

# NEFİS TERBİYESİ

<"xml encoding="UTF-8?">

## GÖZETİM ALTINDA TUTMAK, NEFSİ ISLAH VE KONTROL ETMEK İÇİN ÖNEMLİ BİR ETKENDİR

Kendini yetiştirmek ve nefsi eğitmek için önemli etkenlerden biri de nefsini kontrol edip ona hakim olmaktır. Kendi saadetini düşünen bir insan, kendisinin çirkin ahlâkî özelliklerinden ve nefsânî hastalıklarından gâfil olamaz;

bilakis nefsini devamlı gözetim altında tutmalı, melekelerini, davranışlarını, ahlâkını ve hatta düşüncelerini sıkı bir şekilde kontrol etmelidir. Bu konuyu burada birkaç başlık altında açıklamaya çalışacağız:

### Amellerin Kayda Geçmesi

Kur'ân-ı Kerim ayetlerinden ve yine Resulullah'tan (s.a.a) ve Masum İmamlar'dan (a.s) bize ulaşan hadislerden, insanın amellerinin, hareketlerinin ve sözlerinin, hatta nefeslerinin,

fikirlerinin ve niyetlerinin amel defterinde kaydedildiği ve kıyamet günü onlardan hesaba çekilmek üzere saklandığı, kıyamet günü herkesin iyi amelinin mükafatının ve kötü amelinin cezasının verileceği anlaşılmaktadır. Örneğin Allah-u Teala Kur'ân-ı Kerim'de şöyle buyuruyor:

O gün insanlar, yaptıklarını görmek için gittikleri yerden gelirler. Artık kim, bir zerre ağırlığı hayır yapmışsa onu görür; ve kim bir zerre ağırlığı şer yapmışsa onu görür.[1]

Kitap ortaya konmuştur, suçluları görürsün ki o kitapta yazılı olan şeyler yüzünden korku içinde ve eyvahlar olsun bize derler, ne biçim kitap bu, ne küçük bir şey bırakmış, ne büyük, hepsini sayıp dökmüş ve ne yaptılarsa hepsini karşılarında bulurlar, Rabbin hiçbir kimseye zulmetmez.[2]

O gün öyle bir gündür ki herkes, yaptığı hayrı hazırlanmış bir halde karşısında bulacak, işlediği kötülükle de arasında pek uzun bir mesafe olmasını arzulayacak.[3]

Hiçbir söz söylemez ki yanında onu zapteden, gözleyip kollayan biri bulunmasın.[4]

Eğer biz bütün amel, davranış ve sözlerimizin, hatta düşüncelerimizin bile kaydedilip kıyamet günü için saklandığına inanıyorsak, onların akıbetlerinden nasıl gâfil olabiliriz?!

### Kıyamette Hesap

Sayıları oldukça fazla olan ayet ve hadislerden, kıyamet günü kulların dikkatli bir şekilde hesaba çekilecekleri; insanların irili ufaklı bütün amellerinin muhasebe edileceği ve onların en küçüğünden bile gaflet edilmeyeceği anlaşılmaktadır. Örneğin Allah-u Teala Kur'ân-ı Kerim'de şöyle buyuruyor:

Biz ise, kıyamet gününe ait hassas teraziler koyarız da, artık hiçbir nefis hiçbir şeyle haksızlığa uğramaz. Bir hardal tanesi bile olsa ona (teraziye) getiririz. Hesap görücüler olarak biz yeteriz.[5]

İçinizdekini açığa vursanız da gizleseniz de Allah sizi onunla sorguya çeker.[6]

O gün tartı haktır. Kimin tartıları ağır basarsa, işte kurtulanlar onlardır. Kimin de tartıları hafif kalırsa, onlar da ayetlerimize zulmettiklerinden dolayı nefislerini hüsrana uğratanlardır.[7]

Kur'ân-ı Kerim'de kıyamet, hesap günü ve Allah-u Teala ise çabuk hesaba çeken olarak vasıflandırılmıştır.

Birçok ayet ve hadisten anlaşılmaktadır ki, bütün insanların karşılaştıkları zorlu aşamalardan biri, hesaba çekilme ve amellerin tartılmasıdır. İnsan, hayatı boyunca tedricen bir takım ameller yapar ve bir süre sonra onları unutup, oysaki onun en küçük ameli bile amel defterinden ve varlık sayfasından silinmez; hepsi bu dünyada kaydedilip insanla birlikte bâkî kalır. İnsan bu dünyada onlardan tamamen gâfil olsa

da,

ölümünden sonra insanın basiret gözü açılınca onların hepsini bir yerde görecektir. İşte o zaman bütün amel, söz, inanç ve düşüncelerinin kendisiyle birlikte ve yakınında olduğunu onların kendisinden asla ayrılmayacağını bilfiil hisseder.

Allah-u Teala Kur'ân-ı Kerim'de şöyle buyuruyor:

Ve herkes yanında bir sürücü ve bir şahit ile gelir. And olsun ki, sen bundan gafletteydin, derken perdeyi gözünden kaldırdık, artık bugün gözün keskindir.[8]

Resulullah (s.a.a) buyuruyor ki:

Kıyamet günü insan, şu dört şeyden sorguya çekilmedikçe yerinden kıpırdayamaz: Ömrünü nerede sarf ettiğinden, gençliğini nerede geçirdiğinden, malını nasıl toplayıp nereye harcadığından ve biz Ehl-i Beyt'i sevip sevmediğinden.[9]

Haz. Resulullah (s.a.a) şöyle buyurmuşlardır:

Kıyamet günü bir insanı hesaba çekmek için hazır ettiklerinde, dünyada yaşadığı her gün için yirmi dört -gece ve gündüzün saatleri miktarınca- sandık getirirler; sonra nur ve neşeyle dolu bir sandığın kapağını açarlar.

İnsan sandığın içindekileri görünce o kadar sevinir ki, eğer onun sevincini cehennem ehli arasında bölüştürseler cehennem ehli artık ateşin acısını hissetmez, işte o, insanın Allah'a itaat ettiği saattir.

Ondan sonra karanlık, kötü kokulu ve dehşet verici diğer bir sandığı açarlar, insan onu görünce öyle bir sızlanıp yakınır ki, eğer bu acıyı cennettekiler arasında bölüştürseler, cennetteki nimetler onlara hoş gelmez ve o ise, insanın Allah'a rağmen günah işlediği saattir.

Daha sonra onun için başka bir sandık açılır. Onda ne sevindirici ve ne de üzücü bir ameli olmadığını görür. O da uykuda olduğu veya mubah bir işle meşgul olduğu saattir.

İnsan bu sandığı görünce yine üzölür. Zira dünyada onu (boş vaktini) iyi işlerle doldurabilirdi; ancak bunu önemsemediği ve kusur ettiği için yapmamıştır. Dolayısıyla Allah-u Teala kıyamet hakkında buyuruyor ki: "İşte bu, aldatma (teğabun) günüdür." [10]

Kıyamet günü insanlar çok ince bir hesaba çekilir ve akıbetlerinin ne olacağı belli olur. İnsanın organları, peygamberler, melekler ve hatta yer, tanıklık eder. O hesap çok zor ve hayatî bir hesaptır.

Kalpler hesabın sonucunu bilmek için heyecanla doluverir ve hızla çarpar. Bedenler korkudan titrer. Hem öyle bir korku ki süt veren anneler süt emen çocuklarını unutuverirler, hamile kadınlar çocuklarını düşürürler. Herkes akıbetinin ne olacağının sıkıntısı içinde kıvranıp durur. Acaba hesaplarının sonucunda,

Allah'ın hoşnutluğunu kazanacak, özgürlük ve kurtuluşa mı erişecek? Peygamberlerin ve evliyaullahın arasında alını açık olacak, ebedî cennet hayatına kavuşacak ve Allah'ın liyakatli kulları arasında mı yer alacak? Yoksa âlemlerin Rabbinin öfke ve gazabına uğrayıp, mahluklar arasında rezil olup ebedî cehennem hayatına mı duçar olacak?

Hadislerden, insanların hesaplarının bir olmayacağı anlaşılmaktadır. Onlardan bazılarının hesabı çok zor ve uzun olacak, bazılarının hesabı da kolay ve kısa olacaktır.

Çeşitli merhalelerde ve defalarca hesaba çekileceklerdir. Her merhalede bir şeyden sorguya çekilir; onlardan en zoru da yaptığı zulümler için insanın hesaba çekildiği yerdir. Orada insanların haklarından ve zulümlerden sorulur.

Orada hesaplar tamamen kapanmalıdır ve herkes borçlu olduğu kimseye borcunu vermelidir. Ancak ne yazık ki borçlarını ödemek için orada mal bulamazlar.

Çaresiz eğer varsa iyiliklerinden alınıp borçlu olduğu kimselere verilir ve eğer iyi ameli yoksa borçlu olduğu kimselerin günahlarından alınır ve borcu miktarınca onun amel defterine yazılır.

Her durumda, çok zor bir gündür hesap günü. Allah hepimizin imdadına yetişsin. Elbette hesabın uzunluğu ve zorluğu bütün insanlar için bir değildir; kişilerin iyi ve kötü oluşuna ve onların derecelerine göre değişir; muttakiler ve Allah'ın liyakatli kulları için hesap çok kısa ve

kolay olacaktır.

Resulullah'tan (s.a.a) kıyamet gününün uzunluğunu soran bir kişiye cevaben şöyle buyurdıkları nakledilmiştir: Allah'a and olsun! (O gün) Müminler için farz namazı kılmaktan daha kolay olacaktır."[11]

### Kıyamet Günü Gelmeden Kendimizi Hesaba Çekelim

Âhirete, hesaba, kitaba amellerin ceza ve mükafatına inanan ve bütün amellerinin kaydedildiğini, kıyamet günü ince bir hesaba çekileceğini ve onların iyi veya kötü sonuçlarına kavuşacağını bilen bir kimse, amellerine, sözlerine ve ahlâkına nasıl ilgisiz kalabilir?!

Gün, hafta, ay, yıl ve ömür boyunca ne yaptığını, âhireti için azık olarak ne hazırladığını nasıl düşünmeyebilir? İman etmemizin gereği olarak bu dünyada amellerimizi hesaplamak,

geçmişte ve şimdi ne yaptığımızı düşünmek zorundayız; tıpkı akıllı bir tâcirin zarar etmemek ve sermayesini kaybetmemek için her gün, her ay ve her yıl gelir ve giderlerini hesaplaması gibi.

Hz.Ali(a.s)şöyle buyuruyor:

Kıyamette sizi hesaba çekmeden bu dünyada kendinizi hesaba çekin ve kıyamette amelleriniz tartılmadan bu dünyada amellerinizi tartın.[12]

Hz. Ali (a.s) yine şöyle buyuruyor:

Her kim bu dünyada nefsinin hesaba çekerse kâr eder.[13]

İmam Ali Naki'nin (a.s) şöyle buyurduğu rivayet edilir:

Her gün nefsinin hesaba çekip eğer iyi amel yapmışsa, Allah'tan daha fazla muvaffakiyet istemeyen ve eğer kötü bir amel işlemişse istiğfar ve tövbe etmeyen bizden değildir.[14]

Hz.Ali'den(a.s)şöyle naklediliyor:

Nefsini hesaba çeken kimse kâr eder, nefsini hesaba çekmeyense ziyan eder; her kim bu dünyada korkarsa kıyamet günü güvende olur ve her kim öğüt dinlerse basiretli olur; basiretli olan da anlar, idrak eder ve anlayan da bilir.[15]

Resulullah (s.a.a) Ebuzer'e hitaben şöyle buyurmuşlardır:

Ey Ebuzer! Kıyamette hesaba çekilmeden bu dünyada nefsini hesaba çek; çünkü dünyada nefsini hesaba çekmen yarın kıyamet gününün hesabından daha kolaydır ve

kıyamet günü tartılmadan nefsini tart ve böylece kendini kıyamet için hazırla; o gün öyle bir gündür ki amellerin Allah'a arz edilir ve en küçük şey ondan gizli kalmaz.

Ey Ebuzer! İnsan, iki ortağın birbirlerini hesaba çekmelerinden daha sıkı bir şekilde nefsini hesaba çekmedikçe muttaki olmaz. İnsan yiyecekleri, içecekleri ve giyecekleri hangi yoldan elde ettiğini, onların haramdan mı yoksa helalden mi olduğunu iyice bilmelidir.

Ey Ebuzer! Her kim malını hangi yoldan kazanacağını düşünmez, dikkat etmezse Allah-u Teala da onu hangi yoldan cehennem ateşine sokacağını düşünmez, önemsemez.[16]

İmam Seccad (a.s) şöyle buyuruyor:

Ey insanoğlu! Nefsinde devamlı sana bir öğüt veren oldukça, nefsini muhasebe ettikçe, Allah korkusunu şiar, hüznü kendine elbise edindiğin müddetçe devamlı hayır üzeresin.

Ey insanoğlu! Doğrusu sen öleceksin (sonra) kıyamet günü dirilecek ve (hesaba çekilmek için) Allah'ın (adalet terazisi) karşısında yer alacaksın; o halde (kıyamette hesaba çekilirken) cevap vermeye hazır ol.[17]

İnsan dünyada bir tüccar gibidir. Sermayesi ise sınırlı hayat, yani bu saatler, günler, haftalar, aylar ve yıllardır. Paha biçilmez ömür sermayesi ister istemez harcanacak ve insan tedricen ölüme yaklaşacaktır.

Gençlik ihtiyarlığa, kuvvet zaafa, sağlık hastalığa dönüşecektir. Ömrü harcamak karşısında sâlih amelde bulunur da âhret için bir azık gönderirse zarar etmiş olmaz.

Zira kendisi için mutlu bir gelecek temin etmiş olur. Ancak değerli sermayesi olan ömrünü, gençliğini güç ve sağlığını boşa geçirir ve onun karşısında âhireti için sâlih amelde bulunmaz da çirkin ahlâkla ve günah işleyerek nefsinı kirletirse, telafi edilmeyecek büyük bir ziyan etmiştir.

Allah-u Teala Kur'ân-ı Kerim'de şöyle buyuruyor:

Rahman ve Rahim olan Allah'ın adıyla. Asra and olsun; gerçekten insan ziyan içindedir. Ancak iman edip sâlih amellerde bulunanlar, birbirlerine hakkı tavsiye edenler ve birbirlerine sabrı tavsiye edenler başka.[18]

Hz. Ali (a.s) şöyle buyurmuşlardır:

Akıllı kimse, bugünden yarınını (kıyameti) düşünen ve nefsinı özgürleştirmek için çaba harcayan, kesin olan, kurtuluş ve kaçışı olmayan şey (ölüm ve âhîret) için sâlih amelde bulunan kimsedir.[19]

Hz. Ali'den (a.s) şöyle naklediliyor:

Her kim nefsinı hesaba çekerse kusurlarına vakıf olur ve günahlarına üstün gelir. Dolayısıyla günahlarından tövbe eder ve kusurlarını ıslah eder.[20]

Nefsimizi Nasıl Hesaba Çekelim?

Nefsi kontrol ve idare etmek kolay bir iş değildir. Tedbire, siyasete, sabra, çabaya ve ciddiyete ihtiyaç vardır. Nefs-i emmare bu kadar kolay bir şekilde teslim olur mu? Bu kadar rahat, muhakeme ve muhasebe masasına oturur mu? Kolay kolay hesap vermeye yanaşır mı?!

Hz.Ali (a.s)şöyle buyuruyor:

Her kim nefsinı tedbir ve siyaseti altına almazsa onu zayi eder.[21]

Yine Hz. Ali'den şöyle naklediliyor:

Her kim nefsine aldanırsa nefsi onu helake sürükler.[22]

Hz. Ali (a.s) yine şöyle buyuruyor:

Her kimin nefsinde uyanıklık varsa Allah tarafından onun için bir bekçi ve koruyucu bırakılmıştır.[23]

Başka bir yerde de şöyle buyuruyor:

Cihadı sürdürerek nefsinize mâlik olun (ve onu kendi emrinize geçirin).[24]

Tedricen alışıp teslim olması için nefsi üç merhalede hesaba çekmeliyiz:

### 1-Ahitleşme

Nefsimizi şöyle hesaba çekebiliriz: Günün ilk saatlerinde, günlük işler başlamadan önce, ahitleşmek -sözleşmek- için belli bir saat tayin edelim. Mesela sabah namazından sonra ıssız bir köşeye çekilerek nefsimize hitaben şöyle diyelim:

"Şimdi ben yaşıyorum, ancak ne zamana kadar yaşayacağım belli değil. Belki bir saat, belki de daha fazla yaşarım. Saatler, günler, aylar ve yıllar geçip gittiler; ancak daha elimde sermayem sayılan saatler var ve

o saatlerin her birinde âhiretim için bir azık alabilirim. Şimdi ecelim gelip çatmış olsaydı ve Azrail ruhumu almak için gelseydi bir gün ve hatta bir saat daha yaşamayı ne kadar isterdim?

Ey zavallı nefis! Böyle bir halde olduğunu ve isteğinin de kabul edilir dünyaya yeniden döndüğünü farz et. Bu durumda ne yapardın acaba? Ey nefis! Bana ve kendine acı ve bu saatleri boşa geçirme. Kusur etme; aksi takdirde artık hasretlerin bir fayda vermediği kıyamet gününde pişman olursun."

"Ey nefis! Ömrünün her saati karşısında Allah-u Teala senin için bir sandık bırakmıştır ki senin iyi ve kötü amellerini orada toplarlar ve sen onların sonucunu kıyamette göreceksin. Ey nefis! O sandıkları sâlih amellerle doldurmaya çalış. Onları günah ve isyanla doldurmamaya dikkat et."

Bu şekilde uzuvlarımızın her birine teker teker hitap ederek günah işlememesi üzere ondan söz alabiliriz. Mesela dilimize şöyle deriz: "Yalan, dedikodu, başkalarını çekiştirme, kusur arama, küfretme, saçmalama, başkalarına hakaret etme, başkalarını tahkir etme, kendini methetme, cedelleşme, yalan yere tanıklık etme, ahlâkî alçaklıklardan ve Allah'ın haram kıldığı şeylerden olup insanın uhrevî hayatını mahvederler.

Bunları yapmana izin vermem. Ey dil! Kendine ve bana acı ve günah işlemeyi terk et! Zira konuştuğun bütün sözler amel defterinde kaydedilir ve ben kıyamet günü onların hepsinin cevabını vermek zorundayım."

Bu vasıtayla dilimizden günah işlememesi için söz almalıyız. Daha sonra dilin yapabileceği hayırlı amelleri hatırlatıp gün boyunca onu yapmaya zorlamalıyız.

Örneğin şöyle demeliyiz: "Ey dil! Sen falan zikir ve filan sözle amel hazineni nur ve neşeyle doldurup âhirette de onun sonucuna kavuşabilirsin. Bundan gaflet etme; zira aksi takdirde pişman olursun."

Bu vasıtayla organlarımızdan her birinden teker teker günah işlemeyip sâlih amelde bulunmalarına dair söz almalıyız.

İmam Sadık (a.s) babasının şöyle buyurduğunu naklediyor:

Gece vakti gelip ulaşınca bir münadi (çağırıcı), insan ve cinlerden başka bütün varlıkların duyacağı bir şekilde nida eder ve der ki: Ey insanoğlu! Ben yeni bir yarattım; ben bende vuku bulan işlere tanıklık edeceğim.

Benden yararlan, zira güneş doğduktan sonra bir daha asla dünyaya dönmeyeceğim. Ondan sonra bende iyi amellerini artıramazsın ve günahlarından da tövbe edemezsin. Gece gelip geçip onun yerine gündüz gelince, o da aynı sözlerle nida eder.[25]

Şeytan ve nefis-i emmare bize yaşayarak kulağımıza şöyle fısıldayabilir: "Sen böyle bir programla yaşayamazsın. Bu sınırlamalarla ve bu bağlarla yaşayabilir misin hiç?

Her gün nefisini hesaba çekmek için bir saatini ayırabilir misin?" Şeytan ve nefs-i emmare böyle vesveselerle bizi aldatıp ciddi bir karar almaktan alıkoyar. Bunun karşısında ciddi bir mücadele vermeli ve demeliyiz ki:

"Bu program kesinlikle mümkündür ve normal bir hayatla çelişmemektedir ve ben bunu nefsimi yetiştirip eğitmem ve uhrevî saadete ulaşmam için olduğundan dolayı, yapmak zorundayım. Bu iş o kadar da zor değildir, sen irade eder ve kararını verirsen kolay olur. Başlangıçta biraz zor olsa da uygulamaya başladıkça kolaylaşacaktır."

## 2-Gözetim Altında Tutma ve Kontrol

Söz alma ve ahitleşme merhalesinden sonra sıra sözünde durmaya ve onu sürdürmeye gelir.

Bütün gün boyunca ve bütün hallerde ahdimize sâdık kalmaya özen göstermeliyiz. İnsan her durumda dikkatli ve uyanık olmalıdır. Allah'ı daima hazır ve nazır bilmeli ve ahdini aklından çıkarmamalıdır. Zira bir an gaflet edecek olursa, şeytan ve nefs-i emmare onun iradesine işleyip ahbine amel etmekten alıkoyabilir.

Hz.Ali(a.s)şöyle buyurmuştur:

Akıllı kimse, nefsiyle devamlı cihat eden, onu ıslah etmek için çaba harcayan, istek ve heveslerden alıkoyan ve bu vasıtayla onu mülkiyetine (emri altına) alan kimsedir. Akıllı insan nefisini kontrol yoluyla dünyadan ve dünyada olan şeylerden, dünya ehlinde uzaklaştırır.[26]

Hz. Ali'nin (a.s) şöyle buyurduğu nakledilmiştir:

Her kimin nefsinde bir alıkoyucu olursa Allah tarafından onun için bir koruyucu görevlendirilir."[27]

Yine Hz.Ali(a.s)şöyle buyuruyor:

Nefse itimat edip ona karşı hoşgörölü olmak, şeytanın en sağlam fırsatlarındandır.[28]

Dikkatli ve uyanık bir kimse devamlı Allah'ı anar ve kendini Allah-u Teala'nın huzurunda görür. Hiçbir ameli düşünmeden yapmaz. Eğer bir günahla karşılaşırse hemen Allah-u Teala'yı, kıyameti hatırlayarak onu terk eder.

Sözünü ve ahdini unutmaz ve bu vasıtayla nefsinı devamlı kontrol ve boyunduruk altına alıp kötülük ve çirkinliklerden alıkoyar. Bu program nefsi arındırıp yetiştirmenin en iyi yollarındandır.

Ayrıca dikkatli olan bir insan bütün gün boyunca devamlı farzları ve sünnetleri, kendi vazifesini, iyi amelleri ve hayırlı işleri de hatırlar. Namazı fazilet vaktinde ve son namazıymış gibi huzu ve huşuyla kılmaya çalışır.

Her halde ve yaptığı her işte Allah'ı hatırlar. Boş vakitlerini boşuna heder etmez ve âhireti için onlardan yararlanır. Vaktinin kıymetini bilir ve nefsinı mükemmelleştirmek için her fırsattan istifade eder. Gücü yettiği kadar müstehapları (sünnetleri) yerine getirmeğe çalışır.

İnsanın bazı önemli müstehapları yerine getirmeye kendini alıştırması ne kadar güzeldir. İnsanın Allah'ı anması ve O'nu hatırlaması her durumda mümkündür.

Hepsinden daha önemlisi şu ki, insan ihlas ve Allah'a yaklaşma kastıyla günlük bütün meşguliyetlerini ibadet ve Allah'a doğru seyr ve sülûk doğrultusunda kılabilir.

Hatta alışverişini, çalışmasını, yiyip içmesini, uyumasını, evlenmesini ve mubah olan diğer işlerini ihlas ve kurbet kastıyla ibadetler safına geçirebilir.

Alışveriş, çalışıp para kazanma ...vb. çabalar, eğer helal rızık edinmek ve Allah'ın kullarına hizmet kastıyla olursa ibadettir. Ve yine yemek, içmek ve dinlenmek, yaşayabilmek ve Allah'a kulluk etmek için bir vesile olursa bunlar da ibadet sayılır. Allah'ın ihlaslı kulları her zaman böyledirler.

### 3-Amellerin Hesabı

Üçüncü merhale günlük amelleri muhasebe etmektir. İnsan günlük amellerini muhasebe etmek için bir saatini ayırmak zorundadır; ancak bunun uyku saatinde ve günlük işlerini bitirince olması

daha uygundur.

O saatte ıssız bir köşeye çekilerek bütün gün boyunca ne yaptığını iyice düşünmelidir. Sırayla ilk saatlerden başlayarak son saate kadar dikkatli bir şekilde muhasebe etmelidir.

Eğer o saatte hayır işle ve ibadetle meşgul idiyse, bu başarısından dolayı Allah'a şükretmeli ve bunu sürdürmeye kararlı olmalıdır.

Eğer günah ve hata işlemişse nefesine hitaben demelidir ki: "Ey katı kalpli bedbaht, ne yaptın?! Kıyamet günü Allah'a ne cevap vereceksin?! Âhiretin korkunç azaplarıyla ne yapacaksın?"

Allah-u Teala âhiretin için bir azık hazırlayasın diye sana ömür, sağlık ve imkan verdi; sen ise bunun karşılığında amel defterini kararttın. Şimdi ecelin geleceğine ihtimal vermiyor musun?

Bu durumda ne yaparsın? Ey rezil nefis! Niçin Allah'tan utanmıyorsun? Ey yalancı; ey münafık? Sen Allah'a ve kıyamet gününe inandığını iddia ediyorsan niçin amelde de böyle değilsin?"

Sonra tövbe etmeli ve artık günah işlememeye ve geçmiş günahlarını da telafi etmeye karar vermelidir.

Hz.Ali(a.s)şöyle buyuruyor:

Her kim ayıpları ve günahları için nefisini azarlarsa günahların çoğalmasına mani olmuş olur.[29]

Eğer nefsin isyan ve tuğyan ettiğini, günah işlemeyi terk edip tövbe etmeye hazır olmadığını hissederse, o da nefs-i emmarenin karşısına dikilmeli ve ona sertçe karşılık vermelidir.

Bu konuda uygun cezalandırmalara baş vurabilir. Mesela eğer haram bir yemek yemişse veya başka bir günah işlemişse onun karşısında Allah yolunda bir malını vermeli, bir veya birkaç gün oruç tutmalı,

geçici olarak lezzetli yemek ve soğuk su içmekten ve nefsin istediği diğer lezzetlerden kaçınmalı veya bir saat kızgın güneşin altında beklemeli. Hiçbir zaman nefs-i emmarenin

karşısında gevşeklik ve zaaf göstermemelidir.

Aksi takdirde nefis insana musallat olur ve insanı helak eder. Ancak onun karşısında direnirse nihayet nefsi teslim olur.

Eğer o saatte ne hayır bir iş ve ne de günah işlememişse yine nefsine hitaben şöyle demelidir: "Ömrünün sermayesi olan bu saati nasıl boşa geçirdin? Sen bu saatte sâlih bir amel yaparak âhiretin için bir azık alabilirdin.

Ey zavallı ziyankâr! Niçin bu değerli fırsatı kaçırdın? Hasret ve pişmanlığın fayda vermeyeceği günde (kıyamet gününde) pişman olacaksın."

Böylece tam bir dikkatle ve bir ortak gibi o gün yaptığı bütün işlerin hesabını nefsinden sormalı. (Bu muhasebelerin sonucunu bir deftere not alırsa daha iyi olur.)

Her halükârda nefsi eğitip yetiştirmek için kontrol ve muhasebe, gerekli ve yararlı sayılır; kendi saadetini düşünen her insanın bu konuya önem vermesi gerekir. İlk başta zor görünür, ancak kararlı olunur da karşısında direnilirse kısa zamanda kolaylaşır ve nefs-i emmare kontrol ve denetim altına alınır.

Hz.Resulullah'ın(s.a.a)şöyle buyurduğu nakledilmiştir:

Zekilerin en zekisini ve ahmakların en ahmağını tanıtayım mı size? Halkın en zekisi nefsinin hesaba çeken ve ölümden sonrası için sâlih amel edinendir. Halkın en ahmağı ise nefsinin isteklerine uyan ve uzun vadeli arzular besleyendir.

Bu arada sahabeden birinin: "Ya Resulullah (s.a.a) nefsimizi nasıl hesaba çekelim?" diye sorması üzerine Resulullah (s.a.a) şöyle cevap verdiler:

Gün sona erip, akşam vakti gelip çatinca nefsine müracaat ederek şöyle demeli: Ey nefis! Bugün de senin aleyhine geçti ve artık asla geri dönmeyecektir sana. Allah-u Teala bugünü ne işte geçirdiğini ve hangi ameli yaptığını soracaktır:

"Allah'ı zikredip O'na hamdettin mi? Mümin kardeşinin hakkını eda ettin mi? Onun herhangi bir

derdini giderdin mi? Mümin kardeşinin yokluğunda ailesine ve evlatlarına onun hakkını gözettin mi?

Mümin kardeşinin ölümünden sonra onun ailesiyle ilgilendin mi? Haysiyetinle mümin kardeşinin gıybetinin edilmesine engel oldun mu? Bir Müslümana yardım ettin mi? Bu gün zarfında ne yaptın?"

Sonra yaptığı bütün şeyleri teker teker aklından geçirsin. Hayırlı bir iş yaptığını görürse bu muvaffakiyeti kendisine verdiği için Allah'a şükretsin ve O'nu yüceltsin; günah işlemiş veya kusur etmiş olduğunu görürse tövbe etsin ve bundan sonra da günah işlememeye karar versin.

Resulullah'a (s.a.a) ve onun Ehl-i Beytine (a.s) salavat göndererek günahlardan dolayı nefsine bulaşan çirkinlikleri nefsinden bertaraf etsin ve müminlerin emiri Hz. Ali'ye (a.s) biat etmeyi nefsine önersin ve onun düşmanlarına lanet etsin...

Eğer böyle yapacak olursa Allah-u Teala ona buyuruyor ki: Ben kıyamet günü günahlarından hatta biri üzerinde bile seninle münakaşa etmeyeceğim; zira sen (dünyada) benim dostlarımla dost ve düşmanlarımla düşman idin."[30]

İmam Musa Kâzım (a.s) şöyle buyuruyor:

Her gün nefsini hesaba çekip, iyi amel etmişse Allah-u Teala'dan daha fazla muvaffakiyet dilemeyen ve eğer günah işlemişse istiğfar ve tövbe etmeyen bizden değildir.[31]

Hz. Resulullah (s.a.a)'in Ebuzer'e şöyle buyurduğu naklediliyor:

Akıllı kimse kendisi için şu birkaç saati ayırma-lıdır: Bir saati Allah Tealaya münacat etmeye, bir saati nefsini muhasebeye ve bir saati de Allah'ın kendisine bağışladığı şeyleri düşünmeye ayırmalıdır.[32]

Hz.Ali(a.s)buyuruyor ki:

Nefislerinizi yaptığı ameller hakkında hesaba çekin; farzları yerine getirmeyi ondan isteyin ve ondan fâni olacak şeylerden (dünyadan) bâkî kalacak amelleri (âhireti) için istifade etmesini isteyin. Kabirlerinizden dirilerek tekrar çıkmadan önce (o yolculuk için) hazır olun.[33]

Yine şöyle buyuruyor:

İnsanın meşgul olmadığı bir saatte (bütün işlerini bitirdikten sonra) belli bir saat ayırarak nefisini hesaba çekmesi, gece ve gündüzünde (bir gün boyunca) kendi lehine hangi hayır işleri ve kendi aleyhine hangi günahları kazandığını görmesi ne ka-dar da gereklidir! [34]

Yine şöyle buyuruyor:

Nefsine karşı cihat et. Bir ortağın kendi ortağın-dan hesap sorması gibi ondan hesap sor. Bir düşmanın kendi düşmanından haklarını istemesi gibi, ondan Allah'ın senin üzerindeki haklarını (namaz, oruç, humus, zekat vs. gibi) yerine getirmesini iste; zira insanların en saadetlisi hesaba çekilmek için hazır olanıdır. [35]

Ve yine şöyle buyurduğu naklediliyor:

Her kim nefisini hesaba çekerse, kendi kusurlarına vakıf olur ve günahlarını kuşatır. Sonra da günahlarından tövbe eder ve kusurlarını ıslah eder. [36]

İmam Sâdık (a.s) şöyle buyurmaktadır:

"(Kıyamet günü) hesaba çekilmeden (bu dünyada) kendinizi hesaba çekin. Zira kıyamet günü (insanlar) elli yerde hesaba çekilir ve onların her biri bin yıl çeker." İmam, daha sonra şu ayeti okudu: "-Kıyametin- Bir günü elli bin yıldır." [37]

Son olarak şu noktayı hatırlatalım ki, insan nefisini hesaba çektiği zaman nefisine itimat edip ona karşı hoş görülmesi olmamalıdır; zira nefis aldatıcı ve kötülüğü emredendir. Yüzlerce hile ve düzenle iyiyi kötü ve kötüyü de iyi göstermeye çalışır.

İnsanın vazifesini iyice tanıyıp onunla amel etmesine izin vermez. Günah işlemeyi ve ibadetleri terk etmeyi tercih eder. İşlediği günahları unutturur ve onları küçük gösterir. Küçük ibadetleri büyük gösterir.

İnsanı mağrur eder, ölümü ve kıyameti unutturur, uzun ve uzak arzuları kuvvetlendirir, nefis hesaba çekmeyi zor ve imkansız, hatta gereksiz gösterir. Dolayısıyla insan, nefisine karşı kötümser olarak onu hesaba çekmelidir. Hesaba çekmede çok dikkatli olmalı, nefis ve şeytanın

bahane ve te'villerini dinlememelidir.

Hız. Ali (a.s) şöyle buyuruyor:

Bir zikir ehli vardır ki, zikri, dünya karşılığında edinmişlerdir. Onları ne ticaret ve ne de alış veriş ondan (zikirden) alıkoymuştur. Onlar günlerini zikirle geçirirler.

Gâfillerin kulağına Allah'ın haramlarından kaçınmayı fısıldarlar. Adaleti emreder ve kendileri de ona sarılırlar. Münkerden sakındırır ve kendileri de ondan sakınırlar.

Dünyada oldukları halde sanki dünyayı aşmış, âhirete ulaşmış ve dünyanın ötesini görmüşlerdir.

Orada (dünyada) kaldıkları sürece sanki âhiret ehlinin gaybî hallerinden haberdar olmuş,

kıyamet bütün vaadlerini onlar hakkında gerçekleştirmiş de dünya ehlinin gözünün önüne gerilen perde aralanmıştır. Öyle ki, sanki onlar insanların görmediklerini görüp, işitmediklerini işitirler.

Bu bağlamda, eğer onların övölmüş makamlarını ve şahitleriyle beraber görölen meclislerini, halleriyle gözünün önünde canlandırırsan (düşünürsen); amel defterleri yayılmış,

emrolunduğı halde da kusur edip yapmadıkları ve nehyolunduğı halde de haddi aşır işledikleri bütün büyük ve küçük işleri nefislerinin hesaba çekilmesi için ortaya dökmüş,

günahlarının ağırlıklarını sırtlarına yüklerler ve kendilerini o günahlardan kurtulmaktan âciz görürler ve bu yüzden ağlayıp sızlarlar, ağlayıp sızlayarak Rablerine yalvarır

ve pişmanlıklarını itiraf ederler. (Böylece aklına getirebilsen) onları, hidayet sancakları, parlak meşaleler, etrafları melekler tarafından kuşatılmış, kendilerine huzur inmiş, göklerin kapıları yüzlerine açılmış ve kendileri için şeref ve üstünlük makamı hazırlanmış kişiler olarak görürdün.[38]

-----  
[1]- Zilzal/8.

[2]- Kehf/49.

[3]- Âl-i İmran/30.

[4]- Kaf/18.

[5]- Enbiya/47.

[6]- Bakara/284.

[7]- A'râf/8-9.

[8]- Kaf/21-22.

[9]- Bihar'ul-Envar, c.7, s.258.

[10]- Bihar'ul-Envar, c.7, s.262.

[11]- Mecma'u-z Zevaid, c.1, s.337.

[12]- Gurer'ul-Hikem, s.385.

[13]- Gurer'ul-Hikem, s.618.

[14]- Vesail'ü-ş Şia, c.6, s.377.

[15]- Vesail'ü-ş Şia, c.11, s.379.

[16]- Vesail'u-ş Şia, c.11, s.379.

[17]- Vesail'u-ş Şia, c.11, s.378.

[18]- Asr /1-3

[19]- Gurer'ul-Hikem, s.238.

[20]- Gurer'ul-Hikem, s.696.

[21]- Gurer'ul-Hikem, s.640.

[22]- Gurer'ul-Hikem, s.685.

[23]- Gurer'ul-Hikem, s.679.

[24]- Gurer'ul-Hikem, s.131.

[25]- Vesail'u-ş Şia, c.11, s.380.

[26]- Gurer'ul-Hikem, s.237.

[27]- Gurer'ul-Hikem, s.698.

[28]- Gurer'ul-Hikem, s.54.

[29]- Gurer'ul-Hikem, s.696.

[30]- Bihar'ul-Envar, c.70, s.69.

[31]- Kâfi, c.1, s.453.

[32]- Bihar'ul-Envar, c.70, s.64.

[33]- Gurer'ul-Hikem, s.385.

[34]- Gurer'ul-Hikem, s.753.

[35]- Gurer'ul-Hikem, s.371.

[36]- Gurer'ul-Hikem, s.696.

[37]- Bihar'ul-Envar, c.70, s.64. (Meâric/4)

. [38]- Nehc'ül-Belâğa, 222. hutbe