

NEFSİN 7 MERTEBESİ

“Nefsin Mertebeleri” (Aşamaları), insanın içsel yolculuğunda geçebileceği ruhsal ve ahlaki dereceleri temsil eder. **Hz. Qur'an** ayetleri ve tasavvufi yorumlarla birlikte bu mertebeler yedi aşamada tanımlanır. Her bir mertebe, kişinin nefsini terbiye ederek Hz. İnsan makamına doğru ilerlemesini amaçlar.

1. Nefs-i Emmâre (Kötülüğü Emreden Nefs)

En alt düzeydir. Kötüye, günaha, bencillığe ve hevâya meyillidir.

İlahi Ayet: **“Çünkü nefis, kötülüğü emreder.” [Qur'an; Yûsuf Suresi: 12/53]**

Durumu: Kontrolsüzdür; kul, nefsin esiri gibidir.

2. Nefs-i Levvâme (Kendini Kınayan Nefs)

Kişi, yaptıkları yanlışlardan pişmanlık duymaya başlar. Vicdan uyanır.

İlahi Ayet: **“Şu hakikati de göz ardı etmemeliyiz!” Kendini kınayan nefse (içsel vicdan muhasebesi yapan sınav bilincine)...!” [Qur'an; el-Kıyâme Suresi: 75/2]**

Durumu: Tövbeyle açık, vicdan sahibi bir ruh hâlidir.

3. Nefs-i Mülhime (İlham Alan Nefs)

Kişi artık iyilik ve kötülük ayrımını ilahi ilhamla fark eder.

İlahi Ayet: **“Nefse ve onu düzgün biçimde yaratana; sonra ona kötülüklerini ve takvasını ilham edene...” [Qur'an; eş-Şems Suresi: 91/7-8]**

Durumu: İyiliğe yönelme başlar, kalp nurlanır.

4. Nefs-i Mutmainne (Tatmin Olmuş Nefs)

Kalp, Allah’a (c.c.) güven ve teslimiyetle huzura ermiştir.

İlahi Ayet: **“Ey huzura ermiş (mutmainne) nefis! Rabbin senden razı, sen de O’ndan razı olarak dön.” [Qur'an; el-Fecr Suresi: 89/27-28]**

Durumu: Rızaya ulaşılır; dünya endişeleri azalır.

5. Nefs-i Râdıyye (Rabbinin Hükmüne Razı Nefs)

Kişi Allah’ın (c.c.) takdirine kayıtsız şartsız razıdır. Şikâyet etmez.

Durumu: Sabır ve şükür kemale ulaşır.

6. Nefs-i Mardiyye (Allah'ın Razi Olduğu Nefs)

Sadece kul değil, artık Allah (c.c.) de o kuldan razıdır.

Durumu: Kâmil mümin vasfı; örnek ve öncü hâl.

7. Nefs-i Sâfiye (Arınmış Nefs / Zâkiye)

En yüce makamdır. Nefs tüm benlikten arınmıştır.

Durumu: Sırâtel müstakîm üzerinde dosdoğru yürüyen, "**Hz. İnsan**" olgunluğudur.

Tasavvufî Değer: Fenâ fillâh (Allah'ta (c.c.) yok oluş) ve Bekâ billâh (Allah (c.c.) ile baki kalma) makamıdır.

Özet Tablo

Mertebe	Açıklama	Hedef Hal
Nefs-i Emmâre	Kötülüğü emreder, bencildir	Nefisle mücadele
Nefs-i Levvâme	Kendi kendini kınar, vicdan uyanır	Pişmanlık ve tövbe
Nefs-i Mülhime	İlham alır, iyiliğe yönelir	Farkındalık
Nefs-i Mutmainne	Huzur bulur, teslim olur	Kalp selameti
Nefs-i Râdiyye	İlahi takdire razıdır	Sabır ve teslimiyet
Nefs-i Mardiyye	Allah'ın razı olduğu nefis	İlahi rıza
Nefs-i Sâfiye	Arınmış, en yüce makam	Hz. İnsan olgunluğu

Cenâb-ı Hak buyuruyor:

Sağlam düşünce ve inanç sahipleri için yeryüzünde açık kanıtlar vardır. Hatta kendinizde de (kendi nefslerinizde birçok alametler vardır). Hiç görmüyor musunuz? [Qur'an; ez-Zâriyât Suresi: 51/20-21]

Hz. Muhammed (s.a.v.) buyurdular: "Oruç, bir kalkandır." (Tirmizî, Da'avât 86)

Nefsi Terbiye Etmenin En Kolay Yolu

Rivayet olunur ki Cenâb-ı Hak (c.c.), nefsi yaratınca ona sorar:

- *Sen kimsin, ben kimim?*

Nefs cevap verir:

- *Sen sensin, ben de benim!*

Cenâb-ı Hak, Rabbini tanımak istemeyen nefsi ceza olarak bin yıl ateşte yakar. Bin yıl sonra tekrar sorar:

- *Sen kimsin, ben kimim?*

Nefs yine azgınca cevap verir:

- *Sen sensin, ben benim!*

Allah Teâlâ (c.c.) nefsi bin yıl daha ateşte yakar; fakat aynı cevabı alır. Bunun üzerine onu üç gün aç bırakır. Üç gün sonra tekrar sorar:

- *Sen kimsin, ben kimim?*

Nefs bitkin bir hâlde cevap verir:

- *Sen Âlemlerin Rabbi (ilahi öğretmen) Allah'sın; ben ise âciz bir nefsim!*

Bu rivayetten anlaşıldığı üzere, **oruç**, nefsi terbiye etmenin en kolay yoludur.
(İmam Gazzâlî (1058) – İhyâ' 'Ulûm ed-Dîn)

"Arınmamış nefslar, o günden beri Yaratan Rabbinin huzurunda 'benlik' davasını sürdürmektedir ve hâlâ bu davadan vazgeçmemiştir."

Son Söz:

İnsan, nefsin mertebeleri arasında yol alırken bir ömür boyu sınanır. Kimi zaman hevâyâ kapılır, kimi zaman pişmanlıkla silkinir. Fakat nefsin terbiyesiyle ilerleyen her adım, ilahi rahmete yaklaşan bir dua olur.

- Nefsini tanıyan, Rabbinin tanımaya yaklaşır
- Her kınayış, bir uyanışa
- Her teslimiyet, bir kurtuluşa dönüşür

Taptuk Emre - Allah İnsanı Neden Yarattı

- (**Ey huzura kavuşan nefis 89/27**) Nefsini bilen, kendini bilir
- Kendini bilen, haddini bilir
- Haddini bilen, Rabb'ini bilir
- Rabb'ini bilen, Rabb'ini bulur
- Rabb'ini bulan, Rabb'inin gizli sırlar âlemine ulaşır

1. **1001 İcat ve Sırlar Kütüphanesi**
2. **Onun üzerinde 19 (on dokuz) mucize vardır**
3. Eğer İslam âlimi Hârezmî (780–850, Fars asıllı Müslüman matematikçi) sıfırı bulamasa idi...

Bugün sahip olduğumuz teknolojinin ve pek çok buluşun varlığı mümkün olmazdı.

"Oysa Allah, sizi de yaptığınız şeyleri de yaratmıştır." [Qur'an; es-Saffat Suresi: 37/96]

Bu yolculuğun sonunda bekleyen makam:

"Hz. İnsan" – Dosdoğru yürüyen, arınmış bir benlik.

“Ben-Ben-Ben = BİZ”

İlahi Ayet Şöyle Açıklama Yapmaktadır:

"Şu hakikati de göz ardı etmemeliyiz!"

"Nefsini arındıran kurtuluşa ermiştir. Onu kirleten ise ziyan etmiştir." [Qur'an; eş-Şems Suresi: 91/9-10]