

Benlik oluşunca irade sorunu veya iradeyle duyguların kopukluğu sorunu kalabilir. Bunların ilaçları şöyledir;

1. İlk ilacı yine **yapmacık olarak zahiri amellerle batini amelleri tetiklemeye çalışmaktır**. Vâdedilen Mesih bu konunun üzerinde çok durmuştur.

2. İkinci yöntem **tam yoğunlaşmaktır**. Bu inanılmaz faydalı bir yöntemdir. Yani insan zihnini her tür düşünceden arındırırın, sadece Allah hakkında düşünsün. Kûr'ân-ı Kerîm bu yöntemi şöyle anlatır;

□□□□□□ □□□□□□□□□□□□□□□□□□

Yani bir konuda başarmak isteyenler resmen gark olurlar, içine boğulurlar. Böyleleri düşüncelerini öyle bir yönetirler ki sanki başka bir amaçları yoktur. Resmen dünyadan koparlar. Bu şekilde yoğunlaşmak, başarıyı da getirir. Örneğin yalan söyleme alışkanlığı olan birisi sadece “bıraksam iyi olur” derse başaramaz. Ancak gece gündüz bunu düşünürse, aklından hiç çıkartmazsa bu huyundan kurtulabilecektir. Bir konuda bu derece yoğunlaşmak insana başarma gücünü verir ama bir tehlikesi de vardır. Bazen bu kuvvet insanı delirtir. İradesinin kontrolünden çıkar ve saçma sapan şeyler yaptırır. Ülkemizde birçok insan namazda bir türlü konsantre olamadıklarını, garip düşüncelere kapıldıklarını söylerler; “ilacı nedir” diye de sorarlar. Aslında olan şudur ki onların düşünce ve yoğunlaşma kabiliyeti kontrollerinden çıkar. Allah’a değil, canı istediği konuya yoğunlaşır. İnsan ona “gel Allah hakkında düşünelim” der ama o başka yerlere kaçar. Yani namazda konsantre olamayanların yoğunlaşma kabiliyeti yok değildir; sadece kontrollerinden çıkmıştır. Özerk olmuştur; kendi kendini yönetir hale gelmiştir. Canı ne isterse onu yapmaktadır.

Bu kuvveti iradesine tabi hale getirmek gerekir. Namazda başka fikirlere kapılmak iradenin kontrolü kaybettiğini gösterir. Yani ilk iş iradenin hâkimiyetini yeniden sağlamaktır. Bunun tam olarak nasıl yapıldığını sonra anlatacağım ama şimdilik şunu söyleyeyim ki böyle birisi özellikle düşüncelerini toplamak için çabalamasın. Diğer normal işleri gibi namazını da kılsın.

3. İradeyi güçlendirmenin üçüncü yöntemi **iradeyi kullanmaktır**. İnsan “ben bu işi yapmaya

devam edeceğim ve hiç bir şey beni durduramaz” desin. İradeyi güçlendirmek için bir reçete vereceğim. Bu reçete ondört ilacın karışımıdır. Bu ilaçlar Kur’ân ve hadisten alınmışlardır ve detayları şöyledir.

1. İlk olarak şu ayeti virt etsin. Allah bu ayet-i kerimede “ben insanı sadece kulluk etsin, abd[2]olsun diye yarattım” diye buyurmaktadır. Bunu okuyunca insan “Allah beni Kendisini sevmek için yaratmıştır ve O’nun yarattığı hiçbir şey boşa gitmez. Ben mutlaka O’na kulluk yapacağım. Başka türlü zaten mümkün değildir” desin. “Ben bir şey yapamam” demesin. Sanki Allah’ın onu tutup “hadi kalk ve başla” dediğini farz etsin, zihninde öyle hayal etsin. Sufilerin Mürakabe dedikleri şey budur. Yoksa mürakabe amaçsız boş boş bir yere bakmak demek değildir. İnsan kendi kendine “Allah böyle bir amaç için yaratmışsa zaten başka bir şey olmam mümkün değildir” desin.

2. Şu [3] ayet hakkında düşünsün. Yani şüphesiz biz insanı (amacına) en uygun şekilde yarattık. İnsan “Muhakkak Allah bana gereken tüm güçleri vermiştir. Başkaları için mümkün olan benim için de mümkündür. Buna yüce amaçlar da dâhildir. Dolayısıyla benim için sendelenmek mümkün değildir” desin ve bunu iyice zihnine yerleştirsün.

3. Şu [4] ayet hakkında düşünsün. Yani "şüphesiz Biz insanı yarattık ve onun zihninin zaman zaman öne sürdüğü vesveseleri de biliriz. Biz ona onun şahdamarından da yakınız". İnsan kendi kendine “Allah bu vesveselerden de yakındır ve bunları bildiği gibi çözümlerini de bilir. Öyleyse korkmanın ne anlamı var” desin.

4. Şu [5] ayet hakkında düşünsün. Burada kendi kendine “Ben müminim ve mümin kimseye mağlup olmaz; Öyleyse iradem nasıl zayıflayabilir” desin. Bu düşünceyi zihninde tekrarlasın.

5. Şu [6] ayet hakkında düşünsün. Bu ayet-i kerimede Allah şeytanın hiçbir zaman O’nun kullarına hâkim olamayacağını söylemektedir. İnsan da “ben de Allah’ın kuluyum; Şeytanın pençesine düşmem, kötülüğe de boyun eğmem” desin.

6. Şu [7] ayet hakkında düşünsün. “Ben müminim ve mümin Allahtan başka kimseden korkmaz” desin.

7. "Meleklerin inananlara gelip biz sizin arkadaşınız." Bu durumda tedirgin olmanın ne anlamı var derler." [8] Bunu düşünsün ve moral kazansın.

8. Şu [9] ayeti okusun ve umutsuzluğa kapılmanın ölümle eşanlamı olduğunu düşünsün. “Eğer iradem sözümü dinlemiyorsa; dinletmeyi bilirim” desin.

9. Şu [10] ayetler hakkında düşünsün. “Allah kendisi bana gel ve hep baki kalacak olan cennetime gir diyorsa neden tedirgin olayım. Ben de kendimden eminim ve tüm umut veren kapılar bana açıktır” desin.

10. Şu [11] hadis hakkında düşünsün. Allah müminin dünyada rezil olmayacağını, hatta git gide herkes tarafından fark edileceğini, kabul göreceğini buyurur. Bu düşünce de umut verir ve motive eder.

11. Şu [12] ayet-i kerime hakkında düşünsün. “Tüm başarısızlıkların arkasında negatif hırs ve açgözlülük vardır. Oysa Allah zaten kâinattaki herşeyi benim için yaratmıştır. Durum böyleyken neden tedirgin olayım” desin.

12. Şu [13] ayet-i kerime hakkında düşünsün. Kendi kendine “kötü şeyler kesinlikle kalbime girmez çünkü hakkında ‘kâfirlerden etkilenmezler; sadece müminlerden etkilenirler’ denilen ümmettenim” desin.

13. Şu [14] ayeti şu [15] hadisle birlikte okusun. “Mümin isem içimdeki iyilikler başkalarını

da etkilemeli. Etkilemiyorsa mümin olamam” desin ve kendi hayatını değerlendirsin.

14. Allah Peygamber Efendimiz (s.a.v.) hakkında [16] “ne sen ne de başkası bu dünyada ebediyen kalacaktır” demiştir. Kendisini harekete geçirmek isteyen insan “benim burada sonsuz vaktim yoktur. Zamanımı iyi kullanmalıyım” desin. Bu ondört ilaçlı reçete insanın iradesini kuvvetlendirir ama bu ancak üzerlerinde iyice düşününce mümkün olacaktır.

4. İradeyi güçlendiren veya ara engelleri kaldıran dördüncü yöntem şudur ki yok **etmek istediği kötü alışkanlığa tüm gücüyle ve birden bire saldırın.**

Ordu da böyle yapar. İlk hamlesi hep en şiddetlidir. Günaha yapılan hamle de böyle olmalı. Tüm gücüyle ve kuvvetiyle olmalı.

5. **Hangi kötülükten sakınmak istiyorsa tersini yapmaya başlasın.** Örneğin öfkesini kontrol edecekse özellikle merhamet duygularını beslesin.

6. **Derin düşünme ve düşünerek hareket etme alışkanlığını kazansın.** Bu onu koruyacaktır. Kötü huylar ve adetler genellikle insanın alelacele davranma meylinde faydalanıp hamle ederler. Harekete geçmeden önce düşünüp taşınan insana zarar veremezler.

7. Bırakmak istediği veya yapmak istediği her neyse; iç detaylarını tam olarak anlasın, felsefesini zihninde çözsün. Zihninde onun tam bir fotoğrafı oluşana kadar düşünsün. Bu yapıp yapmama konusunda çok faydalı olacaktır.

8. **Caiz olup da sevdiği bazı şeyleri zaman zaman terk etsin.** Bu ona isteği dışında çalışmayı öğretecektir. Örneğin eğer birisi hırsızlık konusunda bir türlü nefesine hâkim olamıyorsa bu yöntemi deneyebilir. Eğer canı uyumak istiyorsa ayakta kalmaya çalışsın, bir şey yemek istiyorsa yemesin. Bu iradeyi güçlendirmek için faydalıdır. Hz. Ali'nin (r.a.) bir kavli vardır. [17] Yani "ben Rabbimi sıkı iradelerimin tekrar tekrar kırılmasıyla buldum. Benim buna yüklediğim anlam şudur ki o iradelerinin kırılmasına rağmen vazgeçmedi, pes etmedi. Bu istikrar nihayetinde Allah'ı bulmasına yardımcı oldu. Eğer ilk başarısızlıkta “yapamıyorum” diye bıraksaydı, yılsaydı, tekrar tekrar azmetmeseydi hiç bulamazdı.

9. İnsan aynen bir doktorun hastasını sürekli incelediği gibi **nefsini sürekli incelesin.**

10. **Amacı yüce ve âlâ olsun**, sıradan şeylere razı olmasın. Elde etmek istediği şeyin en mükemmel halini hayal etsin. Mükemmelliği hedef alan birisi muhakkak bir şeyler bulur; bir yerlere varır. Bu hareket az da olsa ruhani olarak bu derece zayıflamış birisi için faydalı olacaktır. Yataktan kalkabilmesi için yeterli olacaktır.

Bir şey daha vardır ve o da duadır. Kendi başına hiç bir şey yapamayanın yardıma ihtiyacı vardır. İlk olarak insan kendi denemelidir ama yapamıyorsa yardım istemelidir. Bu durumda insan bir taraftan elinden geleni yaparken diğer taraftan dua etsin. “

Allah’ım ben ne yapabiliyorsam yapıyorum ama başarmam Senin yardımına bağlıdır” desin.

Hikâyeye göre ermiş birisinin öğrencisi tasavuf konusunda çok meraklıydı. Hocasından öğrenilmesi gereken şeyleri öğrendikten sonra ülkesine geri dönmeye karar verdi. Giderayak hocası “senin ülkende şeytan var mıdır?” diye sormuş. Şaşırın öğrenci “şeytanın olmadığı, gezmediği bir yer var mı ki?” diye cevap vermiş. Hocası da “o zaman ülkeneye dönünce şeytan sana saldırırsa ne yaparsın?” demiş. Öğrencisi de “karşı koyarım; onunla savaşırım” demiş. Hocası da “peki, varsayalım ki onu kovdun. Ama sonra yine Allah’a doğru yüzünü çevirir çevirmez yine saldırırsa ne yaparsın?” Nereye varmak istediğini tam anlamayan öğrenci de “yine savaşırım; yine kovarım” demiş. Bilge de “hayatın hep şeytanla savaşmakla geçecekse, Allah’a doğru ne zaman yürürsün?” demiş. O da “Öyleyse siz söyleyin; ne yapmam gerekir?” demiş. Bilge de “arkadaşını görmeye gittiğinde köpeği yolunu keserse ne yaparsın?” Öğrencisi “sopa ile uzaklaştırırım; sonra devam ederim” demiş. “Ama ya o yine yolunu keserse?” deyince o da “o zaman arkadaşımı çağırırım; durdur şu köpeğini derim” demiş. Bilge de “işte aynı mantık şeytan için de geçerlidir. Allah’a ‘ben sana gelmek istiyorum ama bu yolunu kesiyor. En iyisi Siz bunu durdurun’ demek lazım” demiş.

Velhasıl **çabanın dışında dua da şarttır.** İnsan “**İlahi; ben çalışıyorum ama senin yardımın da gerekir**” demeli. “Amacınız yüce olsun;

maksadınız âlâ olsun” demiştim. Bir arkadaş aynı mantıkla büyük şeyleri arzulamak da doğru olur mu diye sormuş. Bence bu doğru olmaz. Vâdedilen Mesih “Allah benimle konuşsun, bana vahiy yollasın” diye arzulamak bile caiz değildir demiştir.

Amacın yüce olması başka şeydir bir şeyi arzulamak ise başka

. Söz konusu arzular ve hırslar olunca insan bir şeyi elde etmek ister. Oysa amaç önceden belirlenir ve sonra onun için çalışılır. Hırs insana el uzattırır, diz çöktürür ama amacın peşine yılmadan gitmek ise gayretli yapar, güçlendirir.

Vahiy ve ilhamı arzulamak da aynı şeydir. İlham kula verilen bir nimettir. Şimdi birisi eğer “ben arkadaşımın evine bana yemek veriyor diye gidiyorum” derse ne kadar rezil bir şey söylemiş

olur. Herkes böyle birisi hakkında kötü düşünecektir. Ama eğer aynı kişi “ben arkadaşına onu sevdiğim için gidiyorum; ister bir şey versin, ister boş döneyim” derse herkesin takdirini kazanacaktır. Birisi “**ya Rabbim bana yakınlığını bahşet, Kendini yaklaştır**” derse neticesinde zaten vahiy ve ilham denilen nimetlerinden de payını alacaktır. Ama sadece bu nimetleri isteyen aynen arkadaşının evine verdiği yemekler için giden birisi gibidir. Allah’ın razı olması onun için önemli değildir, verdiği ödül önemlidir. Bu örnek gösteriyor ki ilhamın bile arzusu caiz değildir. Asıl olan O’nun razı olmasıdır.

H. Mirza Beşirudin Mahmud Ahmed

Arayanların Yolu Kitabından

[1] Nâziât (79) sûresi, ayet 2

[2] Abd kelimesine karşılık gelen Türkçe kelime kuldur. Ama bu tam manasını ifade etmez. Abd olmak bir şeyden etkilenip ve hayran kalıp onun gibi olmaya çalışmak demektir. Dolayısıyla gerçek anlamda abd olabilmek için yakından tanımak şarttır. Hayranlık ancak öyle olur. Sonra kendi kabiliyetlerini inceleyip “ben de böyle olabilirim” demektir. Nasıl ki insan bu dünyada idollerinin peşine takılır, onlar gibi olmak ister. Aynı şekilde Allah “istersen bana da benzeyebilirsin, benim gibi de olabilirsin” diyor. “Sana o kabiliyetleri verdim ve gerçek şudur ki sırf bu amaç için yarattım” demek istiyor. İnsan muhakkak hayatında bir idol seçer ve onun gibi olmaya çalışır. Bundan kurtuluş yoktur. bir şeye kulluk durumundadır. Allah ise ona müjde veriyor. “İstersen bana bile benzeyebilirsin” diyor. Bu çok motive eden bir ayettir*

[3] Tîn (95) sûresi, ayet 5

[4] Kaf (50) sûresi, ayet 17

[5] Münâfikûn (63) sûresi, ayet 9

[6] Hicr (15) sûresi, ayet 43

[7] Yunus (10) sûresi, ayet 63

[8] Ha Mim secde (41) sûresi, ayet 32

[9] Yusuf (12) sûresi, ayet 88

[10] Fecr (89) sûresi, ayet 28-31

[11] Buhari Kitabul Tevhit

[12] Casiye (45) sûresi, ayet 14

[13] Fetih (48) sûresi, ayet 30

[14] Tevbe (9) sûresi, ayet 119

[15] Muslim Kitabul zikr.

[16] Enbiya (21) sûresi, ayet 35

[17] Nehcul Belaga