

Arınma Mevsiminde Nefis Eğitimi

– Ali ÖZKANLI · 28 Temmuz 2011

Bizleri arınma ve bağışlanma ayına kavuşturan Rabbimize sonsuz hamd ve şükür, âlemlere rahmet olarak gönderilen Kâinatın efendisi Peygamberimiz Efendimiz Hz. Muhammed Mustafa'ya binlerce salât ve selam olsun. Başı rahmet, ortası mağfîret, sonu da cehennemden kurtuluşumuza sebep olan mübarek Ramazanın gelmesiyle mutluluk iklimine, huzur mevsimine giriyoruz. Nefislerimizi kötülüklerden temizlemenin, gönüllerimizi günahlardan arındırmanın şimdi tam zamanı. Bu ay ilâhî rahmetin sağanak sağanak yağdığı, tüm maddî ve manevî kirleri silip süpürdüğü, ruhları ve bedenleri tertemiz ettiği bir aydır.

Ramazan ayıyla beraber insanlar maddî ve manevî kirlere temizlenme fırsatı yakalarlar. Kamil bir iman, ihlâs ve sevabını Allah'tan bekleme karşılığında geçmiş günahların silinmesiyle insanın berrak, günahsız hâle gelmesi, bu aydaki yapacağı nefis eğitimine bağlıdır.

Ramazan, nefis, şeytan ve kötü arzularına karşı koymayı, kendilerini Allah'ın (c.c) emirlerine, Peygamberin (s.a.v) sünnetlerine uymayı öğreten bir eğitim sürecidir. Bu süreçte kişi, oruç, namaz, zekât ve sadaka gibi ibadetlerle, nefisini bencillikten, cimrilikten, merhametsizlikten ve her türlü kötülükten arındırmaya çalışacaktır.

Ramazan ayı iradenin, sabrın ve sebatın güçlendirildiği manevî bir aydır. Bu ayda Kur'an'dan ışık alarak, çatalaşan yolları aydınlatacak zihnî berraklık, kalp duruluğu ve bir ölçü berraklığı ediniriz. Ramazan'da başlayıp tüm zamanlarımıza yayılacak Kur'an dostluğu geliştiririz. Kur'an sadece elimizde, dilimizde değil; yüreğimizde, aklımızda, kısaca hayatımızın her sahasında olur.

Müslüman, Ramazan-ı şerifte, bütün küskünlüklerden, günahlardan, nankörlüklerden, cahillikten, fesattan ve zulümden kaçınılmalıdır. Bugünün eksikliklerini yarın tamamlamak için çırpınmalı; yarını, ahiret yolculuğuna çıkmadan önceki artı bir ikram olarak düşünmelidir.

İnsana verilen "irade-i cüz'iyeye", bu ilahî takdir programın bir parçası olup insanoğlu, kendine verilen bu iradeyi iyilik veya kötülük yönünde kullanması sebebiyle dünyada hukuk önünde, ahirette ise Allah Teâlâ'nın huzurunda sorumlu tutulmaktadır.

Yüce kitabımız Kur'an-ı Kerim, insana ilham edilen bu irade kabiliyetini şöyle açıklamaktadır: "Nefse ve onu şekillendirene... Sonra da ona iyilik ve kötülük yapma kabiliyeti verene yemin olsun ki, nefisini arındıran kurtuluşa ermiştir. Nefisini kötülüğe yuvarlayan da ziyana uğramıştır."(Şems 7-10)

Uygulayacağımız manevî program, Kur'an ve sünnet çerçevesinde sürekli yapılan irade eğitimi ile mümkündür. Manevî program, nefis muhasebesi ve nefis temizlenmesinin sürekli hayata hâkim olması demektir.

Hayat, manevî program çerçevesinde, Allah Teâlâ'ya kulluk amacıyla yeniden yapılandırıldığında, baştanbaşa ibadet anlamı kazanacak, her düşünce, söz ve davranış, sahibine yaptığı ibadetin mükâfatını kazandıracaktır. Asıl görevimiz hayatın bir kısmında belirli kulluk görevlerini yerine getirmekle yetinmek değil, hayatın tamamını manevî prensiplerle programlamaktır. Buna göre hayatta sonuç itibarıyla manevî ve dînî anlam taşımayan tek unsur kalmayacak, mümin, sürekli bir ibadet atmosferi içerisinde

yaşayacaktır.

Ramazan'da, oruçla nefis terbiyesi ve temizliği yapılır. Diller kötü sözlerden, gönüller kirli duygulardan arınır. Günlük hayatta kavga, tartışma ve çekişme yerine; "Ben oruçluyum." ifadeleri hâkim olur.

Ramazan ve içinde barındırdığı oruç bize ne kazandırdı ise bunların kalıcı, bir hal ve ahlâk olarak korunması şarttır. Nefis ve irade terbiyesi orucun kazandırdığı ve insanda ömür boyu etkili olacak en önemli özelliktir.

Rahmet, mağfîret ve kurtuluş mevsimi Ramazan'da ve oruç sayesinde insan farkında olmasa da nefis ve irade terbiyesine sahne olur. Oruç tutanların (tuttuğu orucun önemini bilmeyenler hariç) daha sabırlı olduklarını görmekteyiz. Sabır, şükür ve ihsan güzel ahlâkın temelidir. İnsan oruçla nefse ağır gelen şeylere sabretmeyi, nimetlere şükretmeyi öğrenir. İhsan ise Allah Teâlâ'yı görür gibi bir kulluk şuurunu ifade eder. Bunlar ve benzeri kazanımlarla insan ebedî saadet yolunda önemli adımlar atmış olur. Oruç ruhî disiplindir... Oruç, içimizdeki nefis canavarını kontrol altına alan ve böylelikle insanın içindeki merhamet ve şefkat duygularının açığa çıkmasını sağlayan ruhî bir disiplindir.

Oruç, takvâya ermek ve nefsin şerrinden korunmak için emredilmiştir. Bu bakımdan Ramazan-ı Şerif, bize şüphelilerden ve haramlardan uzaklaşmayı öğreten manevî bir eğitim ayıdır.

Oruç, ilâhî bir eğitimidir. Oruç, hayat mücadelesinde gerekli olan "sabır, hâle rıza, irade, azim, sözünde durma ve nefsanî arzuların uzaklaşma" gibi durumların eğitimi ile ahlâkî durumumuzu olgunluğa ulaştırır.

Oruç, nimetlerin değerini bildiren, teşekkür duyguları uyandıran, yoksulların ve çaresizlerin hâlerinden anlama şuru kazandıran, nefsanî arzuları yok eden, maddenin esaretinden kurtarıp "sabır" denilen en yüksek ahlâkî özelliğe eriştiren bir ibadettir. Üstad Necip Fazıl, ömrünü gafletle geçirenleri ikaz ederek şöyle der: "...Tam otuz yıl saatim işlemiş ben durmuşum / Gökyüzünden habersiz, uçurtma uçurmuşum..." Dolayısıyla hayata ve daha ötesine gönül gözüyle bakmak, basiret ve feraset ehli olmak gerekir. İnsan ancak o zaman gaflet perdesini yırtar ve gerçek bilgiye ulaşır. Cenâb-ı Hakk'ın övdüğü "bilenler"den olur.

Oruç, fazileti ve aslî gayesi daimî bir ibadet şuru içinde nefis engeliyle mücadele etmek ve nefsi baskı altında tutarak etkisini en aza indirebilmektir. Oruç, hayat mücadelesinde olmazsa olmaz olan "sabır, irade, nefis arzuların uzaklaşma" gibi hallerin eğitimi ile ahlâkî durumumuzu olgunluğa eriştirir. Yine bu ibadet, nefsin bitmez tükenmez arzularına karşı insanın şeref ve haysiyetini koruyucu bir kalkandır. Oruç, sahibini, kanaat, hâle rıza, metânet, sabır gibi ahlâkî güzelliğe erdirmenin fazîleti ile beraber mahrûmiyet ve açıklıkla nîmetlerin kıymetini hatırlatır ve bu vesîle ile yoksulların hallerini düşündürüp onlara merhamet ve şefkat hisleriyle yüreklerimizi hassaslaştırır. Şükran duygularını canlandırır. Bu vasfıyla oruç, sosyal hayattaki kin, haset, kıskançlık gibi kitleyi huzursuzluğa boğan olumsuzlukları ortadan kaldırmakta en etkili ilâhî emirdir.

Oruç aslında bir itidal eğitimidir. İtidal eğitiminin imtihanıdır. Bu imtihan sadece bedeni değil; akli, ruhu, iradeyi, karakteri, şuru ilgilendiren yönleri de sahiptir.

Nefis hiçbir şeye doymaz. Ne yemeye doyar; ne süslenmeye, ne takdir ve iltifata, ne eğlenceye, ne gezmeye tozmaya, ne mülke ne eşyaya... Hep daha fazlasını ister. Ramazan-ı Şerif, bir mübarek vesiledir, fırsattır. İtidal eğitimini ortaya çıkaran bir ibadet ihsanıdır. Ramazanda bir takım dünya zevklerine perde,

fren getirilmesi, aslında Ramazan'ı anlayabilmemiz içindir.

Allah Ramazanda özel bir tarife uygulayarak, bizleri mânâya daha çok yaklaştırıyor. Dünyaya daha uzak tutuyor ve oruçla getirdiği yasaklar, frenler tamamen dünyaya ait ilgimizi azaltıyor. Bütün bunları Ramazan'ın sırrına, mânâsına bizi cezbetmek için yapıyor.

Orucu hayatına geçirebilmesi için, insanın nefsinden gelen her türlü çalkantıyı, her türlü cereyanı gönül motorundan çıkarması lâzım. Çünkü o gönle ters yönde cereyan vermektedir. Bu ters yöndeki cereyandan kurtulmanın en kolay usulü, onunla bağlarını koparmaktır.

Bu vesile ile Ramazan geldiğinde gönlümüzün dünya ihtiraslarından ayrıldığı gibi, kin, kıskançlık büyükleme gibi çok kötü sapmalardan arınması lâzım gelir. Ramazan'da gönül açılması daha kolaylaşır. Gönülün kapalı kalması, gönülün bozulması, gönülün yıpranması, en sonunda da gönülün taşlaşmasının en etkili sebebi nefistir. Ramazan'da nefise büyük bir frendir.

Allah Teâlâ'nın yarattığında hiçbir eksiklik ve çirkinlik yoktur. Çirkinlikler ve eksiklikler bizim nefsimizin bizi aldatmasıdır. Şeytanın bizi aldatmasıdır. Hatta bir takım mahlûkatın seyrederken bazılarını güzel bazılarını çirkin görmek gibi tuhaf bir alışkanlığımız var, işte bu, gözün oruç tutamamasındandır. Eğer göz, oruç tutabilirse, bütün mahlûkatı birbirinden güzel birbirinden sevimli görür.

Gönül orucu tuttuktan sonra, gönül orucunun getireceği en büyük nimet nefis huylarının körelmesidir. Bir mümin ömrü boyunca tuttuğu Ramazanlarda elinden geldiğince gönül orucuna rağbet etmesi başlı başına bir nefis eğitimidir.

Derece derece her geçen Ramazan'da birincisinde nefs-i emmaredyken, ikincisinde nefs-i levvâmede, üçüncüsünde nefs-i mutmâinnede, dördüncüsünde nefs-i mühlimedede... Böylece giderek nefsi sâfiye'ye kadar götürür. Gönülün Ramazan'da alacağı zevk Ramazan'da kazanacağı ikramlar sonsuzdur.

Ruh ve bedenden yaratılan insan, madde ile mananın birleşiminden meydana gelen bir güzelliştir. Oruç, madde ile mana arasında bir denge ve maddenin lehine bozulan dengeyi aslına iadedir. Böylece, Allah'ı tanımak ve O'na kulluk etmek için yaratılan insan, himmetini yaradılış gayesine yoğunlaştırarak Allah'ın rızasına ulaşır.

Arzuların köleliğinden azat olmak... "Yeryüzünde halife olarak yaratılan insan, Allah Teâlâ'ya kulluk etmediği takdirde, Allah onu günahlarının kölesi yaparak cezalandırır. Böylece insanoğlu, kendisine hizmet için yaratılan şeyleri gaye haline getirip onları Allah gibi sevmeye başlar" (Bakara 165). Bu da gönül ve fikir dünyasının madde tarafından tutsak edilmesi demektir.

Allah Teâlâ, böyle nefsanî zevk ve sefa peşinde koşarak maddenin tutsağı haline gelenlerin hallerini muhtelif ayetlerde söyle beyan etmektedir: "Hevâsını kendisine ilâh edinen kimseyi gördün mü?" (Furkan 43) "Davarların yediği gibi yer ve içerler. Onların yeri ateştir." (Muhammed 12) "Onlar hayvanlar gibi, hatta hayvanlardan da aşağıdırlar." (A'raf 179) Bu ayetler her ne kadar iman etmeyenleri tasvir ediyorsa da, madde, makam, şöhret gibi şeylerin tutsağı haline gelen müminler de anılan ayetlerin muhatabı olmaktan kurtulamazlar. İşte müminleri bu esareten kurtaracak en tesirli ibadet oruçtur. Oruç, nazarları maddenin ve midenin ötesine çekerek, insana yaratılış gayesini hatırlatır. Bu yüzden bütün ilâhî dinlerde oruç vardır. Kur'an-i Kerim'de söyle buyrulur: "Ey iman edenler! Oruç sizden önce gelip geçmiş ümmetlere farz kılındığı gibi, size de farz kılındı. Umulur ki korunursunuz." (Bakara 183) Oruç bir korunma eğitimidir. Orucu layıkıyla tutan bir insan haram olan fiillerden, zulüm ve fenalıktan

uzak durur. Rabbimizin emirlerine riayet etmekle kalmaz, yaptığı amelleri de ihlâsla, sırf O'nun rızası için yapmaya gayret eder.

Evinde her türlü nefis yiyecekler olan bir kimseyi düşünelim. Bu kimse oruçluysen karnı aç olduğu halde o yiyeceklere elini sürmez. Hâlbuki orucunu bozsa kimse görmeyecek. Fakat Allah Teâlâ görecek. Yine oruçluysen yanındaki helâline elini sürmez. Çünkü O görüyor. Oruç mümine maddî ve manevî olgunluk sağlar. Oruç, müthiş bir sabır imtihanıdır. Sabır ahlâkının bir nimet ve önemli bir enerji kaynağı olduğunu düşünürsek, orucun önemini bir kat daha anlarız. Oruçla sabretmeyi, direnmeyi, istekler karşısında hür olmayı öğreniriz. Kişinin en özgür olduğu an isteklerine, şehvetine ve kızgınlığına yenilmediği andır. Ya da, her ne kadar hoş gitse de dünyalıklar karşısında teslim olmamadır. Dünyalıkların içerisinde olmasına rağmen onların karşısında kul köle olmadığını ortaya koyabilmesidir.

İşte oruç bu özgür iradeye kapı açar. Oruçlu gündüzün ilerleyen saatlerinde açtır. Yemeye ve içmeye ihtiyacı vardır. Vücudunun, midesinin, aklının ve duygularının yeme ve içmeden yana müthiş bir iştahı vardır. Yeme şehveti gitgide artar. Ama o Allah Teâlâ'ya söz vermiştir.

Oruç, müminin duygu ve düşüncelerini inceltir, yardım duygularını artırır, şefkat ve merhamet ahlâkını geliştirir. Açlık çekmenin zorluğunu gösterir, fakirleri, zorluk ve darlık çekenleri düşünmeyi sağlar.

Mümin oruçla beraber nimetlere sahip olmanın kıymetini daha iyi anlar, nimet verene şükürünü artırır. Elindeki nimetlerin değerini daha iyi anlar. Allah'ın verdiği nimetleri diğer kullarla paylaşmayı öğrenir. Ramazan, yıllık ruh bakımındır. Oruç, insanda, yüreğe doğru bir yolculuk gerçekleştirilmenin aracıdır. Yüreğe, yani insanın kendi özüne yolculuk yapması, bir çeşit hicretidir. Eğer, yolculuğunu sürdürmeyi göze alırsa, orada karşılaşacağı, yine kendisidir. Orada en doğal, en maskesiz, en yalın haliyle öz benliğini bulacaktır.

İnsan, bu yolculuğun sonunda, kendisiyle buluşacak, tanışacak ve barışacaktır; Yani barışa, teslimiyete ve selamete ulaşacaktır. Kendisiyle barışık olan, Hakikat'le barışık olur. Kendisiyle kavgalı olan başta Allah Teâlâ olmak üzere, hakikatle, doğayla, insanlıkla kavgalı olur.

İşin aslına bakacak olursak orucu tutan biz değiliz. Asıl, oruç bizi ayakta ve diri, başımızı da dik tutmaktadır. Ne mutlu, orucun başını dik tutan ve başını oruçla dik tutan hakiki müminlere... Ne mutlu, Ramazanı hakkıyla yaşayan gönül erlerine... Ne mutlu, temizlenme ayında nefisini eğiterek Rabbinin yolunda giden güzel yüreklilere...

Ramazan-ı Şerifiniz mübarek, Allah Teâlâ yâr ve yardımcınız olsun. Rabbim, sağlık ve mutluluk içinde nice Ramazanlara ulaştırsın... Âmin.

(İlkadım Dergisi - Eylül 2008 - Sayı: 242)