# Transcendental Terapi:
# Yunus Emre'de Kaygı ve Umut*

*"Sevgi ile korkuyu birbirine karıştırıp o hamurdan seni meydana getirdiler.*
*Dünya korkusu, ahret korkusu, can korkusu, yerden gökten gelen elemlerin korkusu.*
*Mal sevgisi, devlet sevgisi, vatan sevgisi; nefsini, akrabayı, kadını sevmek.*
*Su ve çamurun imtizacı demek olan varlık, daima nefsine düşkündür. Maddesini beslemek, onu rahat ettirmek peşindedir.*
*Böyle olduğu için kötü şeylere, Hak tarafından nehy edilen şeylere temayül eder ve bunlar onu helak eder.*
*Lakin 'Lâ ilâhe illallah' asası elinde bulundukça, bütün korku tılsımlarını bozar, parçalarsın.*
*Kimin teninde Hak can gibi hâkim olursa onun boynu bâtıl önünde eğilmez.*
*Onun kalbine korku yol bulup giremez. Onun kalbini Haktan gayrı olan şeyler korkutamaz."*[1]

## Giriş

Davranışlarımızı motive eden etkenler vardır. Bu etkenler ortadan kalktığında davranışlar da ortadan kalkar. Bu durumu ruhsal yaşantılarımıza, duygu, sevinç ve acılarımıza da uyarlayabiliriz. Sözgelimi rahatsızlıklarımızı motive eden nedenler ne kadar güçlü olursa ortaya çıkma aralığı da o kadar sık olur; neden ortadan kalktığında davranış da söner. Bu tür rahatsızlıklarda davranışı motive eden en önemli etken, tehdit algısıdır. Tehdit algısı, korku ve kaygıyı tetikler. Tehdit algısı ortadan kalktığında kişi rahatlar. Tehdit, hastalık olabilir, ölüm olabilir, yakınlarımızı kaybetme korkusu olabilir, yoksulluk olabilir; kişinin ontolojik varlığını ve onurunu tehdit eden bir yaşantı olabilir. Davranışları motive eden nedenler ortadan kalktığında, tekrarlanma sıklıklarının azalmasını ve giderek ortadan kalkmasını da bekleyebiliriz. Bu olgular bir çözüme kavuştuğunda kişi kaygı ve korku durumundan uzaklaşır, rahatlar. Tehdit algısının derecesi önemlidir. Sağlık ve hastalık bu çizgide ortaya çıkar. Güven altında olduğumuz düşüncesi, gerçek sağlıktır. Bunu anne ve babamızın koruyuculuğu altında olduğumuz çocukluk yıllarında zaman zaman hissetmişizdir. Pazar yerinde annesini kaybeden bir çocuğun feryadı, kaybetme korkusuna iyi bir örnektir. Anne ve babanın koruyuculuğu, çocuktaki tehdit algısını en aza indirger, onu rahatlatır, sakinleştirir. Derin uyku bu rahatlığın eseridir.

Ruhsal ve mental rahatsızlıkların en önemli nedenlerinden biri, dış dünyanın ihtişamı karşında oluşan yetersizlik duygusudur. Bu da tehdit algısına paralel bir şekilde ortaya çıkar. Kişiyi bu duyguya sevk eden şey, rekabet duygusu ve olduğundan daha iyi olma ihtiyacıdır. Bu da içsel gerilimlere, zorlanmalara, kırılmalara neden olur. Bu özelliğe en ileri derecede sahip olan günümüz insanı, her zamankinden daha gergin ve endişeli görünmektedir. Üstelik onun endişesi, iç dünyadaki bir ilke ve prensibe yönelik değil, tümüyle fethedemeyeceği, karşısında yenilgiye uğrayacağı değişkenler karısında, pratik dünyaya ilişkindir. İnsan, bu dünyada kendi gölgesiyle savaşıyor gibidir. Kendini ifade edebileceği, kendini gerçekleştirebileceği biricik alan olarak bu dünyayı görmektedir. Varoluş, hayata doğru akacak şekilde kurulmuş, meyil bu şekilde verilmiştir. Meyil giderek dünyaperestlik hâline dönüşme riski de taşır. Yunus Emre'nin, korku ve kaygı durumları karşısında öne çıkardığı ve "transsendental terapi" olarak adlandırabileceğimiz, temelini aşkın olanda bulan sevgi ve umut hâli, içkin evrenden gelen korku ve

* *Bizim Külliye* (Yunus Emre Özel Sayısı). Yıl: 2012, Sayı: 52, ss. 31-37.
[1] Muhammed İkbal, *Esrar-ı Hodi*. Çev. Ali Nihat Tarlan, Sufi Yayınları, İstanbul, 2010, s. 52.

kaygıların giderilmesinde temel bir iyileşme durumunu ifade eder. Onun verdiği, her şeyin Tanrı'nın güvencesi altında olduğu duygusu, varoluşun en büyük sigortasıdır. Yunus Emre bize, bu dünyanın gerçeklikleri dışında başka dünyaların kapılarını açar. Bu da, makale içinde "varoluşsal daralma" olarak adlandırdığımız ruh hâlini genişletir, verdiği güven ve iyimserlik hissi ile sevgiyi, sevinci ve umudu temel bir varoluş biçimi hâline getirir.

Yunus Emre'de, metaforik bir ifade ile söyleyecek olursak, anne ve babanın çocuğa verdiği güvenin yerini Tanrı'nın güvencesi alır. Eğer Tanrı ile ilişkimiz sevgi temeline dayalı ise artık hiçbir tehdidin önemi kalmaz. Bunu çağrıştıracak şekilde, *"Nitekim ben beni bildüm yakın bil kim Hakk'ı buldum / Korkum anı bulunca ydı şimdi korkudan kurtuldum / Ben imdi kimden korkayın korkduğum ıla yar oldum"* der.[2] Bu mutlak güveni yakalayınca hiçbir tehdidin önemi kalmaz. "Ebedi var olma" güvencesi, zamanın dar duvarlarını yıkar, varoluşun sınırlı dünyasını sonsuzlaştırır, varlık adeta yeiden keşfedirlir. Bu ruh hâli içinde dünya hayatına ilişkin endişeler aşılır. Güven altında olmak, kişiyi kaygı ve korkudan arındırır, sevince ve umuda sevk eder.

Aşağıdaki makalede, Yunus Emre'nin şiirlerinde ortaya çıkan transsendental terapinin bazı temel ilkeleri belirginleştirilmeye çalışılacaktır.[3] Transsendental terapiyi, manevî esenlik, aşkın sağaltım, manevî şifa, sonsuz iyileşme hâli olarak karşılayabiliriz. Metin okunup bitirildiğinde, ona isteyen istediği gibi bir isim verebilir, "transsendental terapi" ifadesine istediği şekilde bir karşılık bulabilir. Bu makalede transsendental terapinin ne olduğu sorgulanmayacak, ne anlama geldiği konusu üzerinde durulmayacak, daha çok bu olumlu varoluş duygusunun, bu varoluşsal bağlanmanın, ruhsal ve zihinsel süreçlerin, içsel enerjinin yeniden yapılandırılması üzerindeki etkisi üzerinde durulacaktır. Bu ifade en açık anlamıyla, "manevî" olanın zihinsel ve ruhsal süreçlerin yeniden şekillenmesindeki dönüştürücü, iyileştirici ve sağaltıcı etkisine işaret etmek üzere kullanılacaktır. Bu anlamıyla bir bakıma, manevî desteğe, manevî şifaya, manevî güce işaret eder. Ama yalnız bu dünya ile sınırlı bir dönüşüm değildir, eğer öyle olsaydı "aşkın" (*transsendental*) olmazdı. O, egzistansın ruhuna dolan, kaynağını aşkın evrenden alan ve kişiyi "içkin" (*immanent*) olan karşısında dirençli kılan bir sevinç ve esenlik soluğudur. Ama burada şöyle bir soru da sorulabilir, hem sorulmalıdır da: Kierkegaard'un deyişi ile, iki varoluş arasındaki ilişki olan birey ve Tanrı arasındaki sevgi temeline dayalı ilişki, bir zaman ve mekân içinde, sonlu ve sınırlı bir hayatı yaşamaya yazgılı olan ekzistansın tehlikelerden, belalardan, varoluşsal acılardan kurtulduğu anlamına mı gelir; bunu söyleyebilir miyiz? Gerçek şudur: Dünya insanın çeşitli acılar yaşayacağı, çeşitli sıkıntılara gireceği bir yerdir. Bundan kaçınamaz. Ama yine de onun, hastalık, ayrılık, ölüm gibi varoluşun sınır durumları ile karşılaşması, umutsuzluğa düştüğü anlamına gelmez. Tanrı ile olan ekzistansiyel bağ, ona metafizik bir sıçrama yaptırır ve ölüme giderken bile ölümsüz olduğu inancıyla kendisini besler, sonsuzluk verir. Yunus, bu söylenenleri pekiştirecek şekilde şunları söyler: *"İy pâdişah iy pâdişah her dem işin düze-durur / Dünya anun bustânıdur sevdüğini üze-durur… Canlar bâki değül tende di birkaç gün geze-durur.*"[4]

### 1. Varoluşsal Daralma: Kaygı

*"Çalab viribidi bizi var dünyayı gör görün diyü*" mısraında[5] Yunus, insanın dünyada olma durumunu, zaman içinde bir "görünme" olarak niteler. Ona göre, insan, ömrü, ruhu ve bedeni ile dünyada bir görünüşe çıkmadır. Ten, can, bu dünyadaki görünme biçimidir. Yunus, şiirinde bu görünmenin anlamını anlamaya çalışır. Ama bu hâl yalnız dünyada görünmek değil, dünyayı görmektir de. Dünyada nasıl göründüğümüz ve dünyayı nasıl gördüğümüz önemlidir. Yukarıdaki mısraın devamında, Yunus, dünyada olmaktan edindiği izlenimi şu şekilde dile getirir: "*Sorun taptuklu Yunus'a bu dünyadan ne anladı / Bu dünyamın kararı yok sen neyimiş ben neyimiş*."[6] Kişi bu "kararsızlık" yurdunda varoluşun doğasına ilişkin bir anlayış elde edemez, varolmanın anlamına ilişkin temel bir kavrayışa ulaşamaz**.**

İnsan varoluşu, gerçeklik ve metafizik alan içinde ortaya çıkar. Gerçeklik ve metafizik alan ayrımına paralel olarak çeşitli söyleyişler vardır. Bunlardan biri "suret nakışı" ve "mana", bir başkası da "zahir" ve "batın" ifadeleridir. Aşk manadır, içtir, hakikattir. Suret nakşı ise gerçeklik alanıdır. Gerçeklik alanı oluş ve bozuluş alanıdır. Buraya gelen gider, konan göçer; istikrar bulunmaz. Dünya, bir kararsızlıklar yurdudur.

---

[2] Yûnus Emre, *Yûnus Emre Dîvanı*, haz. Faruk K. Timurtaş, Tercüman Yayınları, İstanbul, Tarihsiz, s. 103.

[3] Bu makalede, "Augustinus ve Yunus Emre'de İç-Ben Alanı" başlıklı yazımızın kavramsal çerçevesinden yararlanılmıştır. (Bkz. *Başka Psikiyatri ve Düşünce Dergisi*, yıl: 2011, sayı: 7, s. 197-229).

[4] Yûnus Emre, *Yûnus Emre Dîvanı*, s. 76.

[5] Yûnus Emre, *Yûnus Emre Dîvanı*, s. 84.

[6] Yûnus Emre, *Yûnus Emre Dîvanı*, s. 85.

Gerçeklik alanı, ruhen ve bedenen, insanın içinde yaşadığı, doğumla birlikte kendisine bağlandığı ve ölümle birlikte kendisinden ayrılacak olduğu alandır. Bu alan bize doğrudan kendini sunar, gösterir. Fiziksel olarak, duyusal olarak, algısal olarak kendisiyle ilgi ve iletişim kurabileceğimiz şekilde mevcuttur. Bu dünya insana o kadar gerçek ve biricik görünür ki, kimi zaman bu niteliklerin dışında kalan duyularımızla algılayamadığımız, kendisiyle fiziksel temas içine giremediğimiz metafizik bir alanın olabileceği aklımıza bile gelmez. Sözgelimi, Camus onu "biricik gerçeği",[7] Nietzsche ise insanın kesinlikle kendisine "bağlı kalması gereken"[8] bir alan olarak niteler; daha ötesi yoktur. Ama insan hastalık, ayrılık, savaş, ölüm ve haksızlıkla karşılaştıkça, farklı düşünme tutumları da geliştirir. Buna göre gerçeklik alanı, bir noktadan sonra, dünyasal varoluş için yeterli gelmemeye, farklı evrenlerden esecek serinletici bir rüzgâra, bir nefese, bir esenliğe ihtiyaç duymaya başlar. Böylece önünde metafizik evrenin kapıları açılmaya başlar.

Metafizik evren, insanın duyu ve algı sınırının dışında kalan, ama insanın duyusal yolla değil de düşünce ve inanç bağıyla kendisiyle iletişime geçtiği bir alandır. İnanç konuları, genel anlamda metafizik alana ilişkindir. Yunus ruh, gönül ve iç-ben olarak, metafizik alanla ilişkisi temelinde varoluşu yorumlar. "Aşk" dediği duygusal ve varoluşsal yaşantı, metafizik alana olan bağlılığı ifade eder öncelikle. Yunus, hayatın anlamını, güzelliğini, sevginin, aşkın, hoşgörünün ve diğer insanî değerlerin kaynağını bu metafizik bağlanmadan türetir. Bu bağlanmanın temelini Tanrı inancı oluşturur. Bunun yanında sonsuzluk, ruhun ölümsüzlüğü, ebedi yaşam gibi kavramlar da metafizik bağlanmanın diğer boyutlarıdır. Yunus, içkin hayatı, duyularımızla kavradığımız dünyayı, gönlümüzle, ruhumuzla kendisiyle vaoluşsal bir bağ içinde olduğumuz metafizik alanla anlar, varoluşun anlamını oradan türetir.

Bu iki alana ilişkin "maddî kaygı" ve "metafizik kaygı" diyebileceğimiz iki tür kaygı vardır. "Korku" olarak da adlandırabileceğimi maddî kaygının kökeni gerçeklik dünyasıdır; geçim derdi, gelecek tasası, kaybetme duygusu, hastalık korkusu, vb. Bu endişe biçimi, belili yaş eşiğinin altındaki kişilerde daha çok görülür. Bu kişiler genellikle beden merkezli bir hayat yaşarlar, acıyı ve ıstırabı yeterince tanımazlar. Bu nedenle hastalık ve ölüm korkusu kendilerinde çok güçlüdür. En çok sağlıklı oldukları anda bile "keşke hatalık olmasaydı", en çok mutlu oldukları anda bile "keşke sevdiklerimizi kaybetmeseydik" diye düşünürler. Bir yanlarıyla boşlukta gibidirler, bunun rahatsızlığını yaşarlar. Kazanma, ele geçirme ve sahip olma tutkuları oldukça güçlüdür. Daha çoğuna sahip olma isteği kendilerini yorar, kazandıkça dünyaya olan açlıkları çoğalır. Dünyaya olan düşkünlükleri, kendilerinde kaybetmeye karşı bir korku oluşturur. İster zengin, ister yoksul olsun, geçim endişesi bir şekilde kendini hissettirir. "Daha çoğuna nasıl sahip olabilirim?", "Servetimi nasıl çoğaltabilirim?", "Sahip olduklarımı nasıl koruyabilirim?" gibi sorular kendilerini meşgul eder. Sahip olamadığı nimetlerden dolayı hırslanırlar, sahip olanlara özenirler.

Metafizik kaygıda ise gerçeklik alanını aşan, metafizik alana ilişkin sorulardan kaynaklanan endişeler söz konusu olur. Bu alana ilişkin korku ve kaygıda daha çok insan varlığının aşkın alana ilişkin dini ve felsefî nitelikli bağlantıları öne çıkar. Sorgu, hesap, cennet, cehennem gibi karşıt durumlar, kişiyi endişelendirir. Özellikle belirli bir yaş eşiğini aşmış olan kişilerde bu endişelere daha çok rastlanır. "Sonumuz ne olacak bizim?", "Tanrı'nın huzuruna nasıl çıkacağız?", "Hesabımız nasıl kesilecek" gibi. Kişi, bu noktada sürekli kendi yetersizliğini duyumsar. Pişmanlık duyar. Olduğundan daha iyi olamadığı için kendisini suçlar.

Bütün bu endişelerin temelinde insanın özgürlüğü ve bundan kaynaklanan geleceğin belirsizliği durumu vardır. Kaygılı olma hâli, özgürlük ve beraberinde gelen belirsizlikten beslenir. Eğer gelecek açık ve belirgin olsaydı, kişi ne olacağını, ne yapıp nereye gideceğini bilseydi, bu tür soruları sorması için neden kalmazdı. Endişe, hep bir özgürlük ve belirsizlik durumundan beslenir. Gerçeklik alanına ilişkin korku ve kaygı durumunda, kişi eninde sonunda korktuğu ve kaygılandığı durumlarla karşılaşır. Jaspers'in "varoluşun sınır durumları" dediği[9] her bir bireyin ister istemez yüzleşeceği acı yaşantıları vardır ve tabiî ki "varoluşun son imkânı"[10] olan ölüm, eninde sonunda gerçekleşecektir. Gerçeklik alanı, kaygının yurdudur. Geleceğin belirsizliği karşısında endişelenme, bir noktada gerekçesini bulur. O da insanın seçen, tercih eden, özgür bir varlık oluşudur. İnsan farklı davranış biçimleri arasında tercih yapma hakkına ve gücüne sahip bir varlık olmasaydı, o zaman bir bitkiden farkı kalmazdı; bu durumda kaygı duyması için bir neden de kalmazdı. Kaygı duyulacak her bir konunun temelinde insanın farklı bir varoluş biçimini tercih edebilme gücü vardır. Yunus da, aslında kimi zaman bir nasihat niteliği taşıyan mısralarında, insanın olgunlaşma ve olduğundan

---

[7] Albert Camus, *Denemeler*, Çev. Vedat Günyol, Sebahattin Eyüboğlu, Çan Yayınları, İstanbul, 1960, s. 66.

[8] Friedrich Nietzsche, *Zerdüşt Böyle Buyurdu*, Çev. Turan Oflazoğlu, Milli Eğitim Bakanlığı Yayınları, İstanbul, 1989, s. 7.

[9] Karl Jaspers, *Einfürhrung in die Philosophie*, Piper, München, Zürich, 1953, s. 18.

[10] Martin Heidegger, *Sein und Zeit*, Max Niemeyer Verlag, Tübingen, 1967, s. 260, vd.

daha iyi olabilme ödevi üzerinde durur; iç-benlik'ten söz ederken bu olasılıktan hareket eder. Dünya hayatı, bir ihtimaller alanıdır. Kişi, bu ihtimaller arasından kendini seçecek, kendi varoluşu konusunda karar verecektir. Belirsizliğe şekil vermek, onu kendi kararıyla şekillendirmek insana kalmıştır. Bu belirsizlik durumu da gerçeklik korku ve kaygısını besler. Metafizik korku ve kaygıda da aynı durum söz konusudur. Onda da sonsuz hayata ve hesap gününe ilişkin kaygı duyulur. Bu alanda da hiçbir şey kesin değildir. Ne olursa olsun, kendi çabaları sonucu kendi kurtuluşunu kesinlemiş bir kişiye rastlanmaz. Sonsuz yaşama ilişkin belirsizlik de korku ve kaygı durumunu tetikler. Böylece insan, eğer farklı bir tutum geliştiremezse, yaşadığı olasılıklar evreninde, korku ve kaygının yuvası hâline gelir.

### 2. Varoluşsal Genişleme: Umut

Metafizik alana geçişte fanilik bilincinin önemli bir yeri vardır. Kişi fanilik bilincine ulaşırken metafizik alana giden yola da girmiş olur. Fanilik bilincine ulaşmak önemli bir bilgi, önemli bir tecrübe, önemli bir terbiyedir; denilebilirse bir tür "erme"dir. Yunus Emre'ye göre kendi faniliğini bilmeyen kişi, kendini de bilmez, kendilik bilincinden de yoksundur.[11] Bu, katı bir "cahillik" türüdür.

Kişi gerçeklik kaygısını ancak metafizik sıçrama ile aşabilir. Metafizik sıçrama, en anlaşılabilir şekliyle, yeryüzündeki, gerçeklik alanındaki varoluşu metafizik bir ilkeye bağlamaktır. Bu metafizik ilgi ilerlemiş aşamalarda sevgiye dönüşür. Zira gerçeklik alanından başlayarak bir üst benliğe doğru ilerleyen kişi, metafizik ilke ile olan varoluşsal bağlarını keşfeder. İşte bu sevgi aşaması, ona bağışlayan, hoş gören, fedakârlık yapan, dünya düşkünlüğünden uzak duran erdemli bir kişi olma özelliği kazandırır. Bu özelliklerle birlikte gerçeklik alanına ilişkin kaygı da azalır. Şöyle der Yunus: *"Dünyalığum yokdır dime bu gussayı öküş yime / Ma'şukı ger sevdün-ise gider gönlündeki gamı."*[12] Dünya rızkı nedeniyle kaygı duymak yersizdir. Cümle rızıklar Tanrı'nın nimetleridir. O, rızkı verendir. *"Dün ü gün kaygular yirsin n'idiyeyin yoksulın dirsin / Ol cömerddür rızkun virür kaygu yimek nendür senün"*[13] Rızkın metafizik ilgisinin kurulduğu bu yaklaşımın en güzel ifadesi, "yağma olsun" redifli şiiridir. Fedakârlık, feragat, iç dinginlik, kaygıdan kurtulmuşluk ve metafizik bağlanmışlık bu şiirde en üst düzeyde ifadesini bulur.

İnsan varlığı dünyaya ölüm ile kayıtlıdır. Gittiği yer ve yön bellidir; bunu değiştirmesi ya da bu gerçekten kaçınması söz konusu değildir. Yunus bunu, "*Dünyaya gelen gider bâkı kalası değül"* diye belirtir. Korku ve kaygının en büyük nedeni, ölüm gerçeğidir. Ölüm bir yanıyla gerçeklik, bir yanıyla metafizik alana aittir. Ama tümüyle bireyin varlığı, varoluşu ile ilgilidir. Ölüm bir son mudur, yoksa başlangıç mı? Gerçeklik alanı sonluluk ve yok olma hâlleriyle kişiye umutsuzluk verir. Yunus, ölümün ne olduğunu, insanlara ne yaptığını, ölüm hâliyle insanın uğradığı temel dönüşümü gerçekçi bir bakış açısıyla betimler.[14] Ölümün hâlleri, bu bakış açısından büyük bir çöküntü ve karamsarlık yaratır, insanı umutsuzluğa sevk eder. Zira insan varlığının ortadan kalkması, sona ermesi söz konusudur. Ölüm karşısında, korku bir refleks olarak kendini hissettirir. Kişi ölümden korkar, irkilir. Bu onun doğasında olan bir duygudur. Korku, varlığın ve soyun devamı açısından gereklidir, önemlidir. Kişi, korkuyla varlığını korumayı öğrenir. Ama ölüm, korumanın kalktığı, korumanın yetmediği bir durumdur. Kişi bu noktada yapacak bir şey bulamaz. Bu gerçek karşısında varoluşun ne olacağına ilişkin soru, kaygı ve korku nedeni olara ortaya çıkar. Bu kaygı, Yunus'un şiirinde şu şekilde dile gelir: *"Korkadurun ölümden cümle toğan ölmişdür."* Bir başka şiirinde de şöyle seslenir: *"İy yaranlar iy kardaşlar korkaram ben ölem diyü / Öldümi kayırmazam itdüğüğmü bulam diyü."*[15] Gerçeklik alanı içinde, salt bu alandan türeyen bir umuda yer yoktur. Zira her umut, bir yıkımla son bulur. Sonlu ve sınırlı bir varlık içinde bir tükeniş, adım adım gerileyiş söz konusudur. Gerçeklik alanının beden öncelikli yaşamı, her zaman yaşlanmayı, hastalığı ve ölümü daha yakından hisseder. Zira beden ölümlü bir unsurdur. Ölüm ona yöneliktir. Varoluş, bedensel gerçeklikle tanımlandığında, ölüm aşılmaz bir engel olarak ortaya çıkar.

Dünyaya maddeci bir şekilde bağlananlar, en sonunda hayatın bu katı gerçeği ile yüzleşirler. Burada umuda yer yoktur. Metafizik bakış, sonsuzluk anlayışı ile kişiyi umutsuzluktan ve karamsarlıktan kurtarır, umut ışığı olur. Metafizik tutum, insanı bu katı gerçeğin ötesine taşır. Bu alan, sonsuzluk alanıdır. Kişi bu gerçeküstü durumda umuda ulaşabilmektedir. Yunus Emre, şiirlerinde, korku, kaygı ve umutsuzluk biçimlerine karşı, gerçeklik alanının dışından, metafizik alandan, bir bakış açısı getirmeye, farklı bir tutum

---

[11] Yûnus Emre, *Yûnus Emre Dîvanı*, s. 79.
[12] Yûnus Emre, *Yûnus Emre Dîvanı*, s. 160.
[13] Yûnus Emre, *Yûnus Emre Dîvanı*, s. 92.
[14] Bkz. Yûnus Emre, *Yûnus Emre Dîvanı*, s. 74, 75.
[15] Yûnus Emre, *Yûnus Emre Dîvanı*, s. 73, 128.

geliştirmeye çalışır. İşte umutsuzluğa karşı umudu, kaygıya karşı sevinci öne çıkaran, metafizik bakış açısıdır. Kaygının ve korkunun yenilmesi ölümsüzlük öğesiyle mümkündür. Yunus, "*Ko ölüm endişesin âşık ölmez bâkıdür / Ölüm âşıkun nesi çün nûr-ı ilâhidür… Ölmekten ne korkarsın çünki Hakk'a yararsın / Bil ki ebedi varsın bu söz fâsid da'vidür"* derken korku ve kaygıyı gidermeye çalışır. Aynı duygu şu mısralarda da dile gelir: *"Ma'ni eri bu yolda melul olası değül / Ma'niyi tanıyan gönüller hergiz ölesi değül / Ten fânidür can ölmez gidenler girü gelmez / Ölür ise ten ölür canlar ölesi değül."*[16] Sonsuzluk sıçraması, ölüm karşısında duyulan kaygıyı yok eder, varoluşsal daralmayı genişletir. Bu önemli bir tutumdur. Bu bilişsel dönüşümü gerçekleştiren kişi varlık ve zaman içinde, kendi varoluşunu farklı bir tarzda algılamaya başlar.

Metafizik boyutta ölümsüzlük tanınır tanınmasına, ancak burada da farklı bir endişe kendini hissettirir: "Sonsuz hayatta ne olacak?" sorusu kişiyi meşgul eder. Yunus, *"Aşık ölmez bâkidür"*, *"Uçmağında gözüm yok"* derken, metafizik korku karşısında umuda, iyimserliğe dayalı bir tutum geliştirir. Bu durumda kişisel benliğin mutlak benliğe kavuşması söz konusudur. Bu, korku ve kaygıyı gideren bir kavuşmadır. *"Nitekim ben beni bildüm bu oldı kim Hakk'ı buldum / Korkum anı buluncadı korkudan kurtuldum ahi"* der.[17] Bu, sevgi ile aşkın benlikte kendini ifade etme hâlidir. Kişi, sevgi ile metafizik alana sıçrar ve burada aşkın benliğe doğru ilerler. İşte bu yükseliş, hem gerçeklik korkusunu, hem de metafizik korkuyu yok eder. Yunus, "*Kime kim ışk urdı ok gussay-ı-ıla kaygu yok*" der.[18] O, aşkı, kaygıyı gideren bir unsur olarak görür. Buna göre kaygının türediği kaynaklardan biri sevgisizliktir, aşksızlıktır. Aşk ve sevgi hayatın anlamını da türetir. Ne var ki, burada Yunus'un aşk derken ne anladığını ortaya koymak gerekir. Aşk, "sonsuzluk sıçraması"dır. Sıçramayı yapan kişi, aşka tutulmuştur. Hatta şu söylenebilir: Sonsuzluk sıçraması, bir aşk sıçramasıdır, aşkla olan bir sıçramadır. Aşk olmadan sonsuzluk sıçraması olmaz. Sıçramanın enerjisini, gücünü aşk oluşturur. İlk önce aşk olacak, sonra sonsuzluk sıçraması. Aşk, sıçramanın güçlü yakıtıdır.

Maddeci bakışın, kendi başına umuda ulaşması nerdeyse imkânsızdır. Umutsuzluğun kaynağı, maddeci bakıştır. Onda varoluşun sınır durumları ortaya çıkar, insanın sonlu ve sınırlı varlığı, çıplak bir gerçeklik olarak görünür. Umut, hastalığa, ayrılığa, ölüme, yıkıma takılır. Maddeci bakış, hayatı sonlu ve sınırlı yönüyle tanır. Sonlu ve sınırlı hayat, metafizik bakışta, metafizik evrene taşınan ve orada sonsuzluk anlayışı içinde yeniden konumlanan bir varoluş durumu söz konusudur. Yunus, bu metafizik varoluşu "aşk" hâli ile açıklar. Aşk demek, umut demektir, ölümsüzlük ve sonsuzluk demektir. Aşk demek sonsuzluğu solumak ve aşkın bilinçle iletişime geçmek demektir. Ölüm gerçeği karşısında yanlış olan, insanın bu dünyaya bağlanış biçimidir. Bu bağlanış biçimi bir ölümsüzlük duygusunda kökenini bulur. İnsanı yanıltan bu histir. İnsan, dünyaya bir fanilik bilinci içinde konumlandığından, dünya ile, kendisi ile ve diğer insanlarla olan diyaloğunu bir fanilik bilinci dâhilinde geliştirdiğinde doğru bir varoluş tutumuna erişmiş olur. Varoluş yanılgısının en büyüğü hayata sonsuzmuş gibi bağlanmaktan kaynaklanır. Acı ve hayal kırıklıklarının temelinde bu gerçeği tanımamak vardır. Yunus, ölüm ve ölümsüzlükten söz ederken bu temel yanılgıyı netleştirmeye, belirgin hâle getirmeye çalışır.

Metafizik sıçrama nasıl gerçekleşir**?** Bir aşk eylemi olan sıçrama nasıl gerçekleşir? Yunus, "dünyada iken ölmek"ten söz eder. Bu eylem, aşkınlaşmanın, sonsuzluk sıçramasının bir parçasını oluşturur. Dünyada iken ölen, korku ve kaygıyı yenmiş biridir. Yunus, *"Hakkı bilmek gerek Hak haberin almak gerek / Bundayiken ölmek gerek varup anda ölmez ola."* derken[19] gerçeklik korkusunun nasıl aşılabileceğinin yöntemini gösterir. Bu da öncelikle kendi faniliğinin tanınması ve metafizik bağlanmanın gerçekleşmesi ile mümkündür. Ancak, bu hâl o kadar basit değildir. Zira sıçrama durumu olan aşk, gördüğü değil, görmediği bir varlığa sevgi duyar. "İç-göz"ün, "gönül gözü"nün açılması, bu sevgiyi geliştirir. Kişi, baş gözü ile değil, gönül gözü ile görmeye başlar. Duygusal, ruhsal ve zihinsel olarak gelişir, duyusal olanı aşar. Bu üst yaşantı durumunda, insanlara ve tüm yaratıklara sevgi ve şefkat duymak söz konudur. Bu aşamaya gelebilmiş kişi ölüm kaygısı ve geçim tasası duymaz. Gerçeklik alanından kaynaklanan korku ve kaygıları aşar. Metafizik alan, kişinin korkulardan, kaygılardan sıyrıldığı, hayatı ve ölümü, sonluluğu ve sonsuzluğu, yaratanı ve yaratılanı birlik içinde gördüğü bir hikmet, dinginlik ve aşkınlık boyutudur.

Yunus'un şiiri giderek ölümsüzlük inancıyla birlikte gelen sevince ve umuda açılır. Bu, yalnız sonsuz benliğe değil, dünyasal benliğe de güçlü bir katkıdır. Bu havayı soluyan benlik artık korkuyu ve umutsuzluğu tanımayacak, sonsuzluk duygusunun esenliğini her an kendinde hissedecek, sonlu ve dünyasal benliğini, sonsuz benle ifade etmeyi ve bu şekilde algılamayı başaracaktır. Bu husus, dünyanın tutsaklığından kurtulmadır, gerçek özgürlüktür. Ama yine de Tanrı ile olan bireysel ilişkisi kişiyi gerçeklik

---

[16] Yûnus Emre, *Yûnus Emre Dîvanı*, s. 96.
[17] Yûnus Emre, *Yûnus Emre Dîvanı*, s. 151.
[18] Yûnus Emre, *Yûnus Emre Dîvanı*, s. 89.
[19] Yûnus Emre, *Yûnus Emre Dîvanı*, s. 138.

alanına ilişkin varoluş durumlarından (ölümden, acıdan ve hastalıktan) emin kılmaz. Birey ve Tanrı arasındaki ilişki, dünyasal çıkarlar üzerine kurulmaz. Bu bağlanma, bir sonsuzluk anlayışı çerçevesinde ortaya çıkar. "*İy Tanrı'yı bilenler can Hakk'a kurban kılanlar / Ölü değildür bu canlar ışk gölinde geze-durur"*[20] Metafizik gerçeğe erişmekle birlikte korku durumu azalır. *"Nitekim ben beni bildüm yakın bil kim Hakk'ı buldum / Korkum anı buluncaydı şimdi korkudan kurtuldum… Hiç ayruk ben korkımazam ya bir zerre kayurmazam / Ben imdi kimden korkayın korkduğum ıla yar oldum."*[21] Aşk, bu arınma hâlinin koşuludur. Ölüm, seven kişiyi, sevgilisine kavuştururken bir köprü gibidir. Bu algılayış biçiminde ölüm farklı bir anlamla ortaya çıkar. O, ölüm değil ölümsüzlük, fanilik değil ebedi yaşamdır. Aşk varsa umutsuzluk yoktur, aşk varsa sonluluk yoktur, aşk varsa ölüm yoktur. Sonluluk da, fanilik de, umutsuzluk da aşksızlıktan gelir. Aşkla birlikte umutsuzluk umuda, sonluluk sonsuzluğa dönüşür. Aşk bir simya eylemi gibidir; eti kemiği insana dönüştürür, ölümlü bedeni ölümsüz kılar. Bu güçlü simya eyleminde her şey yeni bir anlamla ortaya çıkar.

**Sonuç**

Ölüm, hastalık, ayrılık, kaza, geçim derdi gibi kişiyi korku ve kaygıya sevk eden çeşitli varoluşsal durumlar vardır. O, varlığını tehdit eden bu durumlar karşısında kaygı duyar, korkuya kapılır. Transsendental terapi, söz konusu durumlar karşısında, bilincin yeniden yapılanması, sonluluk ve sınırlılık içinde değil, sonsuzluk ve ölümsüzlük duygusu içinde zihnin yeniden yönelim kazanmasıdır. Bilincin dönüşümü sonucunda, korku ve kaygı nedeni olan ne varsa, sorun olmaktan çıkar. Ancak "*ballar balı*"nı bulan kişi *"kovanım yağma olsun"* diyebilir, ancak "*canlar cânı*"nı bulan kişi*"bu cânım yağma olsun", "demânum yağma olsun"* diyebilir.[22] Pek çok ruhsal, zihinsel ve duygusal sorunun temelinde bulunan hırs, dünyaya düşkünlük, sonsuzluk sıçraması ile ölçülü bir isteğe yerini bırakır. Kişi, kendisini her an baskı altında tutan tutkuların, hırsların, arzuların, bencil ve bedensel bir yaşantının etkisinden kurtularak, bir rüyadan uyanır gibi uyanır, hafifler. Bu kapı, "Ne olursa olsun, başıma ne gelirse gelsin, varlığım Tanrı'nın güvencesi altında!" diyebilen kişilere açılır. Bunu söylemek, sorunu sorun, kaygıyı kaygı, korkuyu korku olmaktan çıkarır. Hastalık hastalık, ölüm ölüm, ihtiyarlık ihtiyarlık olmaktan çıkar. Bu simya eylemiyle dert dermana, korku sevince, sonlu sonsuza dönüşmeye başlar. Varoluşun yelkeni umut rüzgârı ile dolar.

Beden, ruhun yeryüzündeki yolculuğunda koşul durumundadır. İnsan olmak, bir bedenle birlikte olmaktır. Kişi, orada konumlanmadan, bir bedende cisimleşmeden ve tekrar ondan sıyrılmadan kişi olamaz, Tanrı'ya ulaşamaz. Beden, insan olmanın koşuludur; ancak insanlık tözü, ruhta ortaya çıkar. "*Biz uçar kuş idük vücud can budağıdur*" der Yunus. Beden, kuşun bir müddet konduğu ağaç gibidir. Beden önemlidir, ancak beden öncelikli bir yaşam sürmek kişiye umutsuzluk verir. Bu, sonlu bir hayattır, sonlu bir yaşama biçimidir. İnsan bu dünyada sonsuz bir varlıkmış gibi değil, sonlu bir varlıkmış gibi yaşamalıdır; ancak o zaman kendi doğasıyla uyumlu bir yaşam sürmüş olur. "*Son menzilün ölmek-durur tuymadunsa ışkdan eser"*[23] diyen Yunus, ölüm ve umutsuzluk hâllerinin, canında aşk eseri taşımayanlar için olduğunu belirtir. Aşk, ruha her an yeniden hayat veren, ölürken bile kişiyi ölümlü bir can olmaktan koruyan, hayatı tazeleyen, onu bir sevinç ve umut anı yapan, nihayetinde insandaki ilâhî tözü kendi kaynağına bağlayan bir köprüdür.

Umutsuzluk daha çok içinde yaşanılan bu evrene, bu gerçeklik alanına ilişkindir, buraya bağlı kalmaktan ve farklı bir tutum geliştirmemekten kaynaklanır. Yunus korku, kaygı ve umutsuzluk hâlini sevgi ve umuda aykırı görür. Bunlar birbirlerini yok eden durumlardır; sevgi ve umut varsa korku ve kaygı, korku ve kaygı varsa sevgi ve umut yoktur. Korku ve kaygı, sevgi ve umuttaki eksikliktir. Yunus'u okurken, ister istemez şöyle bir duygu ediniriz: Tanrı, insanı yaratmakla, insanı insan olarak yaratmakla, yokluktan varlığa çıkarmış ve ona ayrıcalık tanımıştır. Varolmak, bir taş bile olsa, kendi başına bir değerdir; zira varolmak, tanrısal tasavvurda varolmaktır. Bu da kendi başına ifadesi mümkün olamayan bir değerdir. O'nun, insanı, sonsuz hayata katması, kendi sonsuzluğunda yeniden var kılması, ihsanın kendisidir; bu asıl sürpriz olacaktır.

Yunus Emre'nin ortaya koyduğu bu duyarlık, bir zihin eğitimidir. Bu eğitimle kişi olgunlaşır, şahsiyet ve güzel ahlak sahibi olur. Transsendental terapi, sıradan anlamıyla bir iyileştirme faaliyeti değil, zihnin, duyguların, kişiliğin, benliğin arınması, olgunlaşması ve sonsuzlaşması olayıdır. Ona sadece içinde bir varoluş sızısı duyanlar değil, olgunlaşma ve iyi insan olma yolunda çabalayan herkes ihtiyaç duyar. Bu

[20] Yûnus Emre, *Yûnus Emre Dîvanı*, s. 77.
[21] Yûnus Emre, *Yûnus Emre Dîvanı*, s. 103.
[22] Yûnus Emre, *Yûnus Emre Dîvanı*, s. 119.
[23] Yûnus Emre, *Yûnus Emre Dîvanı*, s. 54.

dönüşüm sadece duygularda, sadece zihinde, sadece düşünme ve algılama biçiminde, sadece isteme tarzında ortaya çıkmaz; bunların hepsinde birden ortaya çıkar; bir bütün olarak insanda, insan olmada, insan olmanın anlamında ortaya çıkar. Bu köklü dönüşüm benliğin dağılması anlamına gelmez, aksine bir üst benlikte yeniden dirilmesi anlamına gelir. Burada savuna mekanizmalarının yerini sevme, acıma, merhamet, feragat, hoş görme, bağışlama ve empati tutumları alır. Kişi bu evrende kendini tehdit altında hissetmez, güven içinde hisseder. Rilke, kendini yumuşak ve güvenli bir uykunun kucağına bırakan çocuk için anneyi "güven ışığı", "dostça parlayan gece lambası" olarak tasvir eder.[24] Bu güven ışığı ile çocuk kendini rahat ve dingin hisseder. İşte, Tanrı da bu dünyada korku ve kaygı ile gerilen kişi için güven ışığıdır, umuttur. Zenginlikte ve fakirlikte, gençlikte ve ihtiyarlıkta, sağlıkta ve hastalıkta, hayatta ve ölümde; fark etmez, hep böyledir bu. Güven ışığı dostça parlayan, koruyucu, var edici bir kaynaktır. Varlığı besleyen ana damardır. Kişinin, dünyadaki varlığın ancak kendisi ile açıklanabileceği ana ilkedir.

Görüleceği üzere, Yunus Emre'de, gerçeklik korku ve kaygısıyla ile daralmaya uğrayan varoluş, sonsuzluk sıçraması ile genişlemeye kavuşur. Sonsuzluk sıçraması ile sonlu ve sınırlı varoluş yeniden nefes almaya, yeniden ufuk kazanmaya başlar. Kişi sıçrama ile dünyayı, insanı, varoluşu, yeniden anlamaya, yeniden hissetmeye, yeni baştan yaşamaya ihtiyaç duyar. Bu da artık farklı bir varoluş evresine girmiş olmak, farklı bir varoluş ekseninde yer almak demektir. Böylece benlik, yeni bir açılıma kavuşur. Artık bu sonlu ve sınırlı bir benlik değil, aşkın ve sonsuz bir benlik olacaktır.

[24] Rainer Maria Rilke, *Duineser Elegien* (*Elegies From The Castle Of Duino*), Hogarth Press, London, 1931, s. 33.