

Nefis nedir?

Nefsin İki Manası

Nefis için çokları değişik tarifler yapmışlardır. İmam Gazâlî'ye göre "nefis" kelimesinin iki temel manası vardır.

1- Kötü arzu ve taşkın isteklerin kaynağıdır.

Birinci manada nefis, insanda bulunan **gazap, şehvet, kötü arzu ve taşkın isteklerin kaynağıdır**. Sûfîlerin çoğu nefis kelimesini bu manada kullanır. Onlara göre nefis, insanı günaha, isyana, kibire, öfkeye, hevâya ve şehvete sürükleyen iç merkezdir. Bu sebeple nefis kendi hâline bırakılmaz; mücahedeyle terbiye edilir, arzuları dizginlenir ve kötülüğe sevk eden tarafı kırılır.

Resûlullah (s.a.v)'e nispet edilen bir rivayette şöyle buyrulmuştur:

أَعْدَىٰ عَدُوِّكَ نَفْسُكَ الَّتِي بَيْنَ جَنْبَيْكَ

"Senin en azılı düşmanın, iki yanın arasında bulunan nefsidir."

Kaynak: Beyhakî, **ez-Zühdü'l-Kebîr**, nr. 343.

Resûlullah (s.a.v)'in bu sözüyle de bu manadaki nefse işaret edilmiştir. Yani insanın en tehlikeli düşmanı her zaman dışarıdaki düşman değildir. Bazen insanı Allah'tan uzaklaştıran, günaha sevk eden, hakka karşı direndiren en büyük düşman, insanın kendi içinde taşıdığı terbiye edilmemiş nefsidir.

2- İnsanın Hakikati Olan Nefis

Nefsin ikinci manası ise daha derindir. Bu manada nefis, insanın **hakikati, özü, zâtı ve kendisidir**. Yani "ben" dediğimiz latif ve sırlı varlıktır. Bu nefis, içinde bulunduğu hâle göre farklı isimler alır. Bazen huzura erer, bazen kendini kınar, bazen de kötülüğü emreden karanlık bir hâle düşer.

Nefis, insanın hakiki benliğidir; fakat bu benlik, şehvet, gazap ve hevânın emrine girerse kötülüğü emreden nefis adını alır. Akıl, iman ve vicdanın emrine girerse terbiye olur, yükselir ve huzura erer. Bu yüzden nefis yok edilmesi gereken bir varlık değil; kötü hâlden iyi hâle çevrilmesi gereken insan hakikatidir.

Şehvet, gazap ve hevâ elbette nefsidir; fakat nefsin hakikati bunlardan ibaret değildir. Nefis

bazen bu kuvvelerin esiri olur ve **nefs-i emmâre** adını alır; bazen onları kınar ve **nefs-i levvâme** olur. Bazen de onları terbiye edip Allah'a teslim olur ve **nefs-i mutmainne** makamına çıkar.

Üstadımızda nefsin terbiye edilmediğinde **küçük bir firavun olacağından bahseder**. İnsan ahireti ve Hâlık'ı unuttuğunda, gurur ve enâniyet nefsi şişirir. Bu hâlde nefis kendini müstakil, güçlü, malik ve hâkim zanneder ve mevhum bir rububiyet taslayacak kadar ileri gider.

Tasavvufta Nefsin 7 Mertebesi (Gelişim Aşamaları)

Nefis sabit bir yapıda değildir; insan onu eğittikçe seviye atlar. Tasavvufta bu gelişim 7 basamakta incelenir:

1. **Nefs-i Emmâre:** Kötülüğü şiddetle emreden, tamamen bencil ve kontrolsüz arzuların esiri olan en alt seviyedir.
2. **Nefs-i Levvâme:** Kötülük yaptığında pişman olan, kendi kendini kınayan ve vicdan azabı çeken nefis.
3. **Nefs-i Mülhime:** İyiyi ve kötüyü daha net ayırt eden, kalbine ilhamlar gelmeye başlayan nefis.
4. **Nefs-i Mutmainne:** Şüphelerden arınmış, iç huzura ve tatmine ulaşmış, inancında sarsılmaz seviye.
5. **Nefs-i Râdiye:** Başına gelen her türlü kader tecellisinden (hayır veya şer) razı ve memnun olan nefis.
6. **Nefs-i Mardiyye:** Kulun bu teslimiyetine karşılık, Allah'ın da kendisinden razı olduğu nefis mertebesi.
7. **Nefs-i Kâmile (Safiye):** Tamamen temizlenmiş, olgunluğun zirvesine ve saf iyiliğe ulaşmış insan-ı kâmil modeli.

Özetle: Bu ikinci tanıma göre nefis insanın hakikati, kendisi ve zâtıdır; fakat, farklı hallerine göre değişik sıfatlarla tanınır. Doğası gereği bir binek gibidir; onu arzularla sularsanız vahşileşir insana biner, irade ve ahlakla işlerseniz itaat edecek bir olgunluğa erişir.

Bediüzzaman Hazretleri nefis-i emmâre terbiye edilse bile onun bazı silahları **asab, damar, heves, his ve alışkanlıklara** devredilebilir. Bu yüzden mücahede son nefese kadar devam eder.

“Bir zaman evliya-i azîmeden nefis-i emmaresinden kurtulanlardan birkaç zâttan, şiddetli mücahede-i nefsiyeler ve nefis-i emmareden şekvalarını gördüm. Çok hayret ediyordum. Hayli zaman sonra, nefis-i emmarenin kendi desaisinden başka, daha şiddetli ve daha ziyade söz dinlemez ve daha ziyade ahlâk-ı seyyieyi idame eden ve heves ve damar ve a'sab, tabiat ve hissiyat halitasından çıkan ve nefis-i emmarenin son tahassüngâhı bulunan ve nefis-i emmareyi tezkiyeden sonra onun

eski vazife-i seyyiesini gören ve mücahedeyi âhir ömre kadar devam ettiren, bir manevî nefs-i emmareyi gördüm. Ve anladım ki, o mübarek zâtlar hakikî nefs-i emmareden değil; belki mecazî bir nefs-i emmareden şekva etmişler.” Kastamonu Lâhikası

Risale-i Nur'da nefsin terbiyesi, onu tamamen yok etmek değil; **enâniyeti bırakıp tam abd olmaktır**. İnsan hayrı Allah'ın tevfikinden bilmeli, şer ve tahripten vazgeçmeli, nefse itimadı bırakmalı ve istiğfarla kulluğa dönmelidir. □Detaylı izah için

Bediüzzaman'a göre böyle olursa nefsteki nihayetsiz şer kabiliyeti, nihayetsiz hayır kabiliyetine inkılâp eder; insan ahsen-i takvîm kıymetini alır.

Elhasıl, nefs-i emmare tahrip ve şer cihetinde nihayetsiz cinayet işleyebilir, fakat icad ve hayırda iktidarı pek azdır ve cüz'îdir. Evet, bir haneyi bir günde harap eder, yüz günde yapamaz. Lâkin eğer enaniyeti bıraksa, hayrı ve vücudu tevfik-i İlahiyeden istese, şer ve tahripten ve nefse itimattan vazgeçse, istiğfar ederek tam abd olsa o vakit **يَبْدُلُ اللَّهُ سَيِّئَاتِهِمْ حَسَنَاتٍ sırrına mazhar olur. Ondaki nihayetsiz kabiliyet-i şer, nihayetsiz kabiliyet-i hayra inkılab eder. Ahsen-i takvim kıymetini alır, a'lâ-yı illiyyîne çıkar.**

Yirmi Üçüncü Söz