



Zelfinur Bilici HOCAOĞLU <sup>1</sup>

## Psikoterapi ve Ötesi Çağdaş Psikoterapi Eleştirisi

*Yazar: Taha Burak Toprak, Muhit Kitap, İstanbul 2024, ISBN 978-625-7674-06-5*

Yayın Geliş Tarihi: 15.11.2025

Yayın Kabul Tarihi: 14.12.2025

Psikoterapi ruhsal ve davranışsal bozuklukların tedavisinde kullanılan, ruh sağlığı uzmanlarının kullandıkları teknikleri ve araçları bünyesinde barındıran bir sistemdir. Belirli düşünce ve kavramlarla şekillendirilen bu sistemin ötesinde, Müslüman psikologların tedavi sürecinde zihinlerinde bazı sorular ve şüpheler oluşabilmektedir. Taha Burak Toprak *Psikoterapi ve Ötesi* adlı eserinde, ruh sağlığı alanında çalışma yapan Müslümanların zorlandığı meselelere cevap vermeyi amaçlamaktadır. Çağdaş psikoterapinin bir eleştirisi olan eser, modern psikoterapinin ötesinde ele alınması gereken mevzuların kapılarını aralamaktadır. Eser ruh sağlığı buluşmaları adı altında gerçekleşen dört seminerin konusunu ve katılımcıların soruları doğrultusunda yazarın cevaplarını içermektedir.

İslâmî gelenekten beslenen bir psikoterapi sisteminde ruh sağlığı çalışanlarının karşılaştıkları yaygın problem ve soru işaretlerini okuyucuya sunmaktadır. Psiko-

<sup>1</sup> İbn Haldun Üniversitesi Din Bilimleri Anabilim Dalı Yüksek Lisans Öğrencisi, zelfinur.bilici@stu.ihu.edu.tr ORCID ID: 0009-0007-7833-0041

terapi alanında İslâmî kavram ve ilkelerin eksikliği ve entegrasyonu konusundaki sorunlara dikkat çekilmesi yazarın işaret ettiği sistemin ana iskeletini okuyucuya sunma çabasını göstermektedir. Psikoterapinin farklı bir insan felsefesi doğrultusunda bir süreç yönettiğini belirtmektedir. Bu eser farklı bir sistemin kilit noktalarını sunarak Müslümanların psikoterapiye kendi insan felsefelerini uyarlamalarında öncülük etmektedir.

İslâm klasiklerinden Ebu Bekir er-Râzi'nin *et-Tıbbür-Ruhâni*, Ebu Zeyd Belhî'nin *Mesâlihu-l Ebdân vel-Enfüs*, Gazzâlî'nin *İhya-u Ulûmid-din*, Mevlânâ'nın Mesnevi başta olmak üzere eserleri, İbn Sina'nın *Kitabüş-Şifa*, Fârâb'nın *İhsa-ul Ulum*, İbn Bacce'nin *Kitâbü'n Nefs*, Kindî'nin *er- Risale fi Mahiyetin- Nevm ve-Rüya* eserleri İslâmî gelenekte psikolojiyi ele alan eserlerdir. Günümüzde ise bu gelenek Malik Badri'nin Mustafa Merter'in ve Hooman Keshavarzi'nin eserlerinde görülmektedir. *Psikoterapi ve Ötesi* ise psikoterapinin kavramsal ve insan anlayışı konusundaki farklılıklarına değinerek bir psikoterapi eleştirisi yapmaktadır. Ayrıca İslâmî temelli bir psikoterapi modelinin hassasiyetlerine değinmesi, ruh sağlığı alanındaki bireylerin sorduğu en çok akla gelen soruları cevaplaması açısından Psikoterapi literatürüne farklı bir soluk getirmektedir.

Kitabın ilk bölümü psikoterapinin ruhla ilgilenirken ruh ve Allah ilişkisini göz ardı ettiğini belirtmektedir. İslâmî gelenek ile desteklenen bir psikoterapi için kitap önerileri yer almakta ve psikoterapinin ekolleri ele alınmaktadır. Kalp, ruh ve vicdan gibi psikoterapinin mevcut düzeninde yer almayıp İslâmî insan tanımında mühim kavramların sistemine dahil edilmesi, sistemi olduğu gibi kabul etmektense Müslümanların kendi manevi anlayışının entegrasyonu ile yeni bir sistem oluşturma iddiasını desteklemektedir. Bu, kurulmak istenen sisteme dair somut örnek sunarak yazının iddiasının anlaşılmasında kolaylık sağlamaktadır. Ayrıca bu entegrasyonun kavram ve ilkelerle başlanmasına dikkat çekilmesi, İslâmî kökleri olan bir psikoterapi modelinin oluşumunda zihni net bir rehber olduğu izlenimini vermektedir.

İkinci bölümde ise İslâm dininde imtihan şeklinde adlandırılan ve teslimiyet duygusunu tetikleyen çoğu durumun psikoterapide travma şeklinde adlandırıldığı ve insanı fail konumdan mağdur konuma soktuğu belirtilmektedir. İnsanın kendisini kınayabilme yetisine yapılan vurgu, psikoterapiye getirilen farklı bir bakış açısı ve onu İslâmî geleneğe yaklaştıran bir yorumdur. Fakat eserde bazen kendini kınama eyleminin aşırıya giderek travmaya dönüşme ihtimali yer almamakta ve bir paradoks oluşturarak zihinde karışıklıklara neden olabilmektedir.

Üçüncü bölümde ise İslâmî temelli bir psikoterapide yöntem ne olmalı sorusu özelinde ilerlenmektedir. İslâmî temelli bir psikoterapinin yönteminin gelenek ve ekol ayrımları yaparak yeni kavramları bünyesine eklemesi vurgulanmaktadır. Doğru referans kaynaklarına işaret ederek ilerlemesinin önerilmesi sistemin temel mantığını sunma konusunda oldukça başarılıdır. Bu kısımda anlatılmak istenilen yöntemin hassasiyetlerine yer verilmektedir fakat tam bir model olarak yer verilmesi sistemin eksik kalmasına neden olmaktadır. Ayrıca yöntem kısmı çok katmanlı

olduğu için uzun cümlelerle anlatılması bazı hususların eksik anlaşılmasına yol açma riski taşımaktadır.

Son bölüm olan dördüncü bölüm ise seminerlerdeki muhtevaya genel bir özetle başlayıp zihinde verilmek istenen mesajı tazelemesi konusunda oldukça güzel bir başlangıca sahiptir. Her buluşmada olduğu gibi bu bölümde de katılımcıların sorularına yer verilerek, son dönemlerde çok karşılaşılan ergenlerde inanç ve yaşam tarzı değişimleri gibi sorular cevaplanarak Müslüman psikoterapistlerin sıkça yüzleştiği konulara da ışık tutulmaktadır. Bu bölümde sorulara yer verilip cevaplanması her ne kadar farklı konularda bilgiler sunsa da kitabın ana temasını zaman zaman dağıtabilmektedir.

Sonuç olarak bu eser ruh sağlığı alanında Müslüman ruh sağlığı uzmanlarının sorularına cevap vermeyi amaçlamaktadır. İslâm'a uygun bir insan felsefesi, kavram ve ilkeler doğrultusunda bir İslâmî kaynak, kavram ve ilkelerin entegre edildiği bir psikoterapi modelini tanıtmaktadır. Psikoterapinin ruh ve Allah ilişkisi konusundaki eksikliğine işaret etmesi kıymetli bir mesajdır. İslâm dininin insan anlayışına göre bir model önerisi, çağdaş psikoterapi eleştirisi ve ruh sağlığı alanındaki bireylerin sorularına cevap vermesi alanına yaptığı önemli katkılardandır.

Önerdiği sistemin yöntem kısmının sınırlarını çizmesi bu sistemin anlaşılması ve takip edilmesini kolaylaştırmaktadır. Bu modelin tamamının anlaşılması için başka kaynaklara işaret etmesi eksik yönlerinin olduğunu düşünmeye sevk edebilmektedir. Ruh sağlığı alanından bireylerin sorularına yer veren bu eser alanın yaygın konularına cevap verirken bazı noktalarda ana temanın dağılmasına neden olmaktadır. Yazarın samimi dili ve uzun cümleleri okuyucunun anlayışını kısıtlayabilmektedir. Fakat literatürüne farklı bir bakış açısı getirmesi ve önerdiği sistemin ehemmiyeti açısından, psikoterapide İslâmî geleneğin eksikliğini dolduran, okunması gereken bir eserdir.