

NEFİS TEZKİYESİ ÖNEMLİDİR¹

﴿7﴾ فَالْهَمَّهَا فَجُورَهَا وَتَقْوِيهَا ﴿8﴾ قَدْ أَفْلَحَ مَنْ زَكَّيْهَا ﴿9﴾ وَقَدْ خَابَ مَنْ دَسَّيْهَا ﴿10﴾

“Nefse ve onu düzgün bir biçimde şekillendirip ahenk verip ona kötülüğü (seçme yeteneğini) ve takvasını (kötülükten sakınma yeteneğini) ilham edene and olsun ki, nefisini arındıran kurtuluşa ermiştir. Onu kötülüklerle gömüp kirleten kimse de ziyana uğramıştır.”²

Nefis, insandaki şehvet ve gazap kuvvetlerinin toplandığı, şerrin kaynağı ve kötü huyların temeli olarak bilinmektedir. Ruhun akıl, nefsin heva ve arzu, beden de duyu sıfatları vardır. Kur’an-ı Kerim’e baktığımız zaman nefsin değişik anlamlarda kullanıldığını görüyoruz. Ancak nefis daha çok insana vesvese veren³; kötülüğü emredici duygu, arzu ve istek anlamında kullanılmıştır.⁴ Bundan dolayı olsa gerek Allah, nefsi kötü sıfatlardan arındırıp iyi sıfatlarla süsleyenleri kurtuluşa erenler olarak vasıflandırmış⁵, bunun gerçekleşmesi için de onunla mücadele yapılmasını tavsiye etmiştir.⁶

Kutsal Kitabımızda nefsin beş derecesinden bahsedilmektedir. Bunlar, emmâre, levvâme, mülhime, mutmainne, râdiye şeklinde beyan edilmektedir. İslam âlimleri özellikle de sufilerin bu yüzden nefisle mücadele konusunda kulları eğitmeye büyük önem verdiklerini, onu terbiye ve tezkiye hususunda oldukça gayretli olduklarını görüyoruz. Hatta bu konuda İslam geleneğinde çok sayıda eserler kaleme alınmıştır.

İslam bilginleri nefis terbiyesinin beden terbiyesinden daha fazla gayret ve mücadele istediğini belirtmektedirler. Çünkü kendisiyle sürekli mücadele istenen nefsin birçok kötü sıfatları vardır. Bunlar arasında aldatma, hile, haset, kötü zan besleme, hırs, cimrilik gibi hususları saymak mümkündür. İşte bütün bunlar, zamanında dizginlenemez ise insan yoldan sapmakla karşı karşıya kalabilmektedir. Buna karşı nefisini terbiye, tezkiye ve tasfiye eden kişi ise Allah’a yakınlıkta daha çabuk mesafe almaktadır.

XIII. yüzyılda yaşayan Kaside-i Bürde müellifi İmam-ı Busiri de nefsi süt emen çocuğa benzetmektedir. Busiri, onun arzu ve isteklerine bir sınır konulması gerektiğini tavsiye etmektedir. Ona göre eğer nefis her istediğini elde ederse şımaracak, böylece insana tahakküm etmeye başlayacaktır. Bu bakımdan onu zamanında dizginlemek gerekir.

Bütün bunlarla birlikte nefisine hâkim olamayan kişi eğer günah çukuruna düşmüş ise bunda ısrar etmemeli ve ümitsizliğe de kapılmamalıdır. Zira insanın suçu ve günahı ne kadar çok olursa olsun Allah’ın rahmeti, af ve bağışlaması bundan daha fazladır. Nitekim Kitabımızda bu durum şu ayetle net bir şekilde beyan edilmektedir:

¹ Bu konu, Doç. Dr. Ömer YILMAZ, Dr. Bünyamin OKUMUŞ ve Mahmut DEMİR’in “Kur’an’dan Öğütler” adlı kitaptaki yazılarından derlenerek hazırlanmıştır.

² Şems, 91/7-10.

³ Kâf, 50/16.

⁴ Yusuf, 12/53; Nâzi’ât, 79/40; Şems, 91/7.

⁵ A’lâ, 87/14; Şems, 91/9.

⁶ Ankebût, 29/69.

قُلْ يَا عِبَادِيَ الَّذِينَ أَسْرَفُوا عَلَىٰ أَنفُسِهِمْ لَا تَقْنَطُوا مِن رَّحْمَةِ اللَّهِ إِنَّ اللَّهَ يَغْفِرُ الذُّنُوبَ جَمِيعًا إِنَّهُ هُوَ الْغَفُورُ

الرَّحِيمُ ﴿53﴾

“De ki: Ey kendilerinin aleyhine aşırı giden kullarım! Allah’ın rahmetinden ümidinizi kesmeyin. Şüphesiz Allah bütün günahları affeder. Çünkü O, çok bağışlayandır, çok merhamet edendir.”⁷

Yine Kerim Kitabımızda nefsin sürekli kötülüğü emrettiği şu şekilde ifade edilmiştir:

وَمَا أُبْرِيئُ نَفْسِيَّ إِنَّ النَّفْسَ لَأَمَّارَةٌ بِالسُّوءِ إِلَّا مَا رَحِمَ رَبِّي إِنَّ رَبِّي غَفُورٌ رَّحِيمٌ ﴿53﴾

“Ben nefsimi temize çıkarmam, çünkü Rabbimin merhamet ettiği hariç, nefis aşırı derecede kötülüğü emreder. Şüphesiz Rabbim çok bağışlayandır, çok merhamet edendir, dedi.”⁸

Hz. Yusuf, kralın karşısında suçsuzluğunu ispat edip kendini temize çıkarmıştı. Vezirin karısı da Yusuf’un masum olduğunu, asıl suçlunun kendisi olduğunu itiraf etmişti. Ancak bununla beraber, Yusuf Allah’ın yardımını olmasaydı nefesine yenik düşebileceğini söylemişti. İşte bu âyet, bizi durmadan kötülüğe sürüklemeye çalışan nefis tehlikesinden bahsetmektedir. Bize görünmeyen düşmanımız ne kadar tehlikeli ise böyle bir nefis de o derece tehlike arz etmektedir. Çünkü o, karşımıza çıkıp bize kötülük etmek isteyen herhangi bir düşman değildir ki, fiziksel bir müdahaleyle mukavemet edebilelim. Onun tehlikeli oluşu, içimizden, kendi benliğimizden çıkıyor olmasından kaynaklanmaktadır. Allah’ın Elçisi Yûsuf’a bulaşmış olan bu sinsî düşmandan hangimiz emin olabiliriz acaba? Peki, bu tehlikeyi bertaraf etmemiz mümkün değil midir? Elbette mümkündür. İşte bu âyet, nefsin kötülüğüne, aldatmasına nasıl karşı koyabileceğimiz hususunda bizlere rehberlik etmektedir.

Hepimiz birer nefis sahibiyiz ve nefsimizin doğal ihtiyaçları vardır. Ancak bu ihtiyaçlarımızı gayrimeşru yollarla gidermemeliyiz. Örneğin rızığımızı çalışarak alın terimizle kazanmaya çalışmalı, cinsel gereksinimlerimizi de aynı şekilde helal yollardan yani evlenmek suretiyle karşılama yoluna gitmeliyiz. Elbette zaman zaman karşı koymakta zorlandığımız isteklerimiz, arzularımız vardır. Zaten içinde bulunduğumuz imtihan gereği bu olacaktır da. Şu var ki, nefsimizin bu ihtiraslarına karşı koyabildiğimiz ölçüde onurumuzu korumuş oluruz. Zîra iffetli insan, içinde kötü arzuların uyanmadığı kimse değildir. Asıl iffetli bu kötü arzularla mücadele edip onlara boyun eğmeyen kimsedir. Nitekim bir hadiste içinden kötü bir iş yapmayı geçiren, fakat ona yönelmeye Allah katında sevap/ecir yazılacağı belirtilmektedir.⁹ Öte yandan sevgili Peygamberimiz (s.a.s) bir diğer hadisinde nefsinin kötü arzularına hâkim olup ölümden sonrası için çalışan kimseleri akıllı davranmakla nitelerken, nefsinin her türlü arzu ve isteklerine uyararak hayatını devam ettirip Allah’tan her şeyi

⁷ Zümer, 39/53.

⁸ Yûsuf, 12/53.

⁹ Dârimî, Rikâk, 70.

ve Cenneti isteyenlerin de aciz kimseler olduklarını söylemektedir.¹⁰ İşte doymak bilmeyen nefsimizin isteklerine hâkim olabilmemiz diğer bir deyişle benliğimizi saran kötü arzularla mücadele edebilmemiz ancak yüce Yaratanımızın yardım ve lütfuyla mümkün olacaktır. Yusuf Peygamberimiz de Allah'ın yardımıyla nefsinin kötü arzularından kurtarabilmişti kendisini. Şöyle dua etmişti güzeller güzeli:

قَالَ رَبِّ السِّجْنُ أَحَبُّ إِلَيَّ مِمَّا يَدْعُونَنِي إِلَيْهِ وَإِلَّا تَصْرِفْ عَنِّي كَيْدَهُنَّ أَصْبُ إِلَيْهِنَّ وَأَكُن مِّنَ الْجَاهِلِينَ ﴿33﴾

“Ey Rabbim! Benim için hapis, bu kadınların isteklerine boyun eğmekten daha hayırlıdır. Çünkü sen, onların tuzaklarını benden uzak tutmazsan, o zaman ben, onların ayartmalarına kapılır ve (doğru nedir, yanlış nedir) seçemeyen şaşkın kimselerden olurum.”¹¹

Tıpkı Allah'ın Peygamberi Yusuf'un yaptığı gibi, bizler de Allah'ın yardımı olmadan benliğimizdeki kötü duygularla mücadelede başarısız kalacağımızı itiraf etmekten çekinmemeliyiz. Nitekim nefis mücadelesinde zorluk yaşayanlara,

اللَّهُمَّ رَحْمَتَكَ أَرْجُو فَلَا تَكِلْنِي إِلَى نَفْسِي طَرْفَةَ عَيْنٍ وَأَصْلِحْ لِي شَأْنِي كُلَّهُ لَا إِلَهَ إِلَّا أَنْتَ

“Ey Allahım! Senin rahmetini umuyorum, bir an bile beni nefsimle bırakma...”¹² dualarını tavsiye eden sevgili Peygamberimiz (s.a.s) de bu hususta yüce Rabbimizin yardımına muhtaç olduğumuza dikkat çekmektedir.

Şüphesiz ki benliğimiz, hem iyi hem de kötü duygulara eğilimli bir tabiat üzerine yaratılmıştır.¹³ Bu tabiatının bir gereği olarak nefsimizin zaman zaman kötü hislerin baskısı altında kalması kaçınılmazdır. Dünya malı ve mevki-makam sevgisi veya şehvî arzular her birimiz için bir yere kadar doğal ihtiyaçlardır. İşte bu ihtiyaçlarımız, haram sınırlarını aşacak derecede hırsa dönüşmemelidir. Bunu engellememiz zor olmakla birlikte mümkündür. İrademiz, diğer bir ifadeyle bireysel mücadelemiz ve kararlılığımız bundan sonra kendini gösterecektir. Bizleri onurlandıracak ve yüce Allah'ın rızasına nail kılacak olan işte bu mücadele azmimizdir.

Rahmet Peygamberi (s.a.s) de nefsiyle mücadele eden kimsenin önemli bir cihatta bulunduğunu dile getirmiştir.¹⁴ Fakat nefisle mücadelemizdeki bu kararlılığımız, olumlu netice verdiğinde, *“Sana gelen iyilik Allah'tandır. Başına gelen kötülük ise nefsendendir...”¹⁵* ayetinde de ifade edildiği gibi, bunun Allah'ın lütfu ve merhametiyle olduğunu asla unutmamalıyız. Bu bilinçle şu duayı sık sık tekrarlamaya gayret edelim:

“...Allah'im! Nefsimle, kötülüklerle karşı koyabilmesini nasip et ve onu günahlardan arındır, onu en iyi temizleyecek olan Sensin. Onun velisi ve dostu sensin Allah'im!...”¹⁶

¹⁰Tirmizî, Sıfatü'l-Kıyâme, 25.

¹¹Yûsuf, 12/33.

¹²Ebu Davud, Edeb, 100-101.

¹³Şems, 91/8.

¹⁴Ahmed b. Hanbel, *el-Müsned*, VI, 21.

¹⁵Nisâ, 4/79.

¹⁶Nesâî, “İstiâze”, 13.

Nefsinin kötü isteklerine karşı Rabbine sığınmak yerine onun her istediğini yapan kimse adeta nefsini ilah edinmiş sayılır. Nefsinin ilah edinen kimsenin durumu da ayet-i kerimede şu şekilde açıklanmıştır:

أَفَرَأَيْتَ مَنْ اتَّخَذَ إِلَهَهُ هَوِيَهُ وَأَصْلَهُ اللَّهُ عَلَى عِلْمٍ وَحَتَمَ عَلَى سَمْعِهِ وَقَلْبِهِ وَجَعَلَ عَلَى بَصَرِهِ غِشَاوَةً فَمَنْ يَهْدِيهِ مِنْ بَعْدِ اللَّهِ أَفَلَا تَذَكَّرُونَ ﴿23﴾

“Nefsinin arzusunu ilah edinen, Allah’ın; (halini) bildiği için saptırdığı ve kulağını ve kalbini mühürlediği, gözüne de perde çektiği kimseyi gördün mü? Şimdi onu Allah’tan başka kim doğru yola eriştirebilir? Hâlâ düşünüp ibret almayacak mısınız?”¹⁷

İnsanoğlu yaratılışı itibarıyla dünya nimetlerine meyyaldir. Onun dünyaya ve dünya nimetlerine meyli, yaşama arzusunun bir gereğidir. Bu itibarla insan, ölümü arzu etmez. Her insan gibi biz müminler de daha uzun ömürlü olmayı, daha sağlıklı ve mutlu yaşamayı arzu ederiz. Ancak bu dünyadaki hayatımızın ölümle sınırlı olduğunu, ölümsüzlüğün ve ebediyetin ancak ahiret hayatında olduğunu biliriz ve buna inanırız. Ahiret hayatındaki ebedî mutluluğu kazanmamız için dünya hayatındaki arzu ve isteklerimizin meşru ölçüler dâhilinde sınırlandırılması gerekir. Arzu ve isteklerin sınırsızlığı insana mutluluk değil, doyumsuzluk ve sonunda huzursuzluk getirir. Sevgili Peygamberimiz:

لَوْ كَانَ لِابْنِ آدَمَ وَاِدْيَانٍ مِنْ مَالٍ لَابْتَغَى وَاِدْيَا ثَالِثًا وَلَا يَمْلَأُ جَوْفَ ابْنِ آدَمَ إِلَّا التُّرَابُ وَيَتُوبُ اللَّهُ عَلَى مَنْ تَابَ

“İnsanoğlunun bir vadi dolusu altını olsa bir ikincisini ister; onun (bu ihtirasını) ancak toprak (ölüm) doyurur. Allah, tövbe edenin tövbesini kabul eder”¹⁸ buyurarak insanın arzu ve isteklerinin tükenmeyeceğine; bunun ancak ölümle son bulacağına işaret etmiştir. Bu bakımdan İslam dinine göre insan arzu ve ihtiraslarının mahkûmu ve esiri olmamalıdır. Arzu ve isteklerini kontrol altında tutabilmelidir. Mutluluğun yolu da arzu ve isteklerin kontrol altına alınmasından geçer. “Kanaat tükenmez hazinedir” sözünde olduğu gibi insan, arzu ve isteklerini kontrol altına alarak arzu ettiğine erişemese de, bulunduğu hâl üzere mutluluğu yakalayabilir. Mutluluk, insanın insan olması itibarıyla sınırsız bir özgürlüğünün olmadığını bilmesine bağlıdır.

Nefis ve heva yani arzu ve isteklerin bir disiplin altına alınmadığı, hiçbir değer tanımadan sorumsuzca yerine getirilmeye çalışıldığı durumda insan, tamamen bu duyguların ve isteklerin mahkûmu olabilir. Kontrolsüz ve başıboş bir iştah mahkûmiyeti, gerçekte insanın özgür iradesini arzu ve heveslerine teslim etmesi anlamına gelir. İşte bu durumda insan, belki de hiç farkında olmadan, âyet-i kerimede ifade edildiği gibi “nefsinin arzusunu ilah edinen” birisi olur. Âyet-i kerimede nefsi arzularını ilah edinen kimsenin Allah’ı tevhîd etmek hususunda sapıklığa düştüğü ve buna bağlı olarak da kulaklarının ve kalbinin mühürlendiği, gözlerine de perde çekildiği belirtilmektedir. Zira Allah’ı tevhîd etmek, O’ndan başkasının ilahlığının reddedilmesiyle, O’nun emir ve yasaklarını kendi arzu ve heveslerine

¹⁷ Câsiye, 45/23.

¹⁸ Müslim, Zekât, 117.

tercih etmekle olur. Bir kimse, Allah'ın yegâne yaratıcı olduğunu kabul ettiği halde O'nun emir ve yasakları konusunda kayıtsız kalırsa bu durum o kimsenin, Allah'ın ilahlığını tasdik etmekte kusurlu olduğu anlamına gelir. Böyle bir kimse kendi heva ve hevesini "ilah" edinecek şekilde putlaştırırsa, bununla, kendi sonunu hazırlayarak gerçeği anlamaya kulaklarını tıkamış, gözlerini ve kalbini kapatmış demektir. Artık onun zihnini hakikate açma konusunda Allah'tan başka hiçbir kimsenin faydası beklenemez. Bu durumda Allah'tan ona bir fayda hâsıl olması için; Allah'ın onun anlayışını düzeltmesi, kalbini hakikate açması ve gözlerindeki perdeyi kaldırması için, o kimsenin heva ve arzularının mahkûmu olmaktan kendini kurtarmaya gayret etme iradesini göstermesi ve Allah'a yönelmesi gerekir.

Öyleyse âyetteki "Hâlâ düşünüp ibret almayacak mısınız?!" ikazının dikkate alınması gerekir. Bu itibarla biz müminler dahi, yaratılışı itibarıyla iyi ve kötüyü işlemeye yatkın ve muktedir olmamız hasebiyle, arzu ve isteklerimizi putlaştırma tehlikesine karşı uyanık olmalıyız. Her türlü istek ve iştahımızı bir disiplin içerisinde kontrol altında tutmalıyız. Bunun yolu, Allah'a yönelerek, O'nun emir ve yasaklarına riayet etmek suretiyle O'ndan yardım dilemekten geçer. Âyet-i kerimede ifade edilen kulağın ve kalbin mühürlenmesinin, gözlere perde çekilmesinin kendi yapıp ettiklerimizle doğrudan ilgili olduğunu unutmamamız gerekir. Arzu, heves ve ihtiraslarımızın Allah'ın emir ve yasaklarıyla sınırlı olduğunu bilmemiz ve bunlara riayet etmemiz gerekir. Allah'ın bildirdiği helal ve haramlara, emir ve yasaklara bağlı kaldığımız ölçüde, hakikati anlama ve uygulama konusunda Allah'ın yardımını ve yaratmasını hak ederiz. Bunlara kayıtsız kaldığımız ölçüde de duyu organlarımız hakikati anlama ve uygulama konusunda körelir ve sonuçta duyarsız hâle gelebilirler.

O halde hepimiz dünyanın geçiciliğini fark edip nefsimizin şehvetlerini dizginlemeliyiz. Ancak böyle davranıldığı takdirde ahirette kurtuluşumuz gerçekleşmiş olacaktır. Nefsimizi aklımıza değil, aklımızı nefsimize hâkim kılmak zorundayız. Eğer buna rağmen nefsin arzularına yenik düşersek bu defa da Allah'ın rahmetini isteyip, tövbe ve istiğfar edip bunu telafi etmeliyiz. Nefsin bizi doğru yoldan çeviren etkenlerden biri olduğunu asla aklımızdan çıkarmamalıyız.