Peygamber'in vefatı ile bu büyük imkân kaybolmuştur. Bu yeni durumda Müslüman toplum, Kur'ân-ı Kerîm ve sünnet ile hayata devam etmek durumunda kalmıştır. Hicrî ilk yüzyılda siyasî bunalım ve çatışmalar ile bazı toplumsal değişimler yaşanmıştır. Kısa bir zaman diliminde gerçekleşen büyük fetihlerle İslâm'ın, Arap yarımadasından Doğu Akdeniz'e genişlemesiyle yaşanan ekonomik ve siyasal değişimlerle toplum, zenginlik ile paraya diğer bir ifadeyle dünyaya yönelmeye başlamıştır. Buna karşın, bazı Müslümanlar ise yaşamlarını Rasûlullah devrindeki ilk saf hâliyle devam ettirmeyi doğru bulmuşlar ve bu çerçevede bir hayat sürdürmek istemişlerdir. Dolayısıyla Hz. Peygamber'in vefatının üzerinden uzun bir müddet geçmemesine rağmen Müslüman toplumda; dünyalığa rağbet edenler (bir anlamda dünyevîleşenler) ile dünyalığı reddedenler (zâhidler) şeklinde bir ayrışma meydana gelmiştir.

Diğer yandan zâhidliği tercih eden kimselerin sahip oldukları mizaç ile dini daha yoğun ve dünyevî zevklerden kaçınarak yaşama isteği de burada etkili olmuştur. Dini derûnî ve özünsenmiş hâliyle yaşamak isteyen kimseler elbette zâhid bir yaşamı sürdürmeye çok daha yatkın ve istekli olmaktadır. Bu yatkınlık, öyle kimselerin zühd, fakr, sabır gibi erdemli davranışlarda bulunmalarının motivasyonunu oluşturmaktadır. Bununla birlikte Müslümanların diğer kültürlerle yaşadıkları etkileşim de bir diğer sebep olmaktadır.

Hz. Peygamber'in vefatının ardından dört halife devrinde fetihler artmış, İslâm Devleti'nin sınırları genişlemiş, toprakların genişlemesi hazinenin de artmasına sebep olmuştur. Elde edilen ganimetlerle birlikte maddî zenginlik ve refah seviyesi de yükselişe geçmiştir. Tüm bu gelişmelere karşın asr-ı saadete özlem duyan, lüks ve refah içindeki Müslümanları eleştiren bir topluluk meydana gelmiştir. Müslümanların yaşadığı tüm bu değişimler elbette zühdü bir hayat biçimi hâline getirmeye meyilli insanlar üzerinde daha tesirli olmuştur. Yani zühd hareketinin ortaya çıkışında ve yayılmasında kişilerin fıtratının etkisi büyüktür. Bâtınî yönü ağır basan kişilerin, huzuru toplumda bulamadığında mistik alana yönelmesi doğal bir durumdur. Hz. Peygamber'in vefatının ardından ona ve dönemine özlem duyan, mânâ yönü ağır basan Müslümanlar, yalnızlığı ve zühdü tercih etmişlerdir. Bu kimseler, ilk Müslümanlar gibi saf, samimi bir dinî hayat yaşama gayretiyle ve toplumdaki ahlâkî gerileme ile fitnelerden de uzak kalmak amacıyla bir köşeye çekilerek ibadet ve taatle

ilgilenmişlerdir. Bu zâhidâne hayatlarından dolayı onlara âbid, nâsik, kurrâ, zâhid gibi isimler verilmiştir. Bu ise zaman içinde yaygınlaşmış ve çok daha sonra tasavvufun ilk dönemine isim olarak verilmiştir.

Tasavvuf klasiklerinde genel itibariyle zâhid, dünyevî sahiplikler ile arasına kendi irâdesiyle mesafe koyan, herhangi bir şey eline geçtiğinde sevinmeyip, elinden çıktığında da üzülmeyen, ihtiyacı kadarını alıp fazlasına râğbet etmeyen, dünyanın nimetlerine kimin sahip olduğuna aldırmayan, şükür ve sabır ile elinde olana râzı olup memnuniyet hissi duyan kişidir. Dolayısıyla o, ihtiyacından fazla bir sahipliğin peşinde olmadığından gereksiz ve aşırı tüketimden de kendisini korumaktadır. Bununla ilişkili olarak tasavvufta, hakîkî mutluluk ile doyumun dünyevî mal ya da makamla ilişkili olmadığı tüm bunların Allah ile kurulan bağı etkilememesi gerektiği devamlı vurgulanan bir husustur. Zâhidin tüm niyeti, Allah'a yakın olmaktır dolayısıyla yürüdüğü yolda bu niyetine engel olacak maddî arzuları ve dünyevî sevgileri kontrol etmeye çalışır.

Tüm bunlarla birlikte zâhidin davranış ve duygu birlikteliği önemli bir noktayı oluşturmaktadır. Aksi hâlde zühdden beklenen neticenin tam manâsıyla gerçekleşmesi mümkün olamaz. Zâhidin sahip olduklarını elden çıkartmaktaki amacı, dünyaya olan bağlılığı ve sevgiyi azaltarak onun yerine Yaratıcı'nın sevgisini yerleştirebilmektir. Yoksa tek başına fakirlik ya da zenginlik bir artı ya da eksi değildir. Mühim olan, fakirin fakirliğinin ve zenginin zenginliğinin sonuçlarıdır. Kişi zengin olduğunda, bu malı kendisine Allah'ın emanet olarak verdiğini, asıl sahibinin Allah olduğunu, kendi acziyetinin bilincinde olmalı ve dünyanın Allah ile arasına bir engel olarak girmesini engellemelidir. Diğer yandan fakir bir kimse de bulunduğu hâlden râzı olarak herhangi bir şikâyet ve isyana varan duygu ve düşüncelerden kaçınmalıdır. Dolayısıyla zâhidlik dış görünüşle ilgili bir durum olmaktan daha öte kalbî boyut ağırlıklıdır. Dış görünüşten ziyâde zâhidin niyet ve kalbinde Allah'ın mevcutiyeti en önemli noktayı oluşturmaktadır. Bu önemli noktayı etkilemesi muhtemel hususlar ise kibir ve riyâdır. Dolayısıyla zâhidin riyâdan uzak durarak içtenliğini muhafaza edebilmesi ve kibirden korunabilmesi de seyr-ü sülûkta önemli görülmüştür. Bu noktada zâhide düşen âcizliğini, fânîliğini ve âhireti unutmadan yoluna devam etmesidir.

Zühhd, seyr-ü sülûk sürecinde amaca giden yolda geçilmesi gereken basamaklardan biri olarak düşünüldüğünde mesele daha doğru anlaşılabilecektir.

Mârifetullah ve muhabbetullahın maksad olduğu riyâzet ve mücâhede yolunda zâhidlik, duraklardan biri olması dolayısıyla gerekli ve anlamlıdır ve fakat aşılması gereken bir duraktır. Tüm bu özellikleriyle zühd, ilgili sözlük ve kaynaklarda genel itibariyle dünyaya duyulan ilgi ve isteğin azaltılması, maddeye ve dünyaya rağbet etmemek, Allah ve âhiretin dünyadan çok daha önemli olduğu düşüncesiyle dünyaya mesafe koymak ve uzak durmak olarak ifade edilmiştir. Sûfiler ise zühd kavramını çeşitli şekillerde ve farklı yönleriyle tanımlamışlardır. Her sûfî, bireysel tecrübesine, yaşadığı döneme ve mensup olduğu ekole göre zühdün gereklilik ve derecesi hakkında çıkarımlar yapmıştır. Bu sebeple herkesin içinde bulunduğu zaman ve makam gereği zühdü farklı yönleriyle tecrübe ettiklerinden zühd tanımlarının da çeşitlenmesi gayet doğaldır. Her ne kadar farklı tanımlar bulunsa da sûfilerin bu tanımlarını birtakım benzerlikler altında birleştirmek mümkündür. Bu benzerlikler: Azla yetinme, Allah'tan râzı olma, hırs ve dünya bağlarından uzak kalma, ölüm düşüncesini hatırdan çıkarmayarak dünyevî emeli kısaltma, kalben ve zihnen dünyevî sevgi ve ilgiyi azaltma şeklinde özetlenebilir. Diğer yandan sûfilerin zühdün helal ve haramda olup olmama, zenginlik ve fakirlik ile zühd ilişkisi hakkında da farklı fikirler beyan ettikleri görülmektedir. Kimi zâhidlere göre kişi mal ve mülkünü de elden çıkartmalıyken bazı sûfiler ise zâhidin zengin olabileceğini ancak zihin ve kalbindeki Allah sevgisinin önüne geçmemesi gerektiğini ifade etmektedirler.

Zâhidliğin, dünyayı sevmeme, eldeki mala kalbî bir şekilde bağlanmama, dünyalığı elde etme adına bir hırs taşımama, elde olmayan mala karşı bir arzu taşımama ve üzüntü duymama, uzun emele sahip olmama, ölüm düşüncesini akılda tutma, Allah'ın her türlü takdirine râzı olma hâlleriyle ilişkili bir hâl olduğunu söyleyebiliriz. Diğer yandan zâhid, Allah'ın dışında herhangi birinden yardım isterken de niyet ve beklentisine dikkat etmelidir. Yoksa sosyal hayatta elbette insanlar birbirleriyle yardımlaşacak ve iş birliği yapacaktır, hayatın idâmesi için bu kaçınılmazdır. Ancak zihinsel olarak zâhid, Allah ile kurduğu ilişkiye zarar verecek düşüncelerden uzak durmalıdır. Bu bilinç düzeyine ulaşan kişinin, fayda ya da zararın insanlardan değil de Allah'tan geldiği düşüncesine ulaşmış, insanlardan değil Yaratıcı'dan isteyen, sakınan ve ümit eden bir hâl içerisinde olması beklenmektedir.

Sahipliğe karşı sevgiyi azaltmak, kişinin dünyayı ve nimetlerini nasıl anlamlandırdığıyla yakından ilişkilidir. Diğer yandan bu anlamlandırma, dünyada

uzun süre yaşama ve ölümsüzlük arzusunun kişiyi etkilemesiyle de alâkalı bir durumdur. Bu arzuyu yönlendirebilmek ve kontrol altına alabilmek adına zâhidlikte dünyaya ve dünyaya dair hemen her şeye mesafeli yaklaşmıştır. Bu mesafenin mâhiyeti çeşitlenmekle birlikte dünyaya karşı olumsuz tavır noktasında düşüncelerin benzeştiği söylenebilir. Dünyevî arzu ve istekler, insanı Allah'tan uzaklaştıran sebeplerin başlangıcı kabul edildiğinden bunu engelleyici bir davranış olarak zâhidlik devreye sokulmaktadır. Zâhidliğin yöntemi ve biçimi kişinin içinde bulunduğu sosyo-ekonomik durum, dönem ve çevreye göre çeşitlenmekle birlikte bazı noktalarda ortak bir anlayış olduğunu söylemek mümkündür. Zâhidlikte hakîkî mutluluğun Allah ile geliştirilen derin bağdan kaynaklandığı, dolayısıyla maddî sahipliklerin bunu gerçekleştirmekten uzak olduğu fikri temel bir düşünce olarak kabul görmektedir. Bu sebeple de dünyevî şeylere mesafe koyularak dünyadan feragat beklenmektedir. Bu feragat, yalnızca yiyecek ya da giyecek gibi konularda kalmayıp hevâ ve şehveti de içeren kalbî boyutlu bir süreci kapsamaktadır. Dünyaya karşı geliştirilen mesafeli tavırda zâhid, her türlü aşırılık ve savurganlıktan uzaklaşarak mânevî gelişimine olumsuz yansıtacak etkilerden kaçınmaktadır. Sûfinin mânevî ilerlemesi için gerekli görülen bu aşamada zâhid, ruh dünyasına odaklanmaktadır. Zâhidlik ile belirli bir aşama elde ederek nefsinin arzu ve isteklerini kontrol edebilen basîret ve ferâset sahibi sûfinin dünya malından yararlanmasında bir sakınca görülmemiştir. Dolayısıyla aktif bir süreç olarak seyr-ü sülûk, kişiye özel ilerlemekte ve her sâlikin kendi hâline göre şekil almaktadır.

Modern zamana gelindiğinde ise 20. yüzyılın sonlarında üretimin, ürün çeşitliliğinin ve zenginliğin artmasıyla pek çok bireyin gündelik yaşamında tüketim kültürü belirleyici olmuştur. Tüketim kültürünün etkisiyle yaşadığımız yüzyıl, maddî sahipliklere büyük önem atfedilen, maddiyâtın toplumsal hayatta bir seviye ve gösterge ifade ettiği bir dönem olmuştur. Bunlara ilâveten, bireylerin refah seviyesi artmış ve her türlü lüks ve konforu elde etmişlerdir. Tüketim toplumunda mutluluk ve tatmin hissi, maddî sahiplikler ve konfor üzerinden gerçekleştirilmeye çalışılmıştır. Ancak gerçekleştirilmek istenen hedefe bu yolla varılamadığını söylemek mümkündür. Çünkü insanların istekleri sınırsızdır ve mutluluk maddiyâta değildir. Minimalist yaşam biçiminde ise tüketim kültürünün bu ve benzeri birtakım çıkmazlarına itiraz edilerek tüketmekten daha çok sade bir hayat sürdürmenin insan

için daha anlamlı ve mutluluk verici olduğu düşüncesi hâkimdir. Minimalist tüketim anlayışında tüketim, bir amaç olarak değil araç olarak işleve sahiptir ve hayatta, tüketmekten daha anlamlı ve değerli gâye ve ideallerin olduğuna dikkat çekilir. Tüketime azaltılmasıyla kişi, hayattan mahrum hâle gelmez aksine hayatın anlamlı ve keyif veren yönlerini keşfetme fırsatı yakalar. Aile bireyleri ve diğer insanlarla daha anlamlı vakit geçirmeye, ibadet etmeye, doğayla baş başa kalmaya, tiyatro, spor, dans, müzik gibi sanatsal ve yaratıcı etkinliklere, kişisel gelişime, eğitim faaliyetlerine yönelmeye zaman, enerji ve maddiyat imkânı bulur. Bu bağlamda minimalizmde kişilerin eşyadan/maddeden arınmasıyla mânevî/rûhî tarafa alan açılımı, hayatı daha anlamlı meşguliyetlerle geçirme fırsatı, (hem zihnen hem de zaman açısından) yaşam doyumu ve anlamlılık söz konusu olmaktadır. Minimalist yaşamda aşırı tüketim azaltılarak materyalist anlayışın maddeciliğinden uzak durulmaktadır. Bireyler, günlük yaşamındaki ihtiyaçlarını belirleyerek bu kapsamın dışında kalan eşyaları elinden çıkarıp yeni bir şey satın almayı da sınırlandırmaktadırlar. Dış dünyada sadeliği, iç dünyada zenginliği savunan bu yaşam tarzı, bireylerin hem maddî hem mânevî yönden bilinçlenmelerine ve bu sebeple de eskisinden çok daha anlamlı, sürdürülebilir ve mutlu oldukları bir yaşam sürdürmelerine katkı sunmaktadır.

Dolayısıyla minimalistlerin, eskisinden daha özgür, daha sakin, daha iyi ve daha mutlu bir hayat sürdürmek için minimal bir hayatı sürdürdüklerini söylemek mümkündür. Bu süreçte birey, gereksiz kargaşadan uzaklaşarak kendisi için anlamlı ve kıymetli esas değerleri ön plana almayı ve yoğunlaşmayı hedefler. Bu yoğunlaşmada dikkatini dağıtan unsurları ortadan kaldırarak kendisine, çevresine ve önemli bulduğu şeylere odaklanmayı gerçekleştirmek ister. Diğer yandan bazı minimalistlerin sürdürülebilir bir tüketim ve çevreyi korumak amacıyla bu yaşam tarzını tercih ettiği de bilinmektedir. Minimalistler, süreç sonucunda elde ettikleri farkındalık ile mânevî değerlerin maddî zenginlik ve tüketmekten çok daha önemli olduğu bilincine ulaşmaktadırlar.

Zühd ve minimalist süreç sonucunda elde edilen farkındalık, mutluluk, mâneviyatın maddiyattan çok daha önemli olduğu bilinci, kişinin isteklerini yönetebilme yetisi, hayatın daha anlamlı bir hâl alması, kişinin kendini tanıma yolunda ilerlemesi, maddeden arındıkça kişinin kendisi ve çevresi ile daha samimi ilişki kurabilmesi gibi noktalarda benzerlikler olduğu görülmüştür. Bu benzerliği, insanın

maddî düzeyden uzaklaştıkça mânevî tarafa yol almasının daha mümkün olmasıyla ilişkili olarak değerlendirmek mümkündür.

Tüm bu benzerliklere rağmen tasavvufî zühd ile minimalizmin en temel farklılığı; zühdün İslâm tasavvuf dairesi içinde yer alırken minimalizmin direkt olarak herhangi bir dinî dayanak ve bağının bulunmamasıdır. Tasavvuf, İslâm'ın tevhid ilkesini riyazet ve mücahedenin her noktasında gözetmiştir. Tasavvufî uygulamalar, Allah'ın birliğini derûnî biçimde tecrübe etmeye hizmet etmektedir. Tasavvuf, vahyi, bireysel derûnî tecrübeyi, evrensel hakikati, aşkın ve içkin olanı kuşatır.

Zâhid ve minimalistin süreç sonucunda ulaşmayı istedikleri amaçlar karşılıklı bir biçimde değerlendirildiğinde şu tespitleri yapmak mümkündür. Zâhidin zühdü de kapsayan tasavvufî yaşantı ile elde ettiği ruhsal ve davranışsal gelişimin tamamı Allah ile bağlantılıdır. Sürecin başı da sonu da Allah'a dönüktür. Sülûk boyunca atılan her adım O'nun için ve O'nun adınadır. Dolayısıyla böyle bir yolculuktaki duraklardan biri olarak zühd makamının da asıl hedefi O'nu tanımak ve sevmektir. Dünyevî arzu ve istekleri kontrol edebilme ve yönetebilme pratiğini geliştirebilmek için zâhid, dünyaya mesafeli bir tavır takınır. Bu tavırda zâhidin asıl maksadını hatırdan çıkarmaması önemlidir çünkü zaman zaman araç ve amaç birbirine karıştırılabilmektedir. Zihni dünya ile meşgul etmemek adına başlanan zühd sürecinde araç mesâbesindeki bazı pratikler kimi zaman zâhidin tüm enerjisini tüketerek kendisini meşgul eden bir hâl alabilmektedir. Bu gibi durumları yaşamamak adına seyr-ü sülûkta, bir rehberin yol göstericiliği ile ayrıca niyet ve amacın sıhhati de sürecin gidişâtını belirleyici hususiyetlerdendir.

Minimalist yaşam tarzında ise günlük hayatı sadeleştirmek için gereksiz her türlü fazlalığın elden çıkartılarak günlük yaşam alanının basit ve sade bir hâle dönüştürülmesine çalışılmaktadır. Minimalist, bu yaşam tarzı ile daha özgür ve mutlu olmayı, vakit ve enerjisini eşya yoğunluğuna harcamamayı hedeflemektedir. Buradan kazanacağı vakit ile minimalist kendini daha iyi hissedeceği alanlara yoğunlaşarak hayatı daha anlamlı ve mutlu bir şekilde sürdürmeyi hedefler. Minimalistler kişisel gelişimlerine yatırım yapmayı, fazla miktarda eşyaya sahip olmaktan daha doğru ve anlamlı bulmaktadırlar. Her ne kadar minimalistler süreç sonucunda birtakım mânevî farkındalıklar elde ediyor olsa da minimalistin dinî bir niyet taşıdığını ve elde edilen farkındalıkların Tanrı ile ilişkilendirildiğini söylemek mümkün değildir. Diğer taraftan

minimalist yaşamın sonunda elde edilen değişimin de bireylerin inanç ya da dinî yaşamlarında herhangi bir ilerlemeye katkısı olup olmadığıyla ilgili bir bilgiye rastlanılmamıştır. Bu noktada bireysel örnekler olması tabiki ihtimal dâhilindedir ancak genel anlamda bu yaşam biçiminde dinî ya da inanca dair herhangi bir amaç güdüldüğü görülmemiştir.

Tüm bu kriterler göz önüne alındığında, zâhidin zühd ile gerçekleştirmeyi hedeflediği amaç ile minimalist yaşam tarzından beklenen amaçların pek çok noktada farklılaştığını söylemek mümkündür. Zâhidlik sürecinin tamamının Yaratıcı ile ilişkili olmasına karşın, genel olarak bakıldığında minimalist yaşamın herhangi bir ilâhî varlık ile irtibatlandırıldığını söylemek zordur. Minimalist yaşam tarzı, yaşanılan dünyanın fizikî hangi şartlar altında sürdürüldüğüne ve bireyin özgürlüğü ile duygularına odaklanan bir özelliğe sahiptir. Batı'nın, modern insan yaşamına sunduğu minimalist yaşam tarzının pek çok yönüyle modernitenin bakış açısını yansıttığını söylemek mümkündür. Minimalist yaşam biçiminde, özellikle bireyin kendisinin ve duygularının merkezde yer alması, herhangi bir kutsalın belirleyici olmaması yalnızca bireyin yaşadığı hayata dönük bir yaşam biçimi oluşturması taraflarıyla dikkat çekmektedir.

Bununla bağlantılı bir diğer nokta, minimalizm kişiyi, sade yaşam öncesindeki mevcut hâlinden alıp minimalist bir yaşam ile pek çok noktada kişinin hayatını daha iyi bir hâle getirmeyi hedefler. Minimalizm, kişinin aşkın ile ilişkisine dair herhangi bir yönlendirmede bulunmaz. Esas olan birey, bireyin hisleri ve yaşam şartlarıdır. Minimalist yaşam tarzı sonucunda kişinin kendi özü hakkındaki farkındalık, yaşadığı gelişim ve değişim Tanrı gibi yüce bir varlık ile irtibatlandırılmaz. Tasavvuf ise insanın hem bu dünyasının belki bu dünyadan daha fazla âhiretinin mutlu ve huzurlu olmasını, kişinin kurtuluşa ermesini sağlama gayretindedir. Zühd de bu amaçla uygulanan yöntemlerden biridir.

Zühd ile minimalizm, kişiye sade bir yaşam tavsiye etmesinden ötürü bir benzerliğe sahip olsa da Allah'ın varlığı, birliği, îmân ve ibadet gibi konularda bu iki anlayış birbirinden ayrılmaktadır. Bu durum aslında ilk bölümde anlatılan geleneksel düşünce ile modern düşüncenin mâhiyetindeki farklılıkla direkt ilişkilidir. Çünkü İslâmî geleneğin ve onun bir alt yorumu olarak tasavvufî geleneğin insanı ele alışı, insanı konumlandığı nokta ile minimalist yaşam biçiminin kökenindeki modern

hümanist dünyanın insan algısı merkezî bir farklılık taşımaktadır. Bu farklılık da tüm düşünce, yorum ve algıların farklı yönlenmesine sebep olmaktadır. Dolayısıyla iki yaşam biçiminin insan algısındaki farklılık hem başlangıç noktasında hem de ulaşılan son noktada dikkat çekicidir. Zâhidin mümin olması ve sağlam bir niyete sahip olması gerekmektedir. Ancak Yaratıcı'ya kesin bir îmânı olan kimse seyr-ü sülûk neticesinde nur ve hakikat elde ederek huzur bulur. İman ile yola çıkan sâlikin niyeti ve hedefi de en baştan belirlenmiştir. Sâlikin zâhidlik yoluna girme amacı, Mutlak Varlığı tanımak ve sevmektir. Minimalistin ise bu yaşam tarzına adım atarken aşkın bir niyete sahip olduğunu söylemek mümkün değildir. Dolayısıyla minimalist yaşam biçimi, aşkın boyuttan uzak olduğu için insanın kalbî derinliklerine inmekten ve buradaki mânevî problemleri çözmekten uzaktır.

Zâhidlik kalp ile davranışın aynı yönde hareket etmesini gerektirir. Zühhd, dünyalıklardan hem bizzat uzak durmayı hem de kalpten dünya arzu ve sevgisini çıkarmayı birlikte kapsamaktadır. Minimalist yaşam tarzında ise kalbî bir zorunluluk olduğu görülmemiştir. Daha çok günlük hayat pratiklerine dair bir yönlendirmede bulunulan minimalist yaşamın her ne kadar kişinin iç dünyasında birtakım değişimler meydana getirirse de dinî ya da mânevî yaşamı iyileştirmeye dönük bir amaca sahip olduğunu söylemek mümkün gözükmemektedir.

Bir diğer nokta, zühhd ile minimalizmin söylem farklılığıdır. Tasavvuf normatif bir dile sahiptir. Kuralları vardır, net bir iyi-kötü, doğru-yanlış ayrımı mevcuttur. Çünkü yukarıda da belirtildiği üzere tasavvuf, kişinin duygu, düşünce ve davranışlarının iyi ve güzel olmasını, kişinin âhiretteki mutluluğu için zorunlu görmektedir. Bunun için kişinin nefis tezkiyesini gerçekleştirmeye uğraşan tasavvufun, kural koyup emreden bir dile sahip olması kaçınılmazdır. Tasavvufî yöntem ve makamlardan biri olarak zühhd, dünyaya karşı ilgiyi azaltmayı, dünyevî nimetlerden içsel ve istekli bir vazgeçiş, bu vazgeçişin asıl dünyada (âhiret) gerçek mutluluğu kazandıracağı düşüncesine dayanır. Bu amaca dönük olarak zâhidlikte birtakım kural ve yönlendirmeler mevcuttur. Minimalist yaşam tarzında ise normatif öğeler bulunmakla birlikte (idealize edilip tavsiye edilmesi noktasından) buradaki sade yaşam tavsiyesi zorlayıcı ve emredici bir şekilde gerçekleştirilmemektedir. Bu yaşam biçimine sahip bireylerin diğer kişilere örnek olması ve minimalist yaşam tarzını övüp teşvik etmesi yönüyle normatif kabul edilebilir. Bir şeyin nasıl yapılması gerektiği,

neyin doğru ya da yanlış veya güzel ya da çirkin olduğu meselesi normatif yönle ilgilidir. Minimalist yaşam tarzında, kişi ve toplumların daha az tükettiği sürdürülebilir bir yaşam savunularak tavsiye edilmektedir. Yine bu yaşam tarzı kendi mensupları tarafından idealize edilir, aşırı tüketim eksenli diğer yaşam tarzları eleştirilir. Bu yön bizlere minimalizmin normatif tarafını açıklamaktadır. Diğer bir yönüyle ise minimalizm, kişilerin daha az eşya ile yaşamasına, daha az tüketmesine ve basit bir hayat sürdürmesine odaklanmaktadır, değer yargılarına dair bir konuya değinmemektedir.

Tüm bu anlatılanlardan sonra minimalist yaşamın kişinin yalnızca dış dünyasını etkileyen bir yaşam tarzı olmadığı, belki çok daha fazla iç dünyasında birtakım olumlu kabul edilebilecek gelişmeye sebep olduğunu söylemek mümkündür. Daha az eşya ile yaşamlarını sürdüren minimalistler, hayatlarında gerçekleştirmeyi istedikleri hedeflere zaman ve enerji bulabilmektedirler. Eşya kalabalığından kurtulan minimalistlerin zihinleri çok daha sakin ve dingin kalabilmekte, bunun sayesinde kendilerini ve dış dünyayı çok daha iyi tanıyıp yorumlayabilmektedirler. Maddeye eskisinden çok daha az önem vermeyi netice veren bu süreçte, kişilerin anlamlılık, mutluluk ve farkındalık düzeylerinde de bir artış meydana geldiği bu yaşam tarzını tecrübe eden bireyler tarafından beyan edilmektedir.

Zâhid ile minimalistin süreç sonucunda varacağı noktalar da birbirinden farklıdır. Zâhid, tüm dünyevî bağlarından hatta kendi öz benliğinden dahî kurtularak Allah'a ulaşma yolundayken minimalist, maddî bağlardan kurtularak özgürlüğe kavuşur. Bu özgürlüğün ardından minimalist yaşam tarzında ulaşılmak istenen herhangi bir fizik ötesi alan bulunmamaktadır. Dolayısıyla minimalizmde aşkın bir varlığa yönelme zorunluluğu yoktur. Minimalist tecrübenin ardından mânevî yaşantısında gelişme meydana gelmiş bazı örnekler bulunsa da bu durum, genel bir hâl değildir, bireyseldir.

Minimalist yaşam biçiminde kişiler, öznel olarak değerli ve önemli buldukları alana odaklanmak adına aşırılıkları azaltmanın bir yolu olarak bu yaşam tarzını tercih etmişlerdir. Dolayısıyla minimalist yaşam biçiminde amaç, kişilerin ilgi ve isteklerine göre değişiklik gösterebilmektedir. Bununla ilişkili olarak minimalist yaşam, bireysel bir yöne sahiptir. Ancak zâhid, yaşam biçimini uygularken sâlikin amacı nettir, öznel

değildir. Her ne kadar her zâhidin yaşadığı süreç kendine özelse de ulaşılmak istenen hedef ortaktır.

Görüldüğü üzere minimalist yaşamda yapılması ve yapılmaması gereken hususlar net bir şekilde ifade edilebilmektedir. Bu durumun minimalist yaşamın, hayatın görünür kısmına hitap etmesinden kaynaklı olduğunu söylemek mümkündür. Minimalist yaşamda mânevî ya da içsel bir süreçten daha çok hayat pratiklerine yönelik gerçekleştirilen uygulamalar ile minimalist olmak adım adım tarif edilebilmektedir. Belki de bu durum, minimalizmin geniş bir kitle tarafından anlamlı bulunarak uygulanmasına bir sebeptir. Bunun yanında zâhidlik ise daha çok ruhsal boyutu ilgilendiren bir süreç olduğundan somut bir biçimde zâhidliğin uygulama aşamalarını ifade etmek güçtür. Zâhidlik yolunda sâlik, marifetullah ile muhabbetullahı ulaşabilmek için dünyevî şeylerden uzaklaşır. Bu noktada tek tip bir zâhidlikten bahsetmek mümkün değildir. Kimi zâhid maddî sahipliklerin tümünü arkasında bırakırken kimileri ise kısmen terk etmektedir. Dolayısıyla her bir yolculuk biriciktir ve kendi içinde farklı durumları barındırmaktadır.

Çalışma, nitel bir çalışma olarak yürütüldüğünden zühd ve mizimalizmi yaşamlarında tecrübe etmiş bireylerin bazen kendi bazen ise başkaları tarafından kaleme alınmış dokümanlar üzerinden gerçekleştirilmiştir. Konunun anket, görüşme, gözlem gibi nicel bir yöntem ile gerçekleştirilmesi de önemli ve gereklidir, böylelikle meselenin sayısal verilerle çok daha somut bir biçimde ortaya koyulmasını sağlayacaktır. Gelecek çalışmalarda meselenin nicel yönüyle çalışılması tavsiye edilebilir.

KAYNAKÇA

Abdullâh b. el-Mübârek, Ebû Abdîrrahmân. *Kitâbü'z-Zühd ve'r-Rekâik*. thk. Habiburrahman Azamî. Beyrut, 1386.

Adigüzel, Bayram. *Tasavvufu Ortaya Çıkaran Sosyo-Ekonomik, Siyasal ve Tarihsel Parametreler Bağlamında Zühd Dönemi*. Malatya: İnönü Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Yüksek Lisans Tezi, 2018.

Afîfî, Ebu'l-A'lâ. *Tasavvuf: İslâm'da Manevî Hayat*. çev. Ekrem Demirli - Abdullah Kartal. İstanbul: İz Yayıncılık, 6. Basım, 2015.

Akarsu, Bedia. *Felsefe Terimleri Sözlüğü*. Ankara: Türk Dil Kurumu Yayınları, 1975.

Akarsu, Murat. *H. Osman Hilâfeti*. Ankara: Ankara Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, 2001.

Akarsu, Murat. *Kabile Bürokrasisi ve H. Osman Katline Sessiz Kalınan Halife*. Ankara: Ankara Okulu Yayınları, 2. Basım, 2017.

Aktuğ, Elif - Dağdelen, Zibelhan. "Philip Glass 'Opera Üçlemesi' Örneğinde Opera Sanatında Minimalizm". *Ege Üniversitesi Devlet Türk Musikisi Konservatuvarı Dergisi* 9 (2016), 31-39.

Alexander, Samuel. "The Voluntary Simplicity Movement: Reimagining The Good Life Beyond Consumer Culture". *The International Journal of Environmental Cultural, Economic and Social Sustainability* 7/3 (2011), 1-18.

Alexander, Samuel - Ussher, Simon. "The Voluntary Simplicity Movement: A multi-national survey analysis in theoretical context". *Journal of Consumer Culture* 12/1 (2012), 66-86.

Algül, Hüseyin. *İslâm Tarihi -Hulefâ-i Râşidîn-*. 3 Cilt. Bursa: Emin Yayınları, 2018.

Ali, Cevad. *el-Mufasssal fî târihi'l-Arab kable'l-İslâm*. Beyrut: Dârü'l-İlm li'l-Melayin, 1970.

Alparslan, Ali Murat vd. *Mutlu Eden Yöneticiler: Pozitif Psikoloji*

Bağlamında Araştırmalar ve Öneriler. Ankara: Nobel Akademik Yayıncılık, 2. Baskı., 2020.

Altay, Şule - Özgündoğdu, A. Feyza. “Yaşamdan Sanata, Sanattan Yaşama Akımlar”. *Ulakbilge* 5/16 (2017), 1561-1575.

Altıntaş, Ramazan. “İslâm Öncesi Arap Düşüncesi”. *Doğudan Batıya Düşüncenin Serüveni*. ed. Bayram Ali Çetinkaya. 1/1086. İstanbul: İnsan Yayınları, 2015.

Altunkaya, Mustafa. “Zühd/Sûf Hareketinden İslam’ın Ana Akım 3T Eğilimlerine Zühd Çağının (M. 610-710) Teo-Stratejisi”. *Academic Knowledge* 1/1 (31 Aralık 2018), 19-35.

Anderson, Perry. *Postmodernitenin Kökenleri*. çev. Elçin Gen. İstanbul: İletişim Yayınları, 2002.

Anguiano, Gloria Edisa. *Minimalism: A Study of Motivation and the Effects on Behavior and Attitudes*. Tucson: The University of Arizona, Retailing and Consumer Sciences, 2020.

Ankaravî, İsmâil Rusûhî. *Minhâcû'l-fukarâ*. çev. Sâfi Arpaguş. İstanbul: Marmara Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Vakfı Yayınları, 2. Basım, 2023.

Antmen, Ahu. *20. Yüzyıl Batı Sanatında Akımlar*. İstanbul: Sel Yayıncılık, 2. Basım, 2009.

Apak, Adem. *Ana Hatlarıyla İslâm Tarihi (Hulefâ-i Râşidîn Dönemi)*. 4 Cilt. İstanbul: Ensar Nesriyat, 14. Basım, 2015.

Apak, Adem. *Hiz. Osman Dönemi Devlet Siyaseti*. İstanbul: İnsan Yayınları, 2. Basım, 2015.

Apak, Adem. “Hiz. Osman ve Halifelik Dönemi (644-656)”. *İslâm Tarihi*. ed. Eyüp Baş. İstanbul: Grafiker Yayınları, 8. Basım, 2020.

Arberry, Arthur John. *Tasavvuf, Müslüman Mistiklere Toplu Bakış*. çev. İbrahim Kapaklıkaya. İstanbul: Ağaç Kitabevi Yayınları, 2008.

Âsım Efendi. *Kâmus Tercümesi*. İstanbul: Matbaatu'l-Osmâniyye,

1304.

Ateş, Süleyman. *İslam Tasavvufu*. İstanbul: Yeni Ufuklar Neşriyat, 1992.

Aydın, Hüseyin. “İnsanın Varlığı, Konumu ve Nihaî Gayesi”. *Diyanet Aylık Dergi* 154 (Ekim 2003), 10-13.

Aydınlı, Abdullah. *Doğuş Devrinde Tasavvuf ve Hadis*. İstanbul: Seha Neşriyat, 1986.

Ayten, Ali - Düzgüner, Sevde. *Tasavvuf Psikolojisine Giriş Bireysel Arınma ve Güzel Ahlak*. İstanbul: Sufi Kitap, 2. Basım, 2019.

Azizağaoğlu, Arzu - Altunışık, Remzi. “Postmodernizm, Sembolik Tüketim ve Marka”. *Tüketici ve Tüketim Araştırmaları Dergisi* 4/2 (Aralık 2012), 33-50.

Babauta, Leo. “On Minimalism”. *Zen Habits*. 20 Eylül 2023. <https://zenhabits.net/on-minimalism/>

Baltacı, Ali - Yağlı Soykan, Semra Nurdan. “Optimism, Happiness, Life Meaning and Life Satisfaction Levels of the Faculty of Divinity Students: A Multi-Sample Correlational Study”. *Spiritual Psychology and Counseling* 5/2 (2020), 167-184.

Baranoğlu, Selen. *Bana Bi Sade-Hayata Yer Aç-*. Ankara: Elma Yayınevi, 3.Basım., 2021.

Başer, Hacı Bayram. *Ebû Nasr Serrâc et-Tûsî'nin Tasavvuf Anlayışı*. İstanbul: İstanbul Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Yüksek Lisans Tezi, 2009.

Başer, Hacı Bayram. “Zühdden Marifete Tasavvufun Seyri: Tasavvuf Tarihinin Dönemlendirilmesi Üzerine”. *Din ve Hayat: İstanbul Müftülüğü Dergisi* 37 (2019), 36-39.

Başıoğlu, Begüm - Erim, Ege. *Sade*. İstanbul: Okuyan Us, 2. Basım, 2020.

Baumeister, Roy F. *Meanings of Life*. London: The Guilford Press,

1991.

Baumer, Franklin Le Van. “Batı Düşüncesinin Ana Akımları”. çev. Kapadokya MYO Çeviri ve Redaksiyon Heyeti. *Batıya Yön Veren Metinler*. ed. Alev Alatlı. 2/976. İstanbul: Kapı, 3. Baskı., 2021.

Bayat, Murat - Sezer, Abdulaziz. “Bireylerin Gönüllü Sade Yaşam Tarzları ve Yaşam Doyumlarının, Geleneksellik Değeri Açısından Değerlendirilmesi: Düzce Üniversitesi Örneği”. *İş Ahlakı Dergisi* 11/1 (2018), 1-19. <http://dx.doi.org/10.12711/tjbe.2018.11.1.0009>

Bayazıt Hayta, Ateş. “Sürdürülebilir Tüketim Davranışının Kazanılmasında Tüketici Eğitiminin Rolü”. *Ahi Evran Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi* 10/3 (Aralık 2009), 143-151.

Bayer, Ali. “Sekülerleşme Din İlişkisi: Kuramsal Bir Yaklaşım”. *Sekülerleşme Klasik ve Çağdaş Yaklaşımlar*. ed. M. Ali Kirman - İhsan Çapcıoğlu. 155-185. Ankara: Otto, 2015.

Becker, Joshua - Stanford, Eric. *Minimalist Ev*. çev. Sevinç Seyla Tezcan. İstanbul: Pegasus Yayınları, 2023.

Begum, Shagufta vd. “Happiness: A Psycho-Philosophical Appraisal”. *The Dialogue* 9/3 (2014), 313-325.

Belâzürî, Ebü'l-Hasen Ahmed b. Yahyâ b. Câbir b. Dâvûd. *Fütûhu'l-büldân*. çev. Mustafa Fayda. İstanbul: Siyer Yayınları, 2013.

Bell, Daniel. “Kutsalın Dönüşü”. çev. Ali Köse. *21. Yüzyılda Dinin Geleceği: Kutsalın Dönüşü*. ed. Ali Köse. 229-242. İstanbul: Timaş Yayınları, 2014.

Bertoni, Franco. *Minimalist Architecture*. Birkhäuser, 2002.

Beyhakî, Ebû Bekr Ahmed b. el-Hüseyn b. Alî. *ez-Zühdü'l-kebîr*. thk. Amir Ahmed Haydar. Beyrut: Müessesetü'l-Kütübi's-Sekâfiyye, 3. Basım, 1417.

Birand, Kâmuran. “18. Yüzyıl Fransız Aydınlanma Tarihçiliği ve Modern Tarihçilik Karşısındaki Durumu”. *Ankara Üniversitesi İlahiyat*

Fakültesi Dergisi 5/1 (Ocak 1956), 87-99.

Biricik, Zeynep. “Dijital Bağımlılıklar ve Dijital Bağımlılıklardan Kurtulma Yolu Olarak Dijital Minimalizm”. *The Turkish Online Journal of Design, Art and Communication* 12/3 (2022), 897-912.

Black, Jain Russell - Cherrier, Helene. “Anti-consumption as part of living a sustainable lifestyle: Daily practices, contextual motivations and subjective values”. *Journal of Consumer Behaviour* 9 (ts.), 437-453.

Blake, Peter. *The Master Builders*. New York: Alfred A. Knopf, 1960.

Boujbel, Lilia - Astous, Alain d’. “Voluntary Simplicity and Life Satisfaction: Exploring the Mediating Role of Consumption Desires”. *Journal of Consumer Behaviour* 11/6 (2012), 487-494. <https://doi.org/10.1002/cb.1399>

Bozkurt, Hasan vd. “İnternet Bağımlılığı: Güncel Bir Gözden Geçirme”. *Çağdaş Tıp Dergisi* 6/3 (2016), 235-247.

Breen Pierce, Linda. *Choosing Simplicity: Real People Finding Peace and Fulfillment in a Complex World*. Seattle: Gallagher Press, 2000. <http://archive.org/details/choosingsimplici0000pier>

Brown, Kirk Warren - Kasser, Tim. “Are Psychological and Ecological Well-Being Compatible? The Role of Values, Mindfulness and Lifestyle”. *Social Indicators Research* 74/2 (2005), 349-368. <https://doi.org/10.1007/s11205-004-8207-8>

Buğday, Esmâ Betül - Babaoğlu, Müberra. “Bilinçli Tüketim Kavramının Boyutları: Bilinçli Tüketim Davranışının Yeniden Tanımlanması”. *Sosyoekonomi* 24/30 (2016), 187-206.

Buhârî, Ebû Abdillâh Muhammed b. İsmail. *Sahîhu'l-Buhârî*. Beyrut: Dâr-u İbn Kesîr, 1423.

Bulan, Jolaman. *Budizm’de ve İslâm Tasavvufunda Zühd*. Erzurum: Atatürk Üniversitesi, Doktora Tezi, 2017.

Canan, Sinan - Acungil, Mustafa. *Dijital Gelecekte İnsan Kalmak*. İstanbul: Tuti Kitap, 5. Baskı., 2020.

Canatan, Kadir. “Gelenek, Din ve Modernite”. *Bilgi ve Hikmet Dergisi* 9 (1995), 28-39. <https://katalog.idp.org.tr/pdf/8624/15047>

Carver, Courtney. “How to Build a Capsule Wardrobe”. *Be More with Less*. Erişim 27 Ekim 2023. <https://bemorewithless.com/how-to-build-a-capsule-wardrobe/>

Cengiz, Muammer. “Mevlânâ’da Zâhid ve Ârif Tipi”. *Ondokuz Mayıs Üniversitesi İnsan Bilimleri Dergisi* 2/2 (2021), 283-300. <https://doi.org/10.51533/insanbilimleri.1021807>

Cevherî, Ebû Nasr İsmail b. Hammâd. *es-Sihâh Tâcu’l-Lüga*. Kahire: Dâr’ul-Hadîs, 2009.

Cevizci, Ahmet. *Aydınlanma Felsefesi*. İstanbul: Say Yayınları, 2017.

Cevizci, Ahmet. *Felsefe Sözlüğü*. İstanbul: Paradigma Yayınları, 3. Basım, 1999.

Cevziyye, Muhammed b. Ebî Bekir b. Eyyûb İbn Kayyım. *Medâricü’s-sâlikîn*. thk. Rıdvân Câmiu Rıdvân. Kahire: Müessesetü’l-Muhtâr, 1422.

Ceyhan, Semih. “Zühd”. *Türkiye Diyânet Vakfı İslâm Ansiklopedisi*. 44/530-533. İstanbul: TDV Yayınları, 2013.

Cohen, Connie Alba. *The Path to Reinvention: The Art of Minimalism and Living a Meaningful Life*. Blurb, 2023.

Coşkun, Ali. *Sosyal Değişme ve Dini Normlar*. İstanbul: Rağbet Yayınları, 2. Basım, 2016.

Cox, Harvey. *The Secular City*. New York, 1965.

Cürcânî, Ali b. Muhammed es-Seyyid eş-Şerîf. *Mu’cemü’t-Ta’rifât*. thk. Muhammed Sıddîk el-Minşâvî. Kahire: Dâr’ul-Fazîle, ts.

Çınar, Hande Sanem - Atakan, Betül. “Minyatür Bir Dünya - Zen Bahçeleri ‘Ryoan-ji Örneği’”. *Journal of the Faculty of Forestry Istanbul University* 58/2 (2008), 41-51.

Danışman, Nafiz. “Cahiliyye Kelimesinin Mana ve Menşe’i”. *Ankara Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi* 5/1-4 (1956), 192-197.

Dâye, Necmuddîn-i. *Mirsâdu'l-ibâd mine'l-mebde ile'l-me'ad-Sûfîlerin Seyri-*. çev. Hakkı Uygur. İstanbul: İlk Harf Yayınevi, 2013.

De Geus, Marius. “The Transition to Green Lifestyles Based on Voluntary Simplicity: The Difficult Road Towards Enjoyable, Graceful and Sustainable Lifestyles”. *Advances in Sustainability and Environmental Justice* 13 (2013), 31-49.

Debord, Guy. *Gösteri Toplumu ve Yorumlar*. çev. Ayşen Ekmekçi - Okşan Taşkent. İstanbul: Ayrıntı Yayınları, 1996.

Deci, Edward L. - Ryan, Richard M. “Hedonia, Eudaimonia and Well-Being: An Introduction”. *Journal of Happiness Studies* 9 (2008), 1-11.

Dellaloğlu, Besim F. “Muhafazakârlık ile Modern/lik-leşme Kavşağında Türkiye ve Tanpınar”. *Öteki Muhafazakârlık*. ed. A. Çağlar Deniz. 55-84. Ankara: Phoenix, 2016.

Demir, Sertaç Timur. “Tüketimcilik Karşısı Küresel İnsiyatif ve Manifestolar: Gerekler, Gerekçeler, Gerçeklikler”. *Birey ve Toplum Sosyal Bilimler Dergisi* 10/1 (Haziran 2020), 185-205.

Demircan, Adnan. “Haniflik ve Hanifler Üzerine Bazı Düşünceler”. *Cahiliye Araplarının Ulûhiyet Anlayışı*. ed. M. Mahfuz Söylemez. 149-166. Ankara: Ankara Okulu Yayınları, 2015.

Demirci, Kürşat. “Zühd”. *Türkiye Diyânet Vakfı İslâm Ansiklopedisi*. 44/533-535. İstanbul: TDV Yayınları, 2013.

Demirci, Mehmet. “İçe Dönük Cihad: Mücâhede”. *Tasavvuf İlmî ve Akademik Araştırma Dergisi* 8/19 (2007), 9-21.

Demirci, Mehmet. “Zâhidlik Nedir, Dünyâ-Âhiret Dengesi Nasıl Kurulur?” *Dokuz Eylül Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi* 4 (1987), 105-128.

Demirli, Ekrem. *İslam Düşüncesi Üzerine Söyleşiler ve Konuşmalar*. İstanbul: Sufi Kitap, 2016.

Demirli, Ekrem. *İslam Metafiziğinde Tanrı ve İnsan*. İstanbul: Alfa,

2017.

Demirli, Ekrem. “Sûfilerin Âlem ve Tabiat Görüşü: Her Şey Tanrı’ya İşâret Eden Canlı Bir Âyettir”. *Uluslararası Çevre ve Din Sempozyumu Bildiriler Kitabı*. 2/67-72. İstanbul, 2008.

Demirli, Ekrem. *Şair Sûfiler -Mevlana, Yunus ve Niyazi-i Mısri Üzerine İncelemeler-*. İstanbul: Sufi Kitap, 2. Basım, 2018.

Diener, Ed vd. “Purpose, Mood, and Pleasure in Predicting Satisfaction Judgments”. *Social Indicators Research* 105/3 (2012), 333-341. <https://doi.org/10.1007/s11205-011-9787-8>

Diener, Ed. “Subjective Well-Being: The Science of Happiness and a Proposal for a National Index”. *American Psychologist* 55/1 (Ocak 2000), 34-43. <https://doi.org/10.1037/0003-066X.55.1.34>

Diener, Ed vd. “The Satisfaction With Life Scale”. *Journal of Personality Assesment* 49/1 (1985), 71-75.

Dinç, Mehmet. “Teknoloji Bağımlılığı ve Gençlik”. *Gençlik Araştırmaları Dergisi* 3/3 (2015), 31-65.

Dindi, Emrah. “Câhiliye Arap Hac Ritüellerinin Kur’an’daki Menâsikle Diyalektik İlişkisi”. *Cumhuriyet İlahiyat Dergisi* 21/1 (Haziran 2017), 577-638.

Dobbelaere, Karel. *Secularization: An Analysis at Three Levels*. Brüksel: Peter Lang, 2002.

Dobbelaere, Karel. “Sekülerleşmenin Anlamı ve Kapsamı”. çev. Mehmet Süheyl Ünal. *Sekülerleşme Klasik ve Çağdaş Yaklaşımlar*. ed. M. Ali Kirman - İhsan Çapcıoğlu. 57-74. Ankara: Otto, 2015.

Doğrul, Ömer Rıza. *İslamiyet’in Geliştirdiği Tasavvuf*. Kaknüs Yayınları, ts.

Dopierala, Renata. “Minimalism - A New Mode of Consumption?” *The Central European Journal of Social Sciences and Humanity* 4 (2017), 67-83.

Döl, Attila - Avşar, Pelin. “Minimalizm Akımı Kapsamında Nesne

Anlayışının Yeniden Değerlendirilmesi”. *İdil Dergisi* 2/10 (2013), 1-18.

Druică, Elena vd. “When Less Is More: Understanding the Adoption of a Minimalist Lifestyle Using the Theory of Planned Behavior”. *Mathematics* 11/3 (Ocak 2023). <https://doi.org/10.3390/math11030696>

Durning, Alan. *Ne Kadarı Yeterli? Tüketim Toplumu ve Dünyanın Geleceği*. çev. Sinem Çağlayan. Ankara: Tübitak-Tema Vakfı Yayınları, 2. Baskı., 1997.

Düzgüner, Sevde - Şentepe, Ayşe. “Characteristic Themes in Psychology of Religion in Turkey: Muslim Thinkers’ Views on Human Psychology and Psychology of Sufism”. *Psychology of Religion in Turkey*. ed. Ali Ayten vd. 31-50. Netherlands& USA: Brill Publishing, 2015.

Ebû Ca’fer Muhammed b. Cerir, Taberî. *Tarihu’l-ümem ve’l-mülûk*. thk. Muhammed Ebu’l-Fadl İbrahim. Beyrut, ts.

Ebû Yusuf, Ya’kub b. İbrahim. *Kitâbü’l-Harâc*. Beyrut: Dâru’l Ma’rife, 1979.

Elgin, Duane. “Voluntary Simplicity – A Path to Sustainable Prosperity”. *Social Change Review* 11/1 (2013), 69-84.

Erginli, Zafer. “Temel Tasavvuf Klasiklerinde Dünyâ Algısına Toplu Bir Bakış”. *Uludağ Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi* 15/2 (2006), 13-76.

Eroğlu, Filiz. “Kompulsif Satın Alma: Kişisel Faktörler, Postmodern Tüketim Şekilleri ve Reklama Karşı Tutumun Rolüne Yönelik Bir Araştırma”. *Balıkesir Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi* 35 (2016), 252-282.

Ertemel, Adnan Veysel - Aydın, Gökhan. “Dijital Ekonomide Teknoloji Bağımlılığı ve Çözüm Önerileri”. *Addicta: The Turkish Journal on Addictions* 5/4 (2018), 665-690.

Etzioni, Amitai. “Voluntary simplicity: Characterization, Select Psychological Implications, and Societal Consequences”. *Journal of Economic Psychology* 19 (1998), 619-643.

Fayda, Mustafa. “Câhiliye”. *Türkiye Diyânet Vakfı İslâm Ansiklopedisi*.

7/17-19. İstanbul: TDV Yayınları, 1993.

Fayda, Mustafa. “Dört Halife / Hulefâ-yi Râşidîn Dönemi (632-661)”. *İslâm Tarihi*. ed. Eyüp Baş. 728. İstanbul: Grafiker Yayınları, 8. Basım, 2020.

Ferîd, Ahmed. *el-Bahru’r-râik fi’z-zühd ve’r-rekâik*. Cidde: Mektebetü’s-Sahâbe, 1411.

Freyer, Hans. *Din Sosyolojisi*. çev. Turgut Kalpsüz. İstanbul: Doğu Batı Yayınları, 2016.

Fromm, Erich. *Kendini Savunan İnsan*. çev. Necla Arat. İstanbul: Say Yayınları, 4. Baskı., 1994.

Fromm, Erich. *Psikanaliz ve Din*. çev. Elif Erten. İstanbul: Say Yayınları, 6. Baskı., 2019.

Fromm, Erich. *Psikanaliz ve Zen Budizm*. çev. İlhan Güngören. İstanbul: Yol Yayınları, 5. Baskı., 1997.

Fromm, Erich. *Yeni Bir İnsan Yeni Bir Toplum*. çev. Necla Aral. İstanbul: Say Yayınları, 2019.

Gazzâlî, Ebû Hâmid Muhammed. *el-Münkız mine’đ-đalâl ve’l-müfşih ‘ani’l-aḥvâl*. çev. Abdürrezzak Tek. Bursa: Bursa Akademi Yayınları, 2015.

Gazzâlî, Ebû Hâmid Muhammed. *İḥyâ’ü ‘ulûmi’d-dîn*. 4 Cilt. Kahire, 1339.

Gazzâlî, Ebû Hâmid Muhammed. *İḥyâ’ü ‘ulûmi’d-dîn*. Beyrut: Dâru’l-Cîl, 1992.

Gazzâlî, Ebû Hâmid Muhammed. *Kimyâ-yı Saâdet*. çev. Mehmed A. Müftüoğlu. İstanbul: Çile Yayınları, ts.

Gencer, Bedri. *İslâm’da Modernleşme (1839-1939)*. İstanbul: Doğu Batı Yayınları, 3. Basım, 2014.

Giddens, Anthony. *Modernliğin Sonuçları*. çev. Ersin Kuşdil. İstanbul: Ayrıntı Yayınları, 1994.

Goldziher, Ignaz. *İslam Kültürü Araştırmaları*. çev. Mehmed Said Hatiboğlu - Cihad Tunç. Ankara: Otto, 2019.

Goldziher, Ignaz. “İslamiyet’in İlk Zamanlarında Zühd”. çev. Hayrani Altıntaş. *Ankara Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi* 24/1 (1981), 539-546.

Gök, Ayşe Betül - Bingöl, Bora. “Zen Bahçeleri”. *Mehmet Akif Ersoy Üniversitesi Fen Bilimleri Enstitüsü Dergisi* 7/Özel Sayı 1 (2016), 84-93.

Gökberk, Macit. *Felsefe Tarihi*. İstanbul: Remzi Kitabevi, 1993.

Göktürk, İsmail - Günelan, Mustafa. “Modern ve Geleneksek Değerler Arasında Yabancılaşan İnsan”. *Selçuk Üniversitesi Karaman İktisadi ve İdari Bilimler Fakültesi Dergisi* 11 (Aralık 2006), 127-143.

Görgün, Tahsin. *İslam Modernizm ve Batılılaşma*. İstanbul: Tire Kitap, 2021.

Gregg, Richard B. *The Value of Voluntary Simplicity*. The Floating Press, 2009.

Guénon, René. *Modern Dünyanın Bunalımı*. çev. Mahmut Kanık. İstanbul: İnsan Yayınları, 2. Basım, 2017.

Güleç, Cansu. “Thorstein Veblen ve Gösterişçi Tüketim Kavramı”. *Erciyes Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi* 1/38 (2015), 62-82.

Güler, İlhami. “Dünyanın Başına Gelen ‘Derin Sapkınlık’: ‘Dünyevileşme’”. *Politik Teoloji Yazıları*. 304. Ankara: Ankara Okulu Yayınları, 3. Basım, 2019.

Günelan, Ömer. *İslâm Tarihinde Müsâdere Uygulamaları (Hz. Peygamber (sas) Döneminden Emevilerin Sonuna Kadar*. Diyarbakır: Dicle Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Doktora Tezi, 2021.

Günay, Ünver. *Din Sosyolojisi*. İstanbul: İnsan Yayınları, 16. Basım, 2020.

Güngör, Erol. *İslâm Tasavvufunun Meseleleri*. Ankara: Yer-Su, 2018.

Güngören, İlhan. *Zen Budizm Bir Yaşama Sanatı*. İstanbul: Yol Yayınları, 8. Baskı., 2020.

Güzel, Ahmet. “Muaviye ve Hz. Osman’a Muhalefeti Ekseninde Ebu Zerr el-Gıfari”. *Marife* 12/3 (2012), 43-68.

Haidt, Jonathan. *The Happiness Hypothesis: Finding Modern Truth in Ancient Wisdom*. Basic Books, 2006.

Hakîm, Suad. *Mu'cemu's-Sûfî*. Beyrut: Dâru'n-Nedre, 1981.

Haldun, İbn. *Mukaddime*. çev. Süleyman Uludağ. İstanbul: Dergâh Yayınları, 2. Basım, 2020.

Halîl b. Ahmed, Ebû Abdîrrahman. *Kitâbu'l-'ayn*. thk. Mehdî el-Mahzûmî - İbrahim es-Sâmîrâî. Mektebetü'l-Hilal, ts.

Hamidullah, Muhammed. *İslam'a Giriş*. çev. Cemal Aydın. Ankara: Türkiye Diyanet Vakfı Yayınları, 14. Basım, 2015.

Hammond, K. L. *Minimalism for Living, Family & Budgeting*. Create Space Independent Publishing Platform, 2017.

Hanefî, Hasan. *Gelenek ve Yenilenme*. çev. M. Emin Maşalı. Ankara: Otto, 2. Basım, 2016.

Hatıpler, Mustafa - Köksalan, Nilgün. "Gönüllü Kölelikten Gönüllü Sadeliğe". *XIV. IBANESS Congress Series on Economics, Business and Management*. 676-681. Plovdiv, Bulgaristan, 2020.

Hayyât, Ebû Amr Halîfe b. *et-Târîh*. thk. Süheyl Zekkâr. Beyrut: Dâru'l-Fikr, 1414.

Herevî, Ebû İsmâîl Abdullâh b. Muhammed b. Alî el-Ensârî. *Menâzilü's-sâ'irîn*. Beyrut: Dâru'l Kütübî'l İlmiyye, 1988. <https://archive.org/details/Wwww.almaktabah.net-manazelAlssreen/manazel-bairut1988/page/n29/mode/2up>

Herrigel, Eugen. *Yay ile Ok Atış Sanatında Zen*. çev. Sedat Umran. İstanbul: Ruh ve Madde Yayınları, 2. Baskı., 1994.

Hitti, Philip K. *Siyasi ve Kültürel İslam Tarihi*. çev. Salih Tuğ. İstanbul: Boğaziçi Yayınları, 1995.

Hizmetli, Sabri. *İslâm Tarihi -İlk Dönem-*. Ankara: Ankara Okulu Yayınları, Sekizinci Basım., 2011.

Hökelekli, Hayati. *Din Psikolojisi*. Ankara: Türkiye Diyanet Vakfı

Yayınları, 6. Basım, 2005.

Hutchinson, Melanie. *Minimalism: The Art of Clarity and Meaning in Life*, 2019.

Hücvîrî, Ebü'l-Hasen Alî b. Osmân b. Ebî Alî el-Cüllâbî. *Keşfü'l-maḥcûb*. çev. İs'âd Abdülhâdî Kındîl. Kahire: Mektebetü'l-İskenderiyye, 1974.

Hüttel, Alexandra vd. "Welfare Beyond Consumption: The Benefits of Having Less". *Ecological Economics* 176 (2020). <https://doi.org/10.1016/j.ecolecon.2020.106719>

Islakoğlu, Pınar Mine. *Minimalizm Kavramı ve Mimarlıkta Minimalist Yaklaşımlar*. İzmir: Dokuz Eylül Üniversitesi, Fen Bilimleri Enstitüsü, Yüksek Lisans Tezi, 2006.

İşıtan, İbrahim. *Sûfî Psikolojisi ve Sülemî'ye Göre Sûfî Benlik Dönüşümü*. İstanbul: Divan Kitap, 2. Basım, 2020.

Iwata, Osamu. "Attitudinal and Behavioral Correlates of Voluntary Simplicity Lifestyles". *Social Behavior and Personality* 25/3 (1997), 233-240.

Izutsu, Toshihiko. *İbn Arabî'nin Fusûs'undaki Anahtar Kavramlar*. çev. Ahmed Yüksel Özemre. İstanbul: Kaknüs Yayınları, 4. Basım., 2005.

Izutsu, Toshihiko. *Kur'an'da Dînî ve Ahlâkî Kavramlar*. çev. Selahattin Ayaz. İstanbul: Pınar Yayınları, 4. Basım, 2011.

İbn A'sem el-Kûfî, Ebû Muhammed Ahmed. *Kitâbü'l-Fütûḥ*. Haydarâbâd, 1968.

İbn Ebi'd-Dünyâ, Abdullah b. Muhammed b. Ubeyd. *Zemmu'd-Dünyâ: ez-Zühd (Hadislerde Dünyanın Yerilmesi: Zühd)*. çev. Hüseyin Yıldız. İstanbul: Ocak Yayıncılık, 2008.

İbn Hanbel, Ahmed. *Kitâbu'z-Zühd*. thk. Muhammed Celal Şeref. Beyrut: Dâru'n-Nahdati'l-Arabiyye, 1981.

İbn Hanbel, Ahmed. *Müsned*. thk. Muhammed Abdulkâdir Atâ. Beyrut: Dâru'l-Kütübî'l-İlmiyye, 1429.

İbn Hişâm, Ebû Muhammed Cemâlüddîn Abdülmelik b. Hişâm b. Eyyûb el-Himyerî. *Muhtasar Sîretü İbn Hişâm*. çev. Muhammed Yazıcı. İstanbul: Ketebe, 3. Basım, 2023.

İbn Mâce, Ebû Abdillâh Muhammed b. Yezîd el-Kazvînî. *es-Sünen*. thk. Muhammed Nâsiru'd-dîn el-Elbânî. Riyad: Mektetü'l-Meârif, 1997.

İbn Manzûr, Muhammed b. Mûkerrem el-Mısırî. *Lisânü'l-'Arab*. 15 Cilt. Beyrut: Dâr-u Beyrut, 1955.

İbnü'l-Arabî, Ebû Bekr Muhyiddîn. *el-Futûhâtü'l-Mekkiyye*. thk. Ahmed Şemsüddîn. Beyrut: Dâru'l-Kütübi'l-İlmiyye, 1999.

İbnü'l-Arabî, Ebû Bekr Muhyiddîn. *Fusûsu'l-Hikem*. thk. Ebu'l-A'lâ Affî. Beyrut: Dâru'l-Kitâbi'l-Arabî, ts.

İmruülkays b. Hucr, Tarafe b. Abd, Hâris b. Hillize, Amr b. Külsûm, Züheyr b. Ebû Sülmâ, Antere ve Lebîd b. Rebîa. *Muallakat*. çev. Şerafeddin Yalıtaya. Ankara: Milli Eğitim Bakanlığı, 1989.

İsfahânî, Ebû Nuaym Ahmed b. Abdillâh b. İshâk. *Hilyetü'l-evliyâ' ve tabakâtü'l-asfiyâ'*. 10 Cilt. Beyrut: Dâru'l-Fikr, 1416.

İzmirli, Betül. *Tasavvufta Tipoloji -Semantik Analiz-*. Ankara: Araştırma Yayınları, 2019.

Jeanniere, Abel. “Modernite Nedir?” çev. Nilgün Tural. *Modernite versus Postmodernite*. ed. Mehmet Küçük. 111-124. Ankara: Say Yayınları, 2011.

Kaban Kadioğlu, Zeynep. “Kitle İletişim Araçlarının Şekillendirdiği Sosyal Kimlikler ve Aidiyet Duygusu Ekseninde Tüketici Davranışları”. *İstanbul Üniversitesi İletişim Fakültesi Dergisi* 45 (2013), 101-114.

Kaban Kadioğlu, Zeynep. *Tüketim İletişimi Süreçler, Algılar ve Tüketici*. İstanbul: Pales Yayınları, 2014.

Kahraman, Hüseyin. “Sebepleri ve Sonuçları Açısından Hadis Râvîlerinin Zühd Hayatına Yönelik İlgileri -Kûfe Örneği-”. *Uludağ Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi* 16/1 (2007), 37-63.

Kahvecioğlu, Yasemin. *Tüketim Toplumu, Ekolojik Risk ve Türkiye*. Bursa: Uludağ Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Yüksek Lisans Tezi, 2004.

Kahya, Mustafa. *Tasavvufun Teşekkül Döneminde Sûfiler ve Ticari Hayat*. İstanbul: İstanbul Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, 2023.

Kang, Jiyun vd. “Minimalism as a Sustainable Lifestyle: Its Behavioral Representations and Contributions to Emotional Well-being”. *Sustainable Production and Consumption* 27 (2021), 802-813. <https://doi.org/10.1016/j.spc.2021.02.001>

Kant, Immanuel. “Aydınlanma Nedir? Sorusuna Yanıt”. çev. Nejat Bozkurt. *Toplumbilim Dergisi Aydınlanma Özel Sayısı* 11 (2000).

Kara, Mustafa. *Tasavvuf ve Tarikatlar Tarihi*. İstanbul: Dergâh Yayınları, 10. Basım, 2012.

Karaaslan, Suat. “Etrafını Kuşatan Heykeller: Richard Serra”. *Çukurova Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi* 20/2 (2011), 63-76.

Karaca, Gülçin. “Soyut Ama Nesnel Sanat: Minimalizm”. *Sanat ve Tasarım Dergisi* 10/2 (15 Ocak 2021), 334-349. <https://doi.org/10.20488/sanattasarim.876762>

Karunungan, Renee. “Minimalism Trend: Will it Save the Planet?”. Erişim 12 Aralık 2023. <https://reneekarunungan.com/2017/02/08/minimalism-trend-will-it-save-the-planet/>

Kaya, İlyas. *Sinemada Minimalizm ve 2000 Sonrası Türk Sinemasında Minimalist Yaklaşımlar*. Konya: Selçuk Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Yüksek Lisans Tezi, 2011.

Kayıklık, Hasan. *Tasavvuf Psikolojisi*. Ankara: Akçağ, 2. Basım, 2011.

Kayıklık, Hasan - Yıldırım, İbrahim. “Minimalist Yaşam Tarzı ile Dinî Hayat İlişkisi Üzerine Kuramsal Bir Değerlendirme”. *Çukurova Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi* 22/2 (2022), 220-238. <https://doi.org/10.30627/cuilah.1158940>

Kazancı, Ahmet Lütfi. “Cahiliyye Devrinde Müsbet Davranışlar”. *Uludağ Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi* 1/1 (1986), 103-110.

Kelâbâzî, Ebû Bekr Tâcülislâm Muhammed b. Ebû İshâk İbrâhîm b. Ya'kûb el-Buhârî. *et-Ta'arruf li-mezhebi ehli't-taşavvuf*. thk. Ahmed Şemseddin. Beyrut: Dâru'l-Kütübi'l-İlmiyye, 1993.

Kelbî, Ebû'l-Münzir Hişâm b. Muhammed b. Sâib b. Bişr. *Kitâbü'l-esnâm (Putlar Kitabı)*. çev. Beyza Düşüngen. Ankara, 1969.

Kılıç, Mahmud Erol. *Hayatın Satır Araları Modern Zamanda Kendini Bulmak*. İstanbul: Sufi Kitap, 4. Basım, 2016.

Kılıç, Mahmud Erol. *Sûfî ve Şiir -Osmanlı Tasavvuf Şiirinin Poetikası-*. İstanbul: İnsan Yayınları, 11. Basım, 2014.

Kılıç, Sadık. “Bir Cennet Hayatına Doğru: Akıl ile Kalbin Uzlaşması”. *Diyanet Aylık Dergi* 154 (Ekim 2003), 20-23.

Kılıç, Ünal. “Hz. Peygamber’in Nübüvvet Öncesi Uzlet İçin Hira Mağarası’nı Seçmesi Üzerine Bazı Mülahazalar”. *İstem* 24 (2014), 3-11.

Kırdar, Hülya. *Tasavvufta Panbioizm (Tümcanlılık)*. Ankara: Ankara Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Yüksek Lisans Tezi, 2003.

Kırlı, Özlem. “‘Kadim’in Restitüsyonu ve ‘Kutsal’ın Restorasyonu”. *Öteki Muhafazakârlık*. ed. A. Çağlar Deniz. 17-54. Ankara: Phoenix, 2016.

Kister, M. J. “et-Tehannüs: Kelime Anlamı Üzerine Bir Araştırma”. çev. Ali Aksu. *Tasavvuf: İlmî ve Akademik Araştırma Dergisi* 2/4 (2000), 215-230.

Kondo, Marie. *Hayatı Sadeleştirmek İçin: Derle, Topla, Rahatla*. çev. Melis Zeren. İstanbul: Epsilon Yayınları, 13. Baskı., 2022.

Konevî, Ebû'l-Meâlî Sadrüddîn Muhammed b. İshâk b. Muhammed b. Yûsuf. *Tebşiratü'l-mübtedî ve tezkiyetü'l-müntehî-Marifet Yolcusuna Kılavuz-*. çev. Ahmet Remzi Akyürek. İstanbul: İz Yayıncılık, 4. Basım, 2013.

Kongar, Emre. *Toplumsal Değişme Kuramları ve Türkiye Gerçeği*. İstanbul: Remzi Kitabevi, 22. Basım, 2019.

Köker, Nahit Erdem - Maden, Deniz. “Hazcı ve Faydacı Tüketim Bağlamında Tüketicinin Ürün Temelli Yenilikçiliği Algılaması: Amprik Bir Araştırma”. *İşletme Araştırmaları Dergisi* 4/2 (2012), 94-121.

Köksalan, Nilgün. “Minimalist Tüketim”. Tekirdağ, 2019.

Köksalan, Nilgün. “Tüketim Kültürünün Yaygınlaşmasında Sosyal Onayın Rolü: Kavramsal Bir İnceleme”. *Meriç Uluslararası Sosyal ve Stratejik Araştırmalar Dergisi* 5/12 (2021), 27-39.

Köprülü, Mehmet Fuad. *Türk Edebiyatında İlk Mutasavvıflar*. İstanbul: Alfa, 2. Baskı., 2016.

Köse, Ali. “Modernleşme-Sekülerleşme İlişkisi Üzerine Yeni Paradigmalar”. *Liberal Düşünce* 6/24 (2001), 150-165.

Kumar, Krishan. *Sanayi Sonrası Toplumdan Post-modern Topluma Çağdaş Dünyanın Yeni Kuramları*. çev. Mehmet Küçük. Ankara: Dost Kitabevi, 1999.

Kurt, Ali Osman. *Fundamentalist Yahudiler*. Ankara: Eskiyei Yayınları, 2. baskı., 2016.

Kuşeyrî, Ebü'l-Kâsım Zeynüslâm Abdülkerîm b. Hevâzin b. Abdilmelik. *er-Risâletü'l-Kuşeyriyye*. thk. Abdu'l-Halîm Mahmûd - Mahmûd eş-Şerîf. Kahire: Dâru's-Şa'b, 1989.

Kutluer, İhsan. “İnsan”. *Türkiye Diyânet Vakfı İslâm Ansiklopedisi*. 22/320-323. İstanbul: TDV Yayınları, 2000.

Kuzgun, Şaban. “Hanîf”. *Türkiye Diyanet Vakfı İslâm Ansiklopedisi*. 16/33-39. İstanbul: Türkiye Diyanet Vakfı Yayınları, 1997.

Küçük, Osman Nuri. *Fusûsu'l-Hikem ve Mesnevî'de İnsân-ı Kâmil Anlayışı*. İstanbul: İnsan Yayınları, 2011.

Küçük, Osman Nuri. *Mevlânâ'ya Göre Manevî Gelişim-Benliğin Dönüşümü ve Mi'râcı*-. İstanbul: İnsan Yayınları, 6. Basım, 2015.

Küçük, Sezai - Çakar, Zahit Enes. “Zühd Döneminde Basra ve Horasanlı Zahid/Sufilerin Kesb ve Tevekkül Anlayışı”. *Academic Platform*

Journal of Islamic Research (APJIR) 4/2 (2020), 188-211.

Kükrer, Meriç. “Minimalizm Anlamlı Bir Yaşam mı?: Dünyada ve Türkiye’de Minimalist Pratikler”. *FLSF (Felsefe ve Sosyal Bilimler Dergisi)* 32 (2021), 321-340.

Leroy, Sophie. “Why is it so hard to do my work? The challenge of attention residue when switching between work tasks”. *Organizational Behavior and Human Decision Processes* 109 (2009), 168-181.

Leuba, James Henry. *The Psychology Of Religious Mysticism*. London: Kegan Paul, Trench, Trubner & Company, Limited, 1925. <http://archive.org/details/in.ernet.dli.2015.173703>

Lloyd, Kasey - Pennington, William. “Towards a Theory of Minimalism and Wellbeing”. *International Journal of Applied Positive Psychology* 5 (2020), 121-136.

Lodziak, Conrad. *İhtiyaçların Manipülasyonu: Kapitalizm ve Kültür*. çev. Berna Kurt. İstanbul: Çitlembik Yayınları, 2003.

Logan, Dana W. “The Lean Closet: Asceticism in Postindustrial Consumer Culture”. *Journal of the American Academy of Religion* 85/3 (2017), 600-628.

Luc - Breyse, Toula. *Zen*. çev. Işık Ergüden. Ankara: Dost Kitabevi, 2. Baskı, 2019.

Lucas, Richard E. - Scollon, Christie Napa. “Beyond the Hedonic Treadmill: Revising the Adaptation Theory of Well-Being”. *The Science of Well Being*. ed. Ed Deiner. 103-118. Springer, 2009.

Mahir Efendi, Kastamonulu Seyyid Hafız Ahmed. *El-Muhkem fi şerhi’l-hikem (Hikem-i Atâiyye Şerhi)*. İstanbul: Sufi Kitap, 6. Basım, 2016.

Makdisî, Ebü’l-Fazl İbnü’l-Kayserânî Muhammed b. Tâhir b. Alî. *Şafvetü’l-taşavvuf*. thk. Gâde el-Mukaddem Adre. 1 Cilt. Beyrut: Dâru’l-Müntehabî’l-Arabî, 1995.

Mathras, Daniele - Hayes, Katherine. “Consumer Minimalism as

Identity Curation Process”. *Advances in Consumer Research* 47 (2019), 768-769. <https://www.tcrwebsite.org/volumes/2551923/volumes/v47/NA-47>

Mekkî, Ebû Tâlib Muhammed b. Ali b. Atıyye. *Ḳūtü'l-ḳulûb fî mu'âmeleti'l-maḥbûb ve vaṣfî ṭarîḳi'l-mürîd ilâ maḳâmi't-tevhîd*. thk. Mahmud İbrahim er-Rıdvânî. 4 Cilt. Kâhire: Mektebetü Dârü't-Türâs, 2001.

Mendonça, Gabrielle Oliveira de vd. “The Minimalist Process: An Interpretivist Study”. *Journal of Consumer Behaviour* 20 (2021), 1040-1050.

Merter, Mustafa. *Psikolojinin Üçüncü Boyutu Nefs Psikolojisi ve Rüyaların Dili*. İstanbul: Kaknüs Yayınları, 2014.

Mevlânâ, Celâleddîn-i Rûmî. *Dîvân-ı Kebîr Seçmeler*. çev. Şefik Can. 4 Cilt. İstanbul: Ötüken Yayınları, 5. Basım, 2015.

Mevlânâ, Celâleddîn-i Rûmî. *Fîhi Mâ Fîh*. ed. Selçuk Eraydın. çev. Ahmed Avni Konuk. İstanbul: İz Yayıncılık, 10. Basım, 2015.

Millburn, Joshua Fields - Nicodemus, Ryan. *İnsanları Sev Eşyaları Kullan- Çünkü Tersi Asla İşe Yaramaz*. çev. Hülya Key. İstanbul: Eksik Parça Yayınları, 2022.

Millburn, Joshua Fields - Nicodemus, Ryan. *Minimalizm: Anlamlı Bir Yaşam*. çev. Hülya Key. İstanbul: Eksik Parça Yayınları, 8. Baskı., 2021.

Millburn, Joshua Fields - Nicodemus, Ryan. *Minimalizm: Geriye Kalan Her Şey*. çev. Hülya Key. İstanbul: Eksik Parça Yayınları, 3. Basım, 2022.

Minter, Alexander Augustus. *Minimalist Lifestyle: A Modifier Of Meaning And Mental Health*. Fielding Graduate University, Doktora Tezi, ts.

Muhâsibî, Ebû Abdillâh el-Hâris b. Esed. *er-Riâye li-hukûkillah*. thk. Abdülkâdir Ahmed Atâ. Beyrut: Dârü'l-Kütübi'l-İlmiyye, 4.Baskı., ts.

Muslu, Feride Esra - Aktı, Ümit. “Minimalist Değerler ve Yaşam Pratikleri = Minimalist Values and Life Practiceshe”. *Çukurova Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi* 22/1 (2022), 18-37.

Müslim, Ebü'l-Hüseyn Müslim b. el-Haccâc b. Müslim el-Kuşeyrî. *el-Câmi'u's-şahîh*. thk. Muhammed Fuad Abdülbâki. Beyrut, 1983.

Nasr, Seyyid Hüseyin. *Modern Dünyada Geleneksel İslam*. çev. Ali Sertan Beşer. İstanbul: İnsan Yayınları, 11. Basım, 2022.

Nefat, Ariana vd. “Materialism or the Pursuit of Voluntary Simplicity in the Realization of Life Satisfaction?”. *Economic and Social Development*. 147-162. Paris: Book of Proceedings, 2018.

Newport, Cal. *Dijital Minimalizm*. çev. Cansen Mavituna. İstanbul: Metropolis Yayıncılık, 5. Baskı., 2022.

Newport, Cal. *Pür-Dikkat, Odaklanma Becerisini Nasıl Yitirdik, Nasıl Geri Kazanabiliriz?* çev. Onur Öztürk. İstanbul: Metropolis Yayıncılık, 11. Basım, 2023.

Nicholson, Reynold Alleyne. *Tasavvufun Menşei Problemi*. çev. Abdullah Kartal. İstanbul: İz Yayıncılık, 2. Basım, 2018.

Nicholson, Reynold Alleyne. *The Mystics of Islam*. Oxford University Press, 1959.

Northbourne, Lord. *Modern Dünyada Din*. çev. Şahabeddin Yalçın. İstanbul: İnsan Yayınları, 2. Basım, 1998.

Odabaşı, Yavuz. *Tüketim Kültürü-Yetinen Toplumdan Tüketen Topluma*. İstanbul: Sistem Yayıncılık, 2. Basım, 2006.

OECD. *Sustainable Consumption and Production*. Paris, 1997.

Okudan, Rıfat. “İslam Kültüründe Zühd ve Zahidlik”. *Süleyman Demirel Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi* 1/14 (2005), 159-187.

Olgun, Funda. *Hız. İsa’da Zühd ve Diğer Tasavvufî Unsurlar*. Adana: Çukurova Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Yüksek Lisans Tezi, 2020.

Oliver, Paul. *Mysticism-A Guide for The Perplexed*. London: Continuum, 2009.

Ortaç, Betül. *Mimarlıkta Yalınlık ve Karmaşa*. İstanbul: Yıldız Teknik Üniversitesi, Fen Bilimleri Enstitüsü, Yüksek Lisans Tezi, 2004.

Öner, Abdulkerim. *Dört Halife Dönemi’nde Beytülmal*. Diyarbakır: Dicle Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Doktora Tezi, 2018.

Özdemir, Sema. “Sûfî Düşünceye Göre Çevre Bilincinin Ontolojik Temelleri”. *Çevre ve Ahlak Sempozyum Bildiri Metinleri*. 381-387. Gaziantep, 2014.

Özel, Ahmet Murat. “Teşekkül Evresindeki Tarikatlarda Zühd Dönemine Özgü ve Aşırı Bulunan Bazı Uygulamalara Yaklaşım (Ebu’l-Hasan eş-Şazeli Örneğinde)”. *Cumhuriyet Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi* 26/2 (2022), 647-659.

Özer, İnan. “Toplumsal Değişme/ Gelişme”. *Sosyolojiye Giriş*. ed. İhsan Sezal. 561-587. İstanbul: Beta, 3. Basım, 2010.

Özkalp, Enver. *Sosyolojiye Giriş*. Bursa: Ekin Basım Yayın Dağıtım, 18. Basım, 2010.

Özköse, Kadir. “Tasavvuf ve Ekoloji”. *Çevre ve Ahlak Sempozyum Bildiri Metinleri*. 369-379. Gaziantep, 2014.

Özköse, Kadir. “Zühd ve Sûfilerin Zühde Yükledikleri Anlam Tasavvufta Dünyevileşmeye Tepkisel Yaklaşım”. *Cumhuriyet Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi* 6/1 (2002), 175-194.

Öztürk, Yaşar Nuri. *Kur’an-ı Kerim ve Sünnete Göre Tasavvuf (İslam’da Rûhî Hayat)*. İstanbul: Marmara Üniversitesi İlâhiyat Fakültesi Vakfı Yayınları, 3. Basım, 1989.

Park, Crystal L. “Din ve Anlam”. çev. İlker Yenen. *Din ve Maneviyat Psikolojisi*. 29-66. Ankara: Phoenix, 2013.

Peker, Hüseyin. *Din Psikolojisi*. İstanbul: Çamlıca Yayınları, 2003.

Poupard, Paul. *Dinler*. çev. Muna Cedden. Ankara: Dost Kitabevi, 2005.

Rakipoğlu, Numan. *Seküler Dünya Atlası -Geleneksel Ekol Açısından Modernizm Eleştirisi-*. İstanbul: Kurtuba Kitap, 2011.

Ransome, Paul. *Work, Consumption & Culture: Affluence and Social Change in the Twenty-First Century*. London: Sage Pub, 2005.

Reçber, Mehmet Sait. “Realizm, Din ve Dünyevileşme”. *İslâmiyât* 4/3

(2001), 19-33.

Renan, Ernest. *İsa'nın Hayatı*. çev. Ziya İhsan. İstanbul: Milli Eğitim Bakanlığı, 1992.

Rich, Stacey Ann vd. "Fact or Fable: Increased Wellbeing in Voluntary Simplicity". *International Journal of Wellbeing* 7/2 (2017), 64-77. <https://doi.org/10.5502/ijw.v7i2.589>.

Rich, Stacey Ann vd. "Simply Satisfied: The Role of Psychological Need Satisfaction in the Life Satisfaction of Voluntary Simplifiers". *Journal of Happiness Studies* 18/1 (2017), 89-105. <http://dx.doi.org/10.1007/s10902-016-9718-0>

Ryan, Richard M. - Deci, Edward L. "On Happiness and Human Potentials: A Review of Research on Hedonic and Eudaimonic Well-Being". *Annual Reviews Psychology* 52 (2001).

Ryff, Carol D. "Happiness Is Everything, or Is It? Explorations on the Meaning of Psychological Well-Being". *Journal of Personality and Social Psychology* 57/6 (1989).

Ryff, Carol D. - Keyes, Corey Lee M. "The Structure of Psychological Well-Being Revisited". *Journal of Personality and Social Psychology* 69/4 (1995), 719-727.

Sallâbî, Ali Muhammed. *II. Halife Hz. Ömer Hayatı, Şahsiyeti ve Dönemi*. çev. Mehmet Akbaş. İstanbul: Ravza Yayınları, 2016.

Sanderson, Aston. *Minimalist Yaşam-Evinizi, İş Hayatınızı & Dijital Hayatınızı Derleyip Toplayın*. çev. Mehmet Korkmaz. Malatya: Park Yayınları, 2018.

Sarıbay, Ali Yaşar. *Postmodernite, Sivil Toplum ve İslâm*. İstanbul: Alfa, 3. Basım, 2001.

Sarıcık, Murat. *İslam Öncesi Dönem Cahiliye Kültürü*. Isparta: Fakülte Kitabevi, 2002.

Sarıkaya, Mehmet Saffet. "Tasavvufun Teşekkül Sürecinde Zühd-Kesb

İlişkisine Dair Bazı Değerlendirmeler”. *İslam Tasavvufunun Teşekkülüne Dair Araştırmalar*, 83-96.

Sarıöz, Yeliz. “Aylak Sınıfın Teorisi”. *Ekonomik Yaklaşım* 16/55 (2005), 125-128.

Sasaki, Fumio. *Sadeleş Rahatla*. çev. Bige Turan Zourbakis. Ankara: Doğan Novus, 3.Baskı., 2022.

Sayar, Kemal. “Geçmişin Bilgeliği Bugünün Psikoterapileriyle Buluşabilir mi?” *Sufi Psikolojisi*. 19-62. İstanbul: Kapı, 2024.

Schimmel, Annemarie. *İslamın Mistik Boyutları*. çev. Ergun Kocabıyık. İstanbul: Kabalcı Yayınevi, 3. Basım, 2012.

Senemoğlu, Olkan. “Tüketim, Tüketim Toplumu ve Tüketim Kültürü: Karşılaştırmalı Bir Analiz”. *İnsan & İnsan* 4/12 (Bahar 2017), 66-86.

Serez, Ayça. *Tarihsel Süreç İçinde Sağlık Bahçeleri*. İstanbul: İstanbul Teknik Üniversitesi Fen Bilimleri Enstitüsü, Yüksek Lisans Tezi, 2011.

Serrâc, Ebû Nasr Abdullah b. Alî b. Muhammed. *el-Lüma*‘. thk. Abdülhalim Mahmud - Taha Abdülbâki Sürûr. Mısır: Dâru’l-Kütübi’l-Hadîse, 1960.

Sezgin, Fuat. *Geschichte des Arabischen Schrifttums*. Leiden, 1967.

Sırma, İhsan Süreyya. “Asr-ı Saadet Öncesinde Mekke Toplumu”. *Bütün Yönleriyle Asr-ı Saadet’te İslâm*. ed. Vecdi Akyüz. 1/73-98. İstanbul: Ensar Neşriyat, 2. Baskı., 2007.

Solomon, Michael R. *Tüketici Krallığının Fethi, Markalar Diyarında Pazarlama Stratejileri*. çev. Selin Çetinkaya. İstanbul: Mediacat, 2003.

Stevenson, Sinclair. *Cainizm*. çev. Sema Akın. İstanbul: Ganeşa Yayınları, 2020.

Suzuki, Daisetsu Teitaro. *Zen Budizm-D.T. Suzuki’den Seçme Yazılar*. çev. İlhan Güngören. İstanbul: Yol Yayınları, 3. Baskı., 1997.

Sühreverdî, Ebû Hafs Şihâbüddîn Ömer b. Muhammed b. Abdillâh b. Ammûye el-Kureşî el-Bekrî. *Avârifü’l-ma’ârif*. thk. Abdülhalim Mahmûd -

Mahmûd eş-Şerîf. Matbaatu's-Seâde, ts.

Sühreverdî, Ebû Hafs Şihâbüddîn Ömer b. Muhammed b. Abdillâh b. Ammûye el-Kureşî el-Bekrî. *Avârifü'l-ma'ârif*. thk. Abdülhalim Mahmûd - Mahmûd eş-Şerîf. Kahire: Dâru'l-Maârif, ts.

Sülemî, Ebû Abdurrahman Muhammed b Hüseyin. *Derecâtü'l-Muâmelât (İşlemlerin Dereceleri)*. çev. Süleyman Ateş. thk. Süleyman Ateş. Ankara: Ankara Üniversitesi Basımevi, 1981.

Sülemi, Ebû Abdurrahman Muhammed b Hüseyin. *Kitâbü Sülûkü'l-Ârifîn (Mutasavvıfların Halleri)*. çev. Süleyman Ateş. thk. Süleyman Ateş. Ankara: Ankara Üniversitesi Basımevi, 1981.

Şeker, Mehmet Yavuz. “Tasavvuf Geleneğinde Kâmil Zühdün İki Temel Parametresi: Mârifet ve Rıza”. *İnsan ve Toplum Bilimleri Araştırmaları Dergisi* 3/4 (31 Aralık 2014), 824. <https://doi.org/10.15869/itobiad.06783>

Şengül, Fatma Nur - Yılmaz, Zeynep Gülten. “Toplumsal Değişme ve Din: Zühd Toplumundan Seküler Topluma (Türkiye Örneği)”. *Toplumsal Değişme ve Din*. ed. Erkan Perşembe. 337-361. Nobel Akademik Yayıncılık, 2022.

Tamam, Lut vd. “Kompulsif Satın Alma: Bir Gözden Geçirme”. *Türk Psikiyatri Dergisi* 3/9 (1998), 224-230.

Taş, Seda. “Tüketim Karşıtı Yaşam Tarzları: Freeganizm, Gönüllü Sadelik ve Minimalizm”. *Toplum ve Kültür Araştırmaları Dergisi* 6 (2020), 38-64.

Tatar, Burhanettin. “Dünyevileşme”. *Diyanet Aylık Dergi* 149 (Mayıs 2003), 22-23. <https://katalog.idp.org.tr/pdf/36579/36553>

Taylor, Charles. *Modernliğin Sıkıntıları*. çev. Uğur Canbilen. İstanbul: Ayrıntı Yayınları, 4. Basım, 2020.

Telef, Bülent Baki. “Psikolojik İyi Oluş Ölçeği: Türkçe'ye Uyarlama, Geçerlik ve Güvenirlik Çalışması”. *Hacettepe Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi* 28/3 (2013), 374-384.

Temiz, Yunus Emre. *Alçakgönüllülük Dindarlık Psikolojik İyi Olma ve Yaşam Doyumu Değişkenleri Arasındaki İlişkinin İncelenmesi*. Sakarya: Sakarya Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Doktora Tezi, 2019.

Tirmizî, Ebû İsâ Muhammed b. İsâ b. Sevre. *el-Câmi 'u's-şahîh*. thk. Yusuf el-Hût Kemâl. Beyrut, 1987.

Tokat, Latif. “Modern Batı Dünya Görüşünün Tanrı ve İnsan Tasavvuru Açısından Tahlil ve Eleştirisi”. *Bilimname* 34 (2017), 121-143.

Tolan, Barlas. *Toplum Bilimlerine Giriş*. Ankara: Kalite Matbaası, 1975.

Touraine, Alain. *Modernliğin Eleştirisi*. çev. Hülya Uğur Tanrıöver. İstanbul: Yapı Kredi Yayınları, 9. Basım, 2014.

Tschannen, Olivier. “Sekülerleşme”. çev. Bülent Arıbaş. *Sosyolojik Düşünce Sözlüğü*. İstanbul: İletişim Yayınları, 2011.

Tuna, Banu. “Türkiye’nin İki Katı Olan Bu Dev Ada Hiç Kimsenin ve Herkesin”. *Hürriyet* (01 Eylül 2019).

Tunçay, Güzin Yasemin - Çobanoğlu, Nesrin. “Çevresel Biyoetik Yönüyle Minimalist Yaşam Tarzı”. *Journal of Current Researches on Social Sciences* 9/4 (2019), 271-280.

Tülücü, Süleyman. “Mu’allakât ve Şairleri Üzerine Bir Bibliyografya Denemesi”. *Atatürk Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi* 23 (2005), 1-70.

Tüzer, Abdüllatif. “Mistik Birlik ve Ekoloji”. *Uluslararası Çevre ve Din Sempozyumu Bildiriler Kitabı*. 2/85-100. İstanbul, 2008.

Uluçay, Dilek Melike - Kobak, Kadriye. “Dijital Detoks: Teknoloji Bağımlılığına Karşı Yeni Bir Eğilim ve Genç Yetişkinler Özelinde Bir Değerlendirme”. *İlef Dergisi* 7/2 (2020), 325-350.

Uludağ, Süleyman. *Dört Kapı Kırk Eşik İslâm Toplumlarında Sufi Gelenekler ve Derviş Tipleri*. İstanbul: Dergâh, 2009.

Uludağ, Süleyman. “Dünya”. *Türkiye Diyânet Vakfı İslâm Ansiklopedisi*. 10/22-25. İstanbul: TDV Yayınları, 1994.

Uludağ, Süleyman. “Kemâl”. *Türkiye Diyânet Vakfı İslâm Ansiklopedisi*. 25/222. Ankara: TDV Yayınları, 2022.

Uludağ, Süleyman. “Sülûk”. *Türkiye Diyânet Vakfı İslâm Ansiklopedisi*. 38/127-128. İstanbul: TDV Yayınları, 2010.

Uyar, Mehmet. “Zühd Örneği İzinde Tasavvufta Kavramların Somuttan Soyuta Dönüşümü”. *Amasya Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi* 11 (2018), 291-311. <https://doi.org/10.18498/amauidf.503988>

Ümmet, Durmuş - Yalın, Hatun Sevgi. “Üniversite Öğrencilerinden Psikolojik İyi Oluşu Artırmaya Yönelik Bir Psiko-Eğitim Programının Etkililiğinin Sınanması”. *Türkiye Sosyal Araştırmalar Dergisi* 24/3 (Aralık 2020), 575-587.

Vâkıdî, Ebû Abdillâh Muhammed b. Ömer b. Vâkıd el-Eslemî. *Kitâbü'r-Ridde ve nebze min fütûhi'l- 'Irâk*. thk. Yahyâ el-Cübûrî. Beyrut: Dâru'l-Ğarbi'l-İslâmî, 1410.

Vaneenoo, Cedric. “Minimalism in Art and Design: Concept, influences, implications and perspectives”. *Journal of Fine and Studio Art* 2/1 (2011), 7-12.

Vasilski, Dragana. “On minimalism in architecture -Space as experience-”. *Spatium* 36 (2016), 61-66. <https://doi.org/10.2298/SPAT1636061V>

Vaughan-Lee, Llewellyn. *Çağrı ve Yankı*. çev. Enise Ergün. İstanbul: İnsan Yayınları, 2002.

Veblen, Thorstein. *Aylak Sınıfın Teorisi*. çev. Zeynep Gültekin - Cumhuriyet Atay. İstanbul: Babil Yayınları, 2005.

Waterman, Alan S. “Two Conceptions of Happiness: Contrasts of Personal Expressiveness (Eudaimonia) and Hedonic Enjoyment”. *Journal of Personality and Social Psychology* 64/4 (1993), 678-691. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.64.4.678>

Watts, Alan W. *Zen Yolu-Zen Budizm'in İlkeleri*. çev. Sena Uğur. Şule Yayınları, 1998.

Weinswig, Deborah. “Millennials Go Minimal: The Decluttering Lifestyle Trend That Is Taking Over”. *Forbes*. Erişim 28 Mayıs 2024. <https://www.forbes.com/sites/deborahweinswig/2016/09/07/millennials-go-minimal-the-decluttering-lifestyle-trend-that-is-taking-over/>

Wilson, Bryan. “Sekülerleşme”. çev. Ali Bayer. *Sekülerleşme Klasik ve Çağdaş Yaklaşımlar*. ed. M. Ali Kirman - İhsan Çapcıoğlu. 9-25. Ankara: Otto, 2015.

Williamson, Tina. “8 Benefits of a Minimalist Lifestyle That Get You to Live With Less”. Erişim 27 Mayıs 2024. <https://www.lifehack.org/articles/lifestyle/top-8-benefits-living-minimalist-lifestyle.html>

Wolf-Gazo, Ernest. “Batı’da ve İslâm’da Allah Anlayışına Felsefî Bir Yaklaşım”. çev. İbrahim Özdemir. *İslâmî Araştırmalar* 3/2 (1989), 5-15.

Yalçinkaya, Arzu Eylül. “İlk Dönem Tasavvuf Klasiklerinde Zühd Kavramı Üzerine”. *Bülent Ecevit Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi* 7/1 (2020), 1-18.

Yıldırım, Ahmet. *Din, Dünyevileşme ve Zühd*. Ankara: Ankara Okulu Yayınları, 2. Basım., 2014.

Yıldırım, Ahmet. “Hadis Edebiyatında Zühd Literatürü ve Zühdle İlgili Rivayetlerin İncelenmesi”. *Süleyman Demirel Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi* 20 (Ocak 2008), 119-138.

Yıldırım, Cemal. *Bilim Tarihi*. İstanbul: Remzi Kitabevi, 4. Baskı., 1994.

Yıldırım, Serdar - Kişioğlu, Ahmet Nesimi. “Teknolojinin Getirdiği Yeni Hastalıklar: Nomofobi, Netlessfobi, FoMO”. *Süleyman Demirel Üniversitesi Tıp Fakültesi Dergisi* 25/4 (2018), 473-480.

Yılmaz, Hasan Kamil. *Tasavvufî Hadis Şerhleri ve Konevî’nin Kırk Hadis Şerhi*. İstanbul: Marmara Üniversitesi İlâhiyat Fakültesi Vakfı Yayınları, 1990.

Yılmaz, Mehmet. *Modernden Postmoderne Sanat*. Ankara: Ütopya

Yayınları, 2. Basım, 2013.

Yılmaz, Ömer. *Tasavvuf Bize Ne Söyler?* İstanbul: Sufi Kitap, 1. baskı., 2020.

Yılmaz, Ömer. “Tasavvuf Kültüründe İnsan-Dünya İlişkisi”. *Tasavvuf: İlmî ve Akademik Araştırma Dergisi* 18 (2007), 191-203.

Yitik, Ali İhsan. “Caynizm”. *Yaşayan Dünya Dinleri*. 357-371. İstanbul: Diyanet İşleri Başkanlığı Yayınları, 2. Basım, 2007.

Yitik, Ali İhsan. *Doğu Dinleri*. Ankara: İsam Yayınları, 2019.

Yunus Emre. *Yûnus Emre Dîvânı Tenkitli Metin*. İstanbul: H Yayınları, 2008.

Zebîdî, Muhammed Murtazâ el- Huseynî. *Tâcu'l-Arûs min Cevheri'l-Kâmûs*. thk. İbrahim et-Terezî. Beyrut, 1965.

Zengin, Fethullah. “Cahiliye Araplarında Bazı İyi Ahlâk Örnekleri ve Sebepleri Üzerine Bir Değerlendirme”. *İnönü Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi (Mesned İlahiyat Araştırmaları Dergisi)* 7/2 (2016), 53-69.

“Minimal Sanat”. *Eczacıbaşı Sanat Ansiklopedisi*. 2/1260-1261. İstanbul: Yem Yayın, 1997.

Cambridge Dictionary. Erişim 03 Ağustos 2023. <https://dictionary.cambridge.org/tr/s%C3%B6zl%C3%BCk/ingilizce/minimal-ism>

Minimalism: A Documentary About The Important Things. haz. Matt D’Avella (Belgesel, 2015).

Güncel Türkçe Sözlük. Erişim 03 Ağustos 2023. <https://sozluk.gov.tr/>

İstanbul Kültür Sanat Vakfı. “Yedinci Kıta, 16. İstanbul Bienali”. Erişim 26 Eylül 2023. <https://bienal.iksv.org/tr/16-istanbul-bienali/yedinci-kita>

