

## Hadislere Göre Duyguların Eğitimi\*

Sevde Hilal Çelik

Ankara Yıldırım Beyazıt Üniversitesi / *Ankara Yıldırım Beyazıt University*

Sosyal Bilimler Enstitüsü / *Social Sciences Institute*

Yüksek Lisans Öğrencisi / *Graduate Student*

hilal\_531@hotmail.com

ORCID: 0000-0003-4308-0971

### Öz

Sosyal bir varlık olan insan sürekli düşünme ve hissetme halindedir. İnsanı harekete geçiren bu zihinsel ve duygusal faaliyetler onun çevresiyle iletişimini sağlamaktadır. Zihinsel süreçlerin merkezi akıl iken duygusal süreçlerin merkezi kalptir. Kalp, yaratılış itibarıyla bütün duyguları bünyesinde barındırmaktadır. Bunların içerisinde; sevgi, nefret, öfke, hüznün, merhamet, korku... gibi birçokları yer alır. İnsanın her bir duyguya ihtiyacı vardır. Duygular ortaya çıkış şekillerine göre iyi ve kötü olmak üzere ikiye ayrılır. Bütün duygular ölçülü olduğu sürece iyi, aşırılık boyutuna ulaştığı sürece de kötü olarak kabul edilmiştir. Her duygunun bir görevi ve ölçüsü bulunmaktadır. Bazen duygular kontrol dışı kalıp amacı dışında ve aşırı bir şekilde kullanıldığında kişisel ve toplumsal sorunlara neden olabilmektedir. Bu sorunların en aza indirilmesi ya da yok edilmesi ancak duyguların eğitilmesi sonucunda gerçekleştirilebilir.

Duygu eğitimi, diğer bütün eğitimler kadar önemli olup kişinin duygularını tanımasına olanak sağlamaktadır. Öğrenilen hisler sayesinde kalp ve zihin işbirliği ile daha isabetli kararlar alınabilir ve toplumsal iletişim sağlıklı bir şekilde sürdürülebilir hale gelmektedir. Rasûlullah (s.a.v) beşer olma kimliğiyle hislerini en güzel şekilde yaşamış, peygamber olma kimliğiyle de duyguların sınırlarını bildirmiştir. Bu makalede, amellerin vuku bulmasında büyük payı bulunan duygular hadisler özelinde ele alınarak incelenecektir. Ayrıca duygular sayı itibarıyla çok fazla olduğundan öncelik verilen bazı duygulara değinilecektir.

**Anahtar Kelimeler:** Hadis, Hz. Muhammed, Kalp, Duygu, Duygu Eğitimi.

---

\* **İntihal Taraması/Plagiarism Detection:** Bu makale intihal taramasından geçirildi/This paper was checked for plagiarism.

**Etik Beyan/Ethical Statement:** Bu çalışmanın hazırlanma sürecinde bilimsel ve etik ilkelere uyulduğu ve yararlanılan tüm çalışmaların kaynakçada belirtildiği beyan olunur/It is declared that scientific and ethical principles have been followed while carrying out and writing this study and that all the sources used have been properly cited (Sevde Hilal Çelik).

**Geliş/Received:** 21 Temmuz/July | **Kabul/Accepted:** 14 Eylül/September 2022 | **Yayın/Published:** 20 Eylül/September 2022

**Atf/Cite as:** Sevde Hilal Çelik, "Hadislere Göre Duyguların Eğitimi = Training of Emotions According to Hadiths", Danisname 5 (Eylül/September 2022), 3-29 <https://doi.org/10.5281/zenodo.7090800>

**CC BY-NC 4.0** | This paper is licensed under a Creative Commons Attribution-NonCommercial License

## Training of Emotions According to Hadiths

### Abstract

As a social being, human beings are constantly thinking and feeling. These mental and emotional activities, which mobilize human beings, enable people to communicate with their environment. While the center of mental processes is the mind, the center of emotional processes is the heart. The heart embodies all emotions in terms of creation. These include love, hate, anger, sadness, compassion, fear, and many others. Human beings need every single emotion. Emotions are divided into good and bad according to the way they arise. All emotions are considered good as long as they are in moderation, and bad as long as they are excessive. Every emotion has a duty and a measure. When they are out of control and used in an excessive way, emotions can cause personal and social problems. Minimization or elimination of these problems is only possible with the training of emotions.

The training of emotions is as important as any other training and allows the individual to recognize his/her emotions. Thanks to the feelings learned, more accurate decisions can be made with the cooperation of heart and mind. Also social communication becomes sustainable in a healthier way. The Messenger of Allah (PBUH) lived his feelings in the most beautiful way in his identity as a human being and informed about the limits of emotions in his identity as a prophet. In this article, emotions, which have a great share in the realization of deeds, will be examined in the context of hadiths. In addition, since the number of emotions is very high, some of the prioritized emotions will be mentioned.

**Keywords:** Hadith, Prophet Muhammad, Heart, Emotion, Emotion Education.

### Summary

People refer to their minds and emotions when deciding to do something. The mind and emotions, which direct human life, need to be educated. While it is planned to develop the mind with academic education, the education of emotions is ignored. However, the full functioning of the mind is possible with the education of emotions.

The heart is divided into two as Material and Spiritual. The material heart is the organ that carries out the vital activities in human body. The spiritual heart is the source of all emotions. For this reason, in order to educate emotions, first of all, it is necessary to know well the heart which is the origin of the emotions. Spiritual heart in the Qur'an is described as the locus of faith, the source of emotions, the command center of behavior, and the mind. In addition, in the Qur'an and Hadiths, it is also mentioned how the position of emotions in the heart should be, how to control and educate them, and methods to deal with emotions.

The mind comprehends objects and generates meanings by evaluating the information that is presented to it by sense organs. The spiritual heart must be healthy for mind/intelligence to perform it's task. Considering the effect of heart on mind, it becomes clear that academic education cannot be considered independently of emotional education. People should educate their emotions and try to save themselves from mental depression and extreme behaviors, just as they try to educate and develop their minds and save them from ignorance.

People can feel many emotions during the day. Each emotion emerges in various ways that vary from person to person. These differences are natural as long as they do

not cause negative consequences. However, it is necessary to educate the feelings that harm them and their environment. For emotional education, first the heart must be able to feel and comprehend emotions. That is, the heart should not be in heedlessness. The person, who is vigilant and saves his/her heart from heedlessness, reaches a state of noticing bad desires. With this awareness a strong will not need to go after bad desires. People can want what is good for them, as well as desire what is bad. A person with strong will can get rid of being a slave to bad desires and control her/his emotions. It is also necessary to be moderate and find the middle way in emotions.

In this article, the feelings of love, compassion, sadness, patience, and anger are examined in the context of Hadiths. According to Prophet Mohammed, love should be first towards Allah and then towards those who love Allah. Love should not be too much because excessive love prevents people from seeing the truth. Compassion is born as a result of sincere love. Sadness gives people pain, unhappiness and distress. Sadness, after being reasonably experienced, fades over time with patience. All of the children of our Prophet died while he was alive, except for his daughter Fatima. The Prophet grieved and cried for each of his children who passed to the afterlife. The attitude of Prophet after the loss of a relative is an example of legitimate sadness. Anger also occurs in various situations such as exposure to unfair treatment. When a person is angry, she/he uses words and actions that she/he may regret later. To prevent the angry person from engaging in harmful activities, Prophet ordered that anger should be in control and made some recommendations.

The research contains Hadiths of the Prophet which mentions about reactions to various emotions and his advice on the legitimate use of emotions. When we look at these Hadiths, it is seen that the Prophet showed his love, wept from his sadness, his face reddened from anger, and he tried to endure the pain of troubles. Therefore, it has been determined that it is necessary to try to educate emotions without suppressing them or releasing them completely.

### **Giriş**

Dünyadaki olayların sebebini anlamak için öncelikle insanı anlamak, insanı anlamak için de empati kurmak gerekmektedir. Empati, “Bir kişinin kendisini karşısındaki kişinin yerine koyarak olaylara onun bakış açısıyla bakması, o kişinin duygularını ve düşüncelerini doğru olarak anlaması, hissetmesi”<sup>1</sup> demektir. İnsan, akli ve duygularıyla hareket etmektedir. Aklın işlevini tam anlamıyla yerine getirebilmesi duyguların doğru bir şekilde kullanımıyla mümkün olmaktadır. Dolayısıyla bireylerin iyi ya da kötü muamelelerini anlamak için onların duygu durumlarını anlamaya çalışmak icap etmektedir.

Kur’an’da düşünme ve harekete geçirme fiili hem akla hem de kalbe atfedilmektedir. Ayetlerde insanın akli yanında duygularına da hitap edilmek suretiyle bu gerçeğe işaret edilmektedir. Allah’ın varlığına ve birliğine iman

---

<sup>1</sup> Gülüşan Göcen, “Empati ve Din -Türkiye’de Yardımlaşma ve Dindarlık Üzerine Psiko-Sosyal Bir Araştırma-”, *Sakarya Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi* 14, no. 25 (2012): 275.

çağrısında gökyüzünden ve yeryüzünden deliller sunulmak suretiyle akıl esas alınmaktadır.<sup>2</sup> Bununla birlikte iman edip salih amel işleyenlere cennetin vaat edilmesi inkâr edenlere ise içerisinde çetin azabın bulunduğu cehennemden bahsedilmesi kalpteki umut ve korku duygularının muhatap alındığını göstermektedir.<sup>3</sup> Ayetlerde insana yaklaşım biçimleri incelendiğinde insanın doğru ile yanlış tefrik etmesi ve davranışları yönetmesi selim akıl ve eğitilmiş duyguların işbirliği sayesinde olduğu müşahede edilmektedir. Zira iman için tek başına aklın Allah'ın bilgisine sahip olması yeterli olmayıp kalben bu bilginin tasdik edilmesi gerekmektedir.

Çocukları geleceğe hazırlamak, meslek edindirmek üzere verilen akademik eğitimler sadece akıl odaklı bir eğitimi hedeflemektedir. Öyle ki kalbin varlığı inkâr edilircesine duygudan yoksun bir eğitim verilmektedir. İnsanın yaratılışına aykırı olan bu eğitim şekli beraberinde kontrolsüz duyguların yol açtığı bireysel ve toplumsal problemleri getirmektedir. Örneğin aşırı sevgi sevileni herkesten ayrı tutup kayırmaya, kontrolsüz öfke şiddete, yaşanan üzücü olaylara sabredememek ruhsal bunalımlara sürüklemektedir. Duygu eğitimi bu olumsuz sonuçların azaltılması, hatta ortadan kaldırılmasında büyük bir öneme sahiptir.

*"Her duygunun meşru kullanma yeri ve yönü bulunmaktadır."*<sup>4</sup> Duygu eğitimiyle duyguların hangi durumlarda, kimlere karşı istimal edilmesi gerekiyorsa o istikamete yönlendirilmesi ayrıca duygularda dengenin gözetilmesi amaçlanmaktadır. Hz. Peygamber de hayatı boyunca çeşitli duygular yaşamış ve hangi olaylar karşısında nasıl duygusal tepkiler verilmesi gerektiği konusunda rehberlik etmiştir. Sevdiğine sevgisini göstermiş, ümmetine merhametle yaklaşmış, üzüldüğünde ağlamış, sıkıntılara sabretmiş, öfkeli olduğunda kızmış ve duyguların meşru kullanımı hakkında ashabını bilgilendirmiştir.<sup>5</sup> Hz. Peygamber'in duygularını ifade

<sup>2</sup> Abese 80/24-32.

<sup>3</sup> Abese 80/33-42.

<sup>4</sup> İbrahim Canan, *Hadis Ansiklopedisi Kütüb-i Sitte Tercüme ve Şerhi* (Ankara: Akçağ Yayınları, 2021), 12: 298.

<sup>5</sup> Ebû Abdillâh Muhammed b. İsmâîl b. İbrâhîm el-Cu'fî Buhârî, *el-Câmi'u's-Sahîh* (Mısır: Matbaatul Kübra el-Emriyye, 1895), "Edeb", 8: 7 (No. 5997, 5998); Ebü'l-Hüseyn Müslim b. el-Haccâc Müslim, *el-Câmi'u's-Sahîh*, nşr. Muhammed Fuâd Abdülbâkî (Kahire: Matbaatu İsâ el-Bâbî el-Halebî ve Şürekâuhû, 1955), "Zühd", 4: 2295 (No. 2999); Ebû İsâ Muhammed b. İsâ Tirmizî, *es-Sünen*, nşr. Ahmed Muhammed Şâkir vd. (Mısır: Mektebetu ve Matbaatu Mustafa el-Bâbî el-Halebî, 1975), "Fiten", 4: 483 (No. 2191).

ediş şekilleri ve çeşitli duygular hakkında ashâbı özelinde bütün Müslümanlara uyarıları hadisler aracılığıyla günümüze kadar ulaşmış ve duygu eğitiminde Hz. Peygamber'in örnek alınmasını sağlamıştır. Bu makalede hadislerden yola çıkarak bazı duygular özelinde duygu eğitimine değinilecektir.

### 1. Duygu Kavramı

Duygu soyut bir kavram olması sebebiyle onun tanımlaması yapılırken bu soyut yapının tezahürleri, duyguyu yaşayanların tecrübeleri, bu tecrübelere etki eden çevre ve din gibi faktörler dikkate alınarak çeşitli tanımlar geliştirilmiştir. Sözlükte duygu, *“Duyularla algılama, his, belirli nesne, olay veya bireylerin insanın iç dünyasında uyandırdığı izlenim”*<sup>6</sup> demektir. Psikolog Morgan'a göre, *“His, bir şeye karşı içte oluşan bir duygusal tepkinin farkında oluşturmaktadır.”*<sup>7</sup> Duygu yerine kullanılan his kelimesi, *“sezgi, idrak,<sup>8</sup> duygu organları ile algılanabilen varlıkların kendisi ile algılandığı kuvvet”*<sup>9</sup> anlamlarına gelmektedir. His, duygular ortaya çıkmadan önce onları sezmemizi sağlamaktadır. Böylece taşkın duyguları yatıştırmak için önlem almamıza imkân tanımaktadır.

Sevgi, nefret, öfke, merhamet, hüzn, kıskançlık, korku gibi sayısız duyguya ev sahipliği yapan kalp, duyguların kaynağı olmaktadır. İnsan gün içerisinde birçok duyguyu hissedebilmektedir. Duygular ortaya çıkış şekillerine göre olumlu ya da olumsuz hale bürünebilmektedir. Kur'an ve hadislerde duyguların kalpteki konumlarının nasıl olması gerektiğine, kontrol altına alınıp eğitilmesine ve duygularla baş edebilme yöntemlerine değinilmektedir. Bu noktada kalbin işlevleri ve istekleri dikkate alınarak duygu eğitimi gerçekleştirilmeye çalışılmaktadır.

Hz. Peygamber, *“Âdemoğlunun kalbinde bütün arzu vadilerine uzanan yollar vardır. Allah, kalbini bütün bu yollara açmış olan kişiyi bunların hangisinde helâk ettiğini önemsemez, fakat kim Allah'a güvenirse Allah onu arzularının keşmekeşliğinden kurtarır.”*<sup>10</sup> hadisinde kalbe yerleştirilen isteklere karşı

<sup>6</sup> Nurhan Er, “Duygu Durum Sifat Çiftleri Listesi”, *Psikoloji Çalışmaları* 26, (2006): 23.

<sup>7</sup> Clifford T. Morgan, *Psikolojiye Giriş*, çev. Sirel Karakaş (Konya: Eğitim Kitapevi Yayınları, 2010), 206.

<sup>8</sup> Ebû'l-Fadl Cemalüddîn Muhammed b. Mükerrrem İbn Manzûr, *Lisânu'l-Arab* (Beyrut: Dar Sader, 1993), 6: 51.

<sup>9</sup> Ebû'l-Kâsım Hüseyin b. Muhammed b. el-Mufaddal Râğib el-İsfahânî, *Müfredât'ü fi Garibi'l-Kur'an*, thk. Safvân Adnân Dâvûdî (Şam: Dar Al Kalam, 1992), 231.

<sup>10</sup> Ebû Abdillâh Muhammed b. Yezîd İbn Mâce, *es-Sünen*, nşr. Muhammed Fuâd Abdülbâkî (Kahire: Dârü İhyâ'i Kütübi'l-Arabiyye, 1953), “Zühd”, 2: 1395 (No. 4166).

dikkatli olunmasının önemini vurgulamaktadır. Zira bu istekler kalbimizi biçimlendirerek duygularımıza yön vermektedir. Duyguları eğitebilmek için öncelikle duyguların menşei olan kalbi iyi bir şekilde tanımak gerekmektedir.

## 2. Kalp ( قلب )

Kalp kelimesi sözlükte “bir şeyi çevirmek, tersine döndürmek, onu bir şekilden başka bir şekle değiştirip dönüştürmek”<sup>11</sup> anlamlarına gelir. Kalbin bir diğer anlamı, insan bedeninde bulunan ve kan dolaşımını sağlayan organdır.<sup>12</sup> Bu anlamdaki kalp manevi olarak Kur’an’da imanun mahalli, duyguların kaynağı, davranışların komuta merkezi ve akıl olarak nitelendirilmektedir.

Kur'an ve hadislerde kalp manasında “fuad (فؤاد), sadr (صدر), İübb (لب)” gibi terimler de kullanılmaktadır.<sup>13</sup> Fuad tıpkı kalp gibi olup “yanma, tutuşma, kızartma” demektir. Kalbin yanıp tutuşma hali dikkate alındığında kalp, fuad olmaktadır.<sup>14</sup> Türkçede bu durum gönül (kalp) ve yürek (fuad) olarak ifade edilmektedir.<sup>15</sup> Kur’an’da fuad çoğunlukla çoğul “ef’ide” (افئدة) formunda görülmektedir. Örneğin, “وَجَعَلَ لَكُمُ السَّمْعَ وَالْأَبْصَارَ وَالْأَفْئِدَةَ لَعَلَّكُمْ تَشْكُرُونَ” (Şükredesiniz diye size kulaklar, gözler, kalpler verdi).<sup>16</sup> Göğüs anlamındaki sadr ile “إِنَّ اللَّهَ عَلِيمٌ بِذَاتِ الصُّدُورِ” (Allah göğüslerde olanı bilir)<sup>17</sup> ayetinde olduğu gibi dolaylı olarak kalbe işaret edilmektedir.<sup>18</sup> Lübb, “bir şeyin özü, şaibeden arınmış, saf, bozulmamış akıl”<sup>19</sup> manalarıyla kalbin bilgi ve düşünce boyutunu temsil etmektedir. Kur’an’da ulu’l-elbâb şeklinde yer alıp “يَا أُولِي الْأَلْبَابِ” (Ey akıl sahipleri!)<sup>20</sup> nidasıyla geçmektedir.

Kur’an’da “kalp” kelimesinin sözlükteki fiil anlamıyla geçtiği birçok ayet bulunmaktadır. Bunlardan; “Allah geceyi gündüze, gündüzü geceye çevirir” (يُقَلِّبُ )<sup>21</sup> “Onların gönüllerini ve gözlerini ters çeviririz” (وَنُقَلِّبُ أَفْئِدَتَهُمْ )<sup>21</sup>, “Allah gıyâ ve gıyâları ters çevirir” (وَنُقَلِّبُ أَفْئِدَتَهُمْ وَالْأَبْصَارَ )<sup>21</sup>, “Onların gönüllerini ve gözlerini ters çeviririz” (وَنُقَلِّبُ أَفْئِدَتَهُمْ وَالْأَبْصَارَ )<sup>21</sup>.

<sup>11</sup> Süleyman Uludağ, “Kalb”, *Türkiye Diyanet Vakfı İslâm Ansiklopedisi* (İstanbul: TDV Yayınları, 2001), 24: 229.

<sup>12</sup> Uludağ, “Kalb”, 230.

<sup>13</sup> Uludağ, “Kalb”, 230.

<sup>14</sup> Râğıb el-İsfahânî, 646.

<sup>15</sup> Mütercim Âsım Efendi, *Kâmûsu’l-Muhît Tercümesi* (İstanbul: Türkiye Yazma Eserler Kurumu Başkanlığı, 2013), 1: 617.

<sup>16</sup> en-Nahl 16/78; Ayrıca bkz. el-En’âm 6/110, 113; İbrâhîm 14/37, 43; el-Mü’minûn 23/78; es-Secde 32/9; el-Ahkâf 46/26; el-Mülk 67/23; el-Hümeze 104/7.

<sup>17</sup> Âl-i İmrân 3/119; Ayrıca bkz. el-Enâm 6/125; el-A’râf 7/2; Hûd 11/12; el-Hicr 15/97; en-Nahl 16/106; Tâhâ 20/25; eş-Şuarâ 26/13; ez-Zümer 39/22; el-İnşirâh 94/1.

<sup>18</sup> Uludağ, “Kalb”, 230.

<sup>19</sup> Râğıb el-İsfahânî, 733.

<sup>20</sup> el-Bakara 2/179, 197, 269; Âl-i İmrân 3/7, 190; el-Mâide 5/100; Yûsuf 12/111; er-Ra’d 13/19; İbrâhîm 14/52; Sâd 38/29, 43; ez-Zümer 39/9, 18, 21; el-Mü’min 40/54; et-Talâk 65/10.

<sup>21</sup> Nûr 24/44.

وَأَبْصَارَهُمْ<sup>22</sup> ayetleri yanında “İmandan gerisin geri dönenler”,<sup>23</sup> “Hz. Peygamber’e sırt çevirenler”,<sup>24</sup> “Kiblenin değişmesi için Hz. Peygamber’in yüzünü göğe doğru çevirmesi”,<sup>25</sup> “Ashab-ı kehf’in uykularında sağa sola çevrilmeleri”<sup>26</sup> ifadeleri için de aynı kelime kullanılmıştır.

İnsan vücudunun göğüs boşluğunda yer alan organa “kalp” adının verilmiş olması onun manen çok değişken oluşundan kaynaklanmaktadır.<sup>27</sup> Çünkü kalp, aklın iyi ile kötüyü ayırt etmesinden sonra iyi olana meyledebileceği gibi kötü olana da meyledebilmektedir. İman ettikten sonra gerisin geri küfre dönebilmektedir. Bu nedenle Hz. Peygamber, kalplerin İslamiyet ve hidayet üzerinde sabit kalması için Allah’a dualar etmiştir.<sup>28</sup> Ayrıca kalbin durumunu boş arazide savrulan tüye benzeterek<sup>29</sup> kalbin kötülöklere kaymasından Allah’a sığınmış<sup>30</sup> ve “Ey kalpleri çeviren Allah’ım! Bizim kalplerimizi taâtına çevir!”<sup>31</sup> diyerek niyazda bulunmuştur.

Kur’an’a göre, Cebrail (a.s) vahyi Hz. Peygamber’in kalbine indirmiştir.<sup>32</sup> İmanın gerçekleşmesi için kalbin tasdiki şarttır. Kalb-i selim<sup>33</sup> (tertemiz kalp) sahipleri şirkten, küfürden, kötü huylardan, cehaletten uzak;<sup>34</sup> kibir, haset, öfke, cimrilik gibi olumsuz duygulardan arınmış kişilerdir.<sup>35</sup> Kur’an’da iman etme ve akletme kabiliyeti kalbe nispet edilmiş,<sup>36</sup> vicdan, şuur, duygu, karakter, nefis, ilim ve anlayış kalbin işlevleri olarak sayılmıştır.<sup>37</sup> Ayrıca kalplerin çeşitli halleri ayetlerle açıklanmaktadır. Örneğin; şahitliği gizleyenin

<sup>22</sup> el-En’âm 6/110.

<sup>23</sup> Âl-i İmrân 3/144, 149.

<sup>24</sup> el-Bakara 2/143.

<sup>25</sup> el-Bakara 2/144.

<sup>26</sup> el-Kehf 18/18; Ayrıca bkz. Âl-i İmrân 3/127, 174; el-Mâide 5/21; el-A’râf 7/125; et-Tevbe 9/95; Yûsuf 12/62; en-Nahl 16/46; el-Kehf 18/36; el-Hac 22/11; eş-Şuarâ 26/50; el-Ankebût 29/21; el-Ahzâb 33/66; ez-Zuhruf 43/14; el-Fetih 48/12; el-Mülk 67/4; el-Mutaffifîn 83/31; el-İnşikâk 84/9.

<sup>27</sup> Râğıb el-İsfahânî, 681. (قلب الإنسان قيل: سمي به لكثرة نقله.)

<sup>28</sup> Tirmizî, “Deavât”, 5: 573 (No. 3587); İbn Mâce, “Mukaddime”, 1: 72 (No. 199); “Dua”, 2: 1259 (No. 3830).

<sup>29</sup> İbn Mâce, “Mukaddime”, 1: 34 (No. 88).

<sup>30</sup> Ebû Abdîrrahmân Ahmed b. Şuayb b. Alî Nesâî, *es-Sünen*, nşr. Abdulfettah Ebu Gudde (Halep: Mektebû’l-Matbu’âtü’l-İslâmiyye, 1986), “İstiaze”, 8: 255 (No. 5443).

<sup>31</sup> Müslim, “Kader”, 4: 2045 (No. 2654).

<sup>32</sup> el-Bakara 2/97.

<sup>33</sup> eş-Şuarâ 27/89; es-Sâffât 37/84.

<sup>34</sup> *Kur’an Yolu Türkçe Meâl ve Tefsir*, çev. Hayreddin Karaman vd. (Ankara: Diyanet İşleri Başkanlığı Yayınları, 2012), 4: 158.

<sup>35</sup> *Kur’an Yolu Türkçe Meâl ve Tefsir*, 4: 541.

<sup>36</sup> Âl-i İmrân 3/167; en-Nahl 16/22; el-Kehf 18/57; el-Fetih 48/4; el-Hucurât 49/7.

<sup>37</sup> Âl-i İmrân 3/8, 103; el-En’âm 6/25; el-Enfâl 8/24; en-Nahl 16/108; el-Hac 22/35.

kalbi günahkârdır.<sup>38</sup> Hz. Peygamber'in kalbi Allah'ın kendisine lütfettiği merhamet sayesinde kaba, katı değil yumuşaktır.<sup>39</sup> Daima Allah'a yönelenlerin kalpleri samimidir (kalb-i münîb).<sup>40</sup> Kâfirlerin, kendini beğenmiş zorbaların, arzularını tanrı yerine koyanların ve münafıkların kalpleri mühürlenmiştir.<sup>41</sup> Ayetleri inkâr edenlerin kalpleri kararmıştır.<sup>42</sup> Mühürlü ve kararmış kalbe sahip olanlar artık anlayıp kavrayamazlar. Onların kalpleri işlevlerini yitirmiştir.

İslam düşüncesinde kalp, duygu ve düşüncelerin kaynağı olmasıyla önemli bir konuma sahiptir. Bu durumu vurgulamak üzere Hz. Peygamber, *"İyi bilin ki, vücutta bir et parçası vardır. O iyi olduğunda bütün vücut iyi olur. O bozuk olduğunda bütün vücut bozulmuş olur. İyi bilin ki, bu (et parçası) kalptir!"*<sup>43</sup> buyurmuştur. Maddi-manevi sağlık kalbin bozulmamış olmasıyla yani sağlam ve selim kalp ile mümkündür. Selim kalp, iyi ve kötünün ölçüsü olmaktadır. Bununla ilgili olarak Hz. Peygamber, *"İyi ve sevap, canın kendisiyle sükûn, kalbin kendisiyle huzur bulunduğu şeydir. Kötü ve günah ise insanın içine oturan, insanın gönlünde gidip gelen şeydir!"*<sup>44</sup> demektedir. Böylece insan kalbi sorumlu olmaktadır. Hz. Peygamber, *"Emanet gökten insanların kalplerinin derinliğine iner. İnsanlar Kur'an okuyarak ve sünneti öğrenerek emaneti korurlar."*<sup>45</sup> hadisiyle bu sorumluluğa işaret etmektedir. Emaneti yüklenen kalp iman ile küfür arasında tercih yapmaktadır. Zira Rasûlullah, *"Bir kişinin kalbinde aynı anda iman ile küfür, doğruluk ile yalancılık, hıyanet ile emanet bir arada bulunmaz."*<sup>46</sup> buyurmaktadır. Kişinin imanının ancak kalbin kesin onayı ile gerçekleştiğine ise *"İman; kalp ile tasdik, dil ile (kelime-i şehadet-i söylemek sureti ile) ikrar ve organlar ile amel (namaz, oruç, zekât, hac gibi) etmektir."*<sup>47</sup> rivayetinde değinilmiştir. Ameller imanın bir göstergesi olup kalpte başlamaktadır.

Bir kalbe iman yerleştikten sonra artık orada duyguların olumsuz

<sup>38</sup> el-Bakara 2/283.

<sup>39</sup> Âl-i İmrân 3/159.

<sup>40</sup> Kâf 50/33. (بِقَلْبٍ مُّنبِيبٍ)

<sup>41</sup> en-Nahl 16/108; el-Mü'min 40/35; el-Câsiye 45/23; Muhammed 47/16; el-Münâfikûn 63/3.

<sup>42</sup> el-Mutaffifîn 83/14.

<sup>43</sup> Buhârî, "İman", 1: 20 (No. 52); İbn Mâce, "Fiten", 2: 1318 (No. 3984); Ebû Muhammed Abdullah b. Abdirrahmân b. el-Fazl Dârimî, *es-Sünen*, thk. Hüseyin Selim Esed ed-Dârânî (Suudi Arabistan: Dârü'l-Muğnî li'n-Neşr ve't-Tevzi', 2000), "Büyû", 3: 1647 (No. 2573).

<sup>44</sup> Dârimî, "Büyû", 3: 1649 (No. 2575).

<sup>45</sup> Buhârî, "İtisâm ve sünnet", 9: 92 (No. 7276).

<sup>46</sup> Ahmed b. Hanbel, *Müsned*, nşr. Ahmed Muhammed Şâkir (Kahire: Dârü'l-Hadis, 1995), 8: 359 (No. 8575).

<sup>47</sup> İbn Mâce, "Mukaddime", 1: 25 (No. 65).



yönlerine yer yoktur. “Kulun kalbinde iman ile haset bir arada olamaz”<sup>48</sup> ve “İman ile cimrilik mümin kimsenin kalbinde birleşmez”<sup>49</sup> diye buyuran Hz. Peygamber kötü duyguların prensip olarak benimsenmesine karşı uyarılmaktadır. Cimrilik ve haset gibi duygular insanda mevcut olup zaman zaman ortaya çıkmaktadır. Burada önemli olan bu kötü duyguların kalpte imanın önüne geçen hâkim güç haline getirilmeden kontrol altında tutulmasıdır. Hz. Peygamber mümin kimsenin kalbi için çeşitli benzetmelerde bulunmaktadır. “İnsanlar ineb'e yani üzüme, kerm diyorlar. Kerm, ancak müminin kalbidir”<sup>50</sup> hadisinde iman edenin kalbi kerm olarak nitelendirilmektedir. Cahiliye döneminde Araplar, üzümünden elde edilen şaraba cömertliğin kaynağı olarak kerem (cömertlik) lafzından kısaltarak kerm demektedirler.<sup>51</sup> Hz. Peygamber ise cömertliğin asıl kaynağının müminin kalbi olduğunu söylemektedir. Bütün duyguların kaynağı olan kalp imana açılırsa ilahi bir eğitim vuku bulur ki orada güzel duygular yeşermeye başlar. Müminin kalbinden cimrilik yerine cömertlik neşet eder. Bir başka hadiste Hz. Peygamber, “İnsanların hangisi daha faziletlidir?” sorusuna, “Kalbi mahmûm (pak) ve dili çok doğru olan her mümin kişi” cevabını vermiştir. Devamında mahmûm kalbin; Allah'tan korkan, tertemiz bir kalp olduğunu onun içinde günah, zulüm, yaratıklara karşı kötülük, kin, haset olmadığını açıklamıştır.<sup>52</sup> İmanla birlikte güzelliğe kapılarını açan kalp desteklenir ve duygu eğitimi sağlanırsa erdemli seviyeye ulaşılmış olunmaktadır. Böyle kişinin kalbi de hadiste geçtiği üzere mahmûm (pak, tertemiz) olmaktadır.

Hadislerde kalbin farklı durumlarına değinilerek kalpteki çeşitli duygulardan ve isteklerden bahsedilmiştir. Bunlardan yukarıda geçen kerm ve mahmûm kalbin yanında şunlar da sıralanabilir;

Genç kalp: İnsan yaşansa da mal biriktirip çoğaltma sevgisi ve uzun yaşama umudu kalbinde genç kalmaktadır.<sup>53</sup>

Mahzun kalp: Hastalanan kişi için veya bir ölünün ardından kalpler

<sup>48</sup> Nesâî, “Cihad”, 6: 12 (No. 3109).

<sup>49</sup> Nesâî, “Cihad”, 6: 13 (No. 3110-3115).

<sup>50</sup> Buhârî, “Kitabu'l-Edeb”, 8: 42 (No. 6183).

<sup>51</sup> Zeynüddîn Ahmed b. Ahmed b. Abdillatîf ez-Zebîdî, *Sahîh-i Buhârî Muhtasarı Tecrîd-i Sarîh Tercümesi ve Şerhi*, çev. Ahmed Naim - Kâmil Miras (İstanbul: Diyanet İşleri Başkanlığı Yayınları, 2019), 8: 408.

<sup>52</sup> İbn Mâce, “Zühd”, 2: 1409 (No. 4216).

<sup>53</sup> Buhârî, “Kitabu'r-Rikâk”, 8: 89 (No. 6420); Müslim, “Zekât”, 2: 724 (No. 1046, 1047); Tirmizî, “Zühd”, 4: 570 (No. 2338); İbn Mâce, “Zühd”, 2: 1415 (No. 4233, 4234).

üzülmektedir.<sup>54</sup>

Merhametli kalp: Üzüntüsünden dolayı gözyaşı dökenlerin,<sup>55</sup> çocuklara duyduğu sevgiden dolayı onları öpenlerin kalplerine Allah merhameti yerleştirmiştir.<sup>56</sup>

Katı kalp: Allah'ı zikretmeden sözü uzatanların ve Allah'tan uzak olanların kalpleri katılaşmaktadır. <sup>57</sup> Kalp katılaşınca artık içerisinde merhamet barındırmaz olur.<sup>58</sup>

Siyahlaşmış kalp: *"Kul bir günah işlediği zaman kalbinde siyah bir nokta oluşur. Bundan vazgeçip töbe ve istiğfar ettiği zaman kalbi parlatılır. Günaha devam ederse siyah nokta artırılır ve sonunda tüm kalbini kaplar."*<sup>59</sup> *"Fitneler kalbe işledikçe siyah bir nokta oluşmaktadır."*<sup>60</sup>

Perdelenen kalp: *"Benim kalbim de perdelenir ve ben günde yüz defa Allah'tan bağışlanma dilerim."*<sup>61</sup>

Mühürlü kalp: *"Ya birtakım kimseler Cuma namazlarını terk etmekten vazgeçerler ya da Allah onların kalplerini mühürler ve onlar artık gafillerden olurlar."*<sup>62</sup>

İnanç, güzel ahlak ve iyi niyet kalbi sağlam bir kavrayış ve olumlu duyguların sahibi haline getirmektedir. İnançsızlık, günahkârlık ve kötü ahlak ise akletme ve duyguları kontrol etme özelliklerini kaybettirerek kalbi manevi güzelliklerden yoksun hale getirmektedir. Böylece kalp katılaşma, kararma, perdelenme, mühürlenme gibi birçok manevi hastalıkla karşı karşıya kalmaktadır. <sup>63</sup> Kalpleri iyileştirmenin ve sağlığının devamını sağlamanın yolu iman ve duygu eğitiminden geçmektedir.

### 3. Duygu Eğitimi

İnsanın zihni ile kalbi ayrılmaz bir bağla birbirlerine bağlıdırlar. Zihin, duyu organlarının kendisine sunduğu verileri değerlendirerek nesnelere kavrar ve anlamlar çıkarır. Zihnin/zekânın bu görevi gerçekleştirebilmesi için manevi kalbin sağlıklı olması gerekmektedir. Eğer kalp, *"bayağı arzularını*

<sup>54</sup> Buhârî, "Cenaiz", 2: 84 (No. 1304); Nesâî, "Cenaiz", 4: 19 (No. 1859).

<sup>55</sup> Süleymân b. el-Eş'as b. İshâk es-Sicistânî el-Ezdî Ebû Dâvûd, *es-Sünen*, nşr. Muhammed Muhyiddin Abdülhamid (Beirut: Mektebetü'l-Asriyye, 1950), "Cenaiz", 3: 193 (No. 3125).

<sup>56</sup> Müslim, "Fedâil", 4: 1808 (No. 2317).

<sup>57</sup> Tirmizî, "Zühd", 4: 607 (No. 2411).

<sup>58</sup> Tirmizî, "Birr ve Sıla", 4: 323 (No. 1923); Ebû Dâvûd, "Edeb", 4: 286 (No. 4942).

<sup>59</sup> Tirmizî, "Tefsîru'l-Kur'an", 5: 434 (No. 3334).

<sup>60</sup> Müslim, "İman", 1: 128 (No. 144).

<sup>61</sup> Müslim, "Zikir", 4: 2075 (No. 2702).

<sup>62</sup> Nesâî, "Cum'a", 3: 88 (No. 1369).

<sup>63</sup> Özafşar vd., *Hadislerle İslâm*, 3: 65.

*tanrılaştırır*sa”<sup>64</sup> artık göz görmez, kulak duymaz olur ki bunun neticesinde zihin de kavrayamaz hale gelir.<sup>65</sup> Dolayısıyla insanı diğer canlılardan ayıran özelliği tek başına zekâ değil aynı zamanda zekâ ile sıkı ilişkisi olan manevi kalptir.

Kalbin insan fiillerindeki baskın konumu Kur’an’da, “Onlara imanın amacı konusunda açık işaretler verdik; onlar, bütün bu bilgilerin kendilerine tevdi edilmesinden sonradır ki, aralarındaki kıskançlıktan dolayı farklı görüşlere sarıldılar.”<sup>66</sup> ayetiyle açıklanmaktadır. İlahi mesajın siyak ve sibakına baktığımızda özelde İsrailoğulları olmak üzere hevalarına kapılıp bile gerçekleri görmezden gelenler ele alınmaktadır. Tevrat’ta son peygamber hakkında açıklamalar yapılmış ve ona iman edilmesi istenmiştir. İsrailoğullarının bu açıklamalarda yer alan son peygamberin Hz. Muhammed (s.a.v) olduğunu delilleriyle, açık bir şekilde bilmelerine rağmen iman etmemelerinin sebebi tamamen duygusaldır. Çünkü kendi soylarından birinin peygamber olmasını istiyorlardı. Arzularının yerine gelmemiş olması onları düşmanca duygulara yönlendirerek hasetlerinin esiri haline getirmiş böylece ayrılığa düşmelerine neden olmuştur.<sup>67</sup>

Kalbin zihin üzerindeki etkisi dikkate alındığında akademik eğitimin duygu eğitiminden bağımsız düşünülemediği ortaya çıkmaktadır. Zekâ seviyesinin (IQ) kaliteli yaşam ve başarı için yeterli olmadığının anlaşılmasından sonra duygu eğitiminin önemi giderek artmaktadır. Bu yönde yapılan araştırmalar bilime duygusal zekâ (EQ) kavramını kazandırmıştır. “Duyguları yönetme, yönlendirme becerisi” olarak tanımlanan duygusal zekâ ilk defa 1990’da kullanılmış ve halen üzerinde çalışmalar yapılmaktadır.<sup>68</sup> Duygu eğitimi ise duyguları yönetme kabiliyetini kazanmanın, duygusal zekâyı geliştirmenin birinci basamağı olmaktadır.

İnsan zihnini nasıl eğitip geliştirmeye, cahillikten kurtarmaya çalışıyorsa aynı şekilde duygularını da eğitip kendisini ruhsal bunalımlardan, aşırı

<sup>64</sup> el-Furkân 25/43.

<sup>65</sup> el-A’râf 7/179. “Andolsun biz, cinlerden ve insanlardan birçoğunu cehennem için yarattık. Bunların kalpleri vardır ama onlarla kavrayamazlar; gözleri vardır ama onlarla göremezler; kulakları vardır ama onlarla işitemezler. Onlar hayvanlar gibidir, hatta daha da şaşkındırlar. İşte asıl gafiller onlardır.”

<sup>66</sup> Muhammed Esed, *Kur’an Mesajı Meal-Tefsir*, çev. Cahit Koytak - Ahmet Ertürk (İstanbul: İşaret Yayınları, 2002), el-Câsiye 45/17.

<sup>67</sup> Nâsirüddîn Ebû Saîd Abdullâh b. Ömer b. Muhammed el-Beyzâvî, *Envârü’t-Tenzîl ve Esrârü’t-Te’vîl*, haz. Muhammed Abdurrahman el-Maraşlı (Beyrut: Dar-u İhya’it-Turas’il-Arabi, ts.), 5: 107.

<sup>68</sup> Nuran Bayrak, "Kur’an’da Kıssa Temelli Duygu Eğitimi" (Yüksek Lisans tezi, Atatürk Üniversitesi, 2018), 37-38.

davranışlardan kurtarmaya çalışmalıdır. Zira bir işte ehil olmak için tek başına işin işleyiş bilgisine sahip olmak yeterli değildir. Bunun yanında iş ahlakına da sahip olunmalıdır. İş arkadaşlarının kıskanılması, olumsuzluklar karşısında öfkeye hâkim olunamayıp iş yerinde agresif hareketlerin sergilenmesi duygu eğitiminden yoksun çalışanın bireysel başarısına, işinde tutunmasına engel olmakta ve çevresine zarar vermesine neden olmaktadır.

Kur'an'da duygu eğitiminden mahrum olanların özellikleri sıralanarak duygu eğitimi için neler yapılması gerektiğine ışık tutulmaktadır. Kehf suresinin 28. ayetinde, Hz. Peygamber ile din hakkında görüşmek için gelen müşriklerin Hz. Peygamber'in yanında bulunan fakir müminleri oradan uzaklaştırmak istemelerinden bahsedilmektedir.<sup>69</sup> Bu müşrikler Kureyş'in ileri gelenleri olmaları hasebiyle kendilerini fakir müminlerden üstün sayıp onlarla aynı ortamda bulunmayı bir aşağılık olarak görmekteydiler. Ancak Hz. Peygamber'in de dediği gibi, *"Allah sizin suretlerinize ve mallarına bakmaz. O ancak sizin kalplerinize ve amellerinize bakar."*<sup>70</sup> Kişiyi üstün kılan maddi zenginlik değil manevi olarak kalbin imanla ve güzel duygularla dolu olmasıdır. Yine bir başka hadiste, *"Zenginlik mal çokluğu değildir. Asıl zenginlik, insanın gönül zenginliğidir."*<sup>71</sup> buyurulmaktadır. Ayetin devamında Kureyşli müşriklerin zenginliği mal çokluğunda aramalarının nedeni doğruyu kavramakta gafil kalmış kalpleri olduğu açıklanmaktadır. *"...Bizi anmaktan kalbini gafil kıldığımız, kötü arzularına uymuş ve işi gücü aşırılık olan kimseye boyun eğme!"*<sup>72</sup> Bu ayetten yola çıkarak duygu eğitimini gerçekleştirebilmenin yolları şöyle sıralanabilir.

Kalbi gafil olmaktan kurtarmak: Gaflet, *"Dünya veya ahiret hayatı için gerekli olan bir şeyin önemini kavrayamama, bir şeyin gerekliliği ortada iken bunu idrak edememe ve nefsin kendi arzusuna uymasıdır."*<sup>73</sup> Kur'an'da hevâlarına kapılmış, kalbin kötü arzularının kölesi olmuş kişilerin kalplerinin mühürlenmesiyle gafil bir konuma geldikleri belirtilmektedir.<sup>74</sup> Yaratılış amacına uygun yaşamak ve dünya ile ahiret mutluluğu için çalışmak öncelikle uyanık olmak yani gafil olmamakla mümkündür. Kalbin kötü arzularını fark edip bu isteklerin peşinden gitmemek gerekir. *"Bilesiniz ki*

<sup>69</sup> Kur'an Yolu Türkçe Meâl ve Tefsir, 3: 549-550.

<sup>70</sup> Müslim, "Birr ve Sıla", 4: 1987 (No. 2564).

<sup>71</sup> Buhârî, "Rikak", 8: 95 (No. 6446).

<sup>72</sup> el-Kehf 18/28.

<sup>73</sup> Süleyman Uludağ, "Gaflet", Türkiye Diyanet Vakfı İslâm Ansiklopedisi (İstanbul: TDV Yayınları, 1996), 13: 283.

<sup>74</sup> el-A'râf 7/179.

*gönüller ancak Allah'ı zikrederek huzura kavuşur.*"<sup>75</sup> ayetinden anlaşılacağı üzere kalbi gafletten kurtarmanın, uyanık kılmanın yolu zikirdir.

Zikir, "Allah'ı anmak ve unutmamak suretiyle gafletten ve nisyandan kurtuluş"<sup>76</sup> demektir. Zikir dille, kalple ve organlarla olmak üzere üç şekilde gerçekleşebilmektedir. Allah'ı sözlerle anmak ve şükretmek dil ile yapılan zikir, Allah'ı tanımak ve mahlûkatın sebeplerini kavramak için tefekkür etmek kalp ile yapılan zikir, Allah'ın emir ve yasaklarına uygun hareket etmek ise organlarla yapılan zikirdir.<sup>77</sup> Allah'a dua etmek de bir nevi zikirdir. Hz. Peygamber bir duasında, "Allah'tan korkmayan, itaat etmeyen kalpten Allah'a sığınmıştır."<sup>78</sup> Allah'ı anmaktan gafil olanlar zikirten ve zikrin insana sunduğu erdemden yoksun kalmaları nedeniyle kötü arzularına uyararak kalplerini mutmain kılmaya çalışmaktadırlar.<sup>79</sup> Duygu eğitimi için öncelikle kalbin duyguları hissedebilir, idrak edebilir bir durumda olması yani gafil olmaması gerekmektedir.

Kötü arzuların kölesi olmamak: Kalbini gafletten kurtarıp uyanık hale gelen kişi kötü arzuları fark eden bir konuma ulaşmaktadır. Bu farkındalıkla birlikte kötü arzuların peşinden gitmemek için güçlü bir iradeye ihtiyaç duymaktadır. Başta oruç olmak üzere bütün ibadetler iradeyi güçlendirmeye katkı sağlar. Hz. Peygamber, "Oruç bir kalkandır. Oruçlu, saygısızlık yapmasın, ahlâksızca konuşmasın. Eğer biri kendisiyle dövüşmeye veya sövüşmeye kalkışırsa, iki defa, 'Ben oruçluyum.' desin..."<sup>80</sup> sözüyle orucun kişiyi çeşitli kötülüklerden koruduğuna işaret etmektedir. Bu kötülükler arasında nefsin kötü istekleri, şeytanın vesveseleri, yanlış tutum ve davranışlara karşı duyguların kontrol edilememesi yer almaktadır.<sup>81</sup> Bir sataşmayla veya kerih sözlerle karşı karşıya kalan kişi öfkesinin mağduru olmamak için kalbini yatıştırmaya çalışmalıdır. Zira böyle bir durumda kişinin kalbi, kendisini tahrik edene karşı onu tartaklamak gibi her türlü zarar verici isteklerin muhatabı olabilmektedir. Öfkeyle dolan bu kalbe dur diyebilmek güçlü irade sayesinde olmaktadır.

<sup>75</sup> er-Ra'd 13/28.

<sup>76</sup> Reşat Öngören, "Zikir", *Türkiye Diyanet Vakfı İslâm Ansiklopedisi* (İstanbul: TDV Yayınları, 2013), 44: 409.

<sup>77</sup> Öngören, "Zikir", 409-410.

<sup>78</sup> Müslim, "Zikir ve Dua", 4: 2088 (No. 2722); Ebû Dâvûd, "Vitr", 2: 92 (No. 1548); İbn Mâce, "Dua", 2: 1261 (No. 3837); Nesâî, "İstiaze", 8: 254, 260 (No. 5442, 5458).

<sup>79</sup> Süleyman Pak, "Kur'anın Duyguları Eğitmesi Bağlamında Öfkenin Kontrolü Meselesi", *Cumhuriyet Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi* 16, no. 1 (2012): 73.

<sup>80</sup> Buhârî, "Savm", 3: 24 (No. 1894).

<sup>81</sup> Özafşar vd., *Hadislerle İslâm*, 2: 415.

Öfke duygusunun nerede, ne ölçüde kullanılacağını öğreten duygu eğitiminin pratik hayata aktarılabilmesi de kalbe söz geçirebilen irade dolayısıyla mümkündür. Bu nedenledir ki iradenin sağlam kılınması duygu eğitimi için önemlidir. Nitekim insan kendisi için iyi olanı isteyebileceği gibi kötü olanı da arzulayabilmektedir.<sup>82</sup> Bu istekler akıl süzgecinden geçirilerek doğru ile yanlış ayırt edildikten sonra kalp kötü olana yönelse dahi güçlü iradeye sahip olan kişi bu arzusunun kölesi olmaktan kurtulup duygularını kontrol altına alabilmektedir.

Aşırılıklardan uzak durmak yani itidalli olmak: *“Duygu, düşünce, ahlak ve davranışlardaki denge”*<sup>83</sup> anlamındaki itidal, aşırılığın iki uç noktası olan ifrat ve tefrite sapmadan ölçülü, orta yollu olmayı ifade etmektedir. Kur’an ve hadislerde her türlü konuda aşırılıklar yerilmiş ve itidalli bir hayat sürülmesi istenmiştir.<sup>84</sup> Kur’an’da aşırılığa sapanların, haddi aşanların Allah tarafından sevilmediği bildirilmiştir.<sup>85</sup> Hz. Peygamber de *“Her şeyin bir coşkunluğu olduğu gibi her coşkunluğun da bir durgunluğu vardır. Şayet bu iki hâli yaşayan kimse itidalli olup orta yolu takip edebilirse onun (kurtuluşa ereceğini) umarım. Fakat parmakla gösterilecek hâle gelirse, onu (salih kimselerden) saymayın!”*<sup>86</sup> buyurmaktadır. Duyguların da coşkunluğu ve durgunluğu bulunmaktadır. Ancak duygular ne bastırılmalı ne de tamamen serbest bırakılmalıdır, duygular eğitilmelidir.<sup>87</sup>

Duygu eğitimi küçük yaşlarda anne-baba tarafından verilmeye başlanmalıdır. Çocukların duyguları görmezden gelinmemelidir. Duyguların dışa vurum şekillerinden yola çıkarak çocukların olumlu yaklaşımları onaylanmalı, olumsuz tutumları ise eğitilmelidir.<sup>88</sup> Duygu eğitimi için özellikle çocuğun hislerinin ortaya çıkmasını beklemek gerekmez. Çocukluk döneminde hikâyeler duygu eğitiminde temel rolü üstlenmektedir. Kıssalar biz farkında olmadan duygulara hitap eder ve içselleştirilen karakterler sayesinde duygu eğitiminin gerçekleştirilmesi sağlanır.

Kur’an’da kıssa yöntemi çokça kullanılmaktadır. Başından sonuna kadar

<sup>82</sup> el-İsrâ 17/11. *“İnsan, şerri de hayrı istediği gibi ister. İnsan pek acelecidir!”*

<sup>83</sup> Mustafa Çağrıncı, *“İtidal”, Türkiye Diyanet Vakfı İslâm Ansiklopedisi* (İstanbul: TDV Yayınları, 2001), 23: 456.

<sup>84</sup> Çağrıncı, *“İtidal”, 456.*

<sup>85</sup> el-Bakara 2/190; el-Mâide 5/87.

<sup>86</sup> Tirmizî, *“Sıfâtü'l-Kiyâme”, 4: 635 (No. 2453).*

<sup>87</sup> Bayrak, *Kur’an’da Kıssa Temelli Duygu Eğitimi*, 35.

<sup>88</sup> Tekin Han, *“Kur’an Işığında Duyguların Eğitimi”* (Yüksek Lisans tezi, Iğdır Üniversitesi, 2017), 78.

tek bir kıssanın anlatıldığı Yusuf suresinde “*Andolsun onların kıssalarında akıl sahipleri (ulu'l-elbâb) için ibretler vardır.*”<sup>89</sup> buyurulmaktadır. Duygu eğitiminin çocuklara verilebilmesi için öncelikle ebeveynlerin kendilerini eğitmeleri icap etmektedir. Bu noktada İslam'ın iki temel kaynağı olan Kur'an ve sünnet rehber olmaktadır. Hz. Peygamber'in hadisleri esas alınarak bazı duygular açıklanmaya çalışılacaktır.

#### 4. Bazı Duygular ve Hadislere Göre Eğitimi

Kalplerde nice duygular saklı bulunmaktadır. Her duygu kişiden kişiye değişen çeşitli şekillerde ortaya çıkmaktadır. Bu farklılıklar olumsuz sonuçlara sebep olmadığı sürece tabiidir. Ancak sahibine ve çevresine zarar veren duyguların eğitilmesi gerekmektedir.

##### 4.1. Sevgi ve Merhamet

İnsanı hayata bağlayan, iki cihanı da kazanmak için hareke geçiren, insana umut aşıl原因 ve merhameti açığa çıkaran duyguların başında sevgi bulunmaktadır. En yüce varlık olan yaratıcıdan, en aşağı varlık olan cansız nesnelere kadar sevgi beslenmektedir. Kalplere sevgiyi yerleştiren Allah, “kullarını çok seven ve sevilmeye en layık olan” anlamındaki el-Vedûd isminin sahibidir.<sup>90</sup> Allah'ın sevgisinin büyüklüğüne işaret eden Hz. Peygamber, “*Allah rahmeti yüz parça yaratmış, doksan dokuzunu kendi nezdinde tutmuş, yeryüzüne bir parçasını indirmiştir. Anne çocuğuna bu bir rahmetle merhamet eder. Allah, rahmetin doksan dokuz kısmını ise kıyamet günü için saklamıştır.*”<sup>91</sup> buyurmaktadır.

Varlıklara duyulan bütün sevgiler kişiyi mahlûkatın yaratıcısı Allah'a, Allah'ı sevmeye götürmektedir. Bu sevgi sayesinde insan Allah'a yaklaşmaktadır. Çünkü sevgi, seven ile sevileni birbirine yaklaştırmakta sevenlerin gönüllerini birleştirip karşılıklı olarak ilgi ve alakayı arttırmaktadır.<sup>92</sup> İnsan Allah'a duyduğu sevgiyle çevresindeki güzelliklere her baktığında Allah'ı hatırlamaktadır. Allah'a daha fazla yaklaşabilmek, Onun rızasını kazanabilmek adına ibadetlerine, zikrine, dualarına itina göstermektedir. Hz. Peygamber'in haber verdiği göre, “*Allah da kendisine yaklaşmaya çalışan kulunu sevdiğinden sonra artık onun işiten kulağı, gören gözü, tutan eli, yürüyen ayağı olmaktadır. Yani bu organlarıyla meydana gelmesini arzu ettiği bütün dileklerini yerine getirmektedir. Onun dualarına icabet edip kendisine*

<sup>89</sup> “لَقَدْ كَانَ فِي قَصَصِهِمْ عِبْرَةً لِّأُولِي الْأَلْبَابِ” Yusuf 12/111.

<sup>90</sup> Özafşar vd., *Hadislerle İslâm*, 3: 76.

<sup>91</sup> Müslim, “Tevbe”, 4: 2108, 2109 (No. 2752, 2753).

<sup>92</sup> Ali Koçak, “Duygular ve Din Duygusu” (Yüksek Lisans tezi, Çukurova Üniversitesi, 2016), 43.

*sığındığında onu korumaktadır.*"<sup>93</sup> Ayrıca Allah'ın sevgisine mazhar olan kişi başta Cebrail (a.s.) olmak üzere bütün gök ehli ve yerdeki insanlar tarafından kabul görüp sevilmiştir.<sup>94</sup>

Hız. Peygamber; Allah'ın son elçisi, bir eş, bir baba ve bir arkadaş olarak Allah'a duyduğu derin sevgiyle birlikte ehl-i beytini ve ashabını da sevmekteydi. "Âlemlere rahmet" <sup>95</sup> olarak gönderilen Hız. Peygamber'in ashabına karşı beslediği sevgiye Kur'an'da, "Andolsun, size içinizden öyle bir peygamber gelmiştir ki, sizin sıkıntıya uğramanız ona ağır gelir, size çok düşkündür, müminlere karşı şefkat ve merhamet doludur."<sup>96</sup> ayetiyle değinilmektedir. Şefkat ve merhamet duyguları samimi sevgi sonucunda doğmaktadır. Ümmetine böyle bir sevgiyle bağlı olan Hız. Peygamber, müminler arasında da bu sevgiyi yayarak din kardeşliğini tesis etmiştir. Bu doğrultuda Hız. Peygamber, "Müminler birbirlerine sevgide, merhamette, yardımlaşmada bir vücut gibidirler. O vücudun bir organı hastalanınca bu acıyı bütün vücut hisseder."<sup>97</sup> demektedir.

Sevginin olmadığı kalpte iman eksik kalmaktadır. Allah ve Rasûlünü anne-babadan, evlatlardan, bütün insanlardan daha çok sevmekle ancak kâmil mümin olunabilmekte<sup>98</sup> ve imanın tadına varılabilmektedir.<sup>99</sup> Ayrıca imanun tam anlamıyla kalbe yerleşebilmesi diğer müminleri sevmekle mümkün olmaktadır.<sup>100</sup> İmanı tamam hale getiren bu sevgiler aynı zamanda sevginin kimlere karşı olması gerektiğini de göstermektedir. Hız. Davûd'un (a.s.) duasında da yer aldığı üzere sevgi öncelikle Allah'a daha sonra da Allah'ı sevenlere karşı olmalıdır. <sup>101</sup> Hız. Peygamber, Allah'ı sevdiği için kendisinin de sevilmesini istemektedir. <sup>102</sup> Dolayısıyla sevgi Allah için olmaktadır.<sup>103</sup>

İman ile sevgi ilişkisi dikkate alındığında sevgide gafil olmamanın önemi daha da artmaktadır. Kalbe yerleştirilen, muhabbet duyulan kişilere veya

<sup>93</sup> Buhârî, "Rikak", 8: 105 (No. 6502).

<sup>94</sup> Buhârî, "Bedi'l-Halk", 4: 111 (No. 3209); "Edeb", 8: 14 (No. 6040); "Tevhid", 9: 142 (No. 7485); Müslim, "Birr ve Sıla", 4: 2030 (No. 2637); Tirmizî, "Tefsir", 5: 317 (No. 3161).

<sup>95</sup> el-Enbiyâ 21/107.

<sup>96</sup> et-Tevbe 9/128.

<sup>97</sup> Buhârî, "Edeb", 8: 10 (No. 6011); Müslim, "Birr ve Sıla", 4: 1999 (No. 2586).

<sup>98</sup> Buhârî, "İman", 1: 12 (No. 14, 15).

<sup>99</sup> Buhârî, "İman", 1: 12, 13 (No. 16, 21); "İkrah", 9: 20 (No. 6941); Müslim, "İman", 1: 66 (No. 43).

<sup>100</sup> Buhârî, "İman", 1: 12 (No. 13); Müslim, "İman", 1: 74 (No. 54).

<sup>101</sup> Tirmizî, "Deavât", 5: 522 (No. 3490). "Allah'ım, senden seni sevmeyi, seni seven kişiyi sevmeyi, senin sevgine ulaştırın ameli isterim. Allah'ım, senin sevgini bana kendimden, ailemden ve soğuk sudan daha sevimli eyle."

<sup>102</sup> Tirmizî, "Menâkıb", 5: 664 (No. 3789).

<sup>103</sup> Ebû Dâvûd, "Sünnet", 4: 198 (No. 4599).



şeylere karşı uyanık olmak gerekmektedir. Zira fark edilemeden imanın ışığı söndürülüp İslam dışı karanlıklara kalpler mahkum edilebilmektedir. Güneş ile Ay aynı anda bulunamayacağı, “biri doğduğunda diğerrinin ışığı kalamayacağı”<sup>104</sup> gibi kalplerde de iman ile iman dışı şeyler bir arada bulunmamaktadır. Dolayısıyla kimlere ve nelere karşı sevgi beslendiğine dikkat edilmesi duygu eğitimi için elzem bir durum olmaktadır. Bu dikkat sayesinde kalbin meşru olmayan bir sevgiye meylettiği sezildiğinde ise irade kuvvetiyle bu duygu kontrol altına alınmaya çalışılmalıdır. Çünkü Hz. Peygamber, “*kişi dostunun dini/ahlakı üzerinedir.*”<sup>105</sup> buyurmaktadır.

İslam’da anne-babanın, akrabanın, çocukların, komşunun önemi vurgulanmakta, bu kişilere karşı sevgi ve saygıda kusur edilmemesi ve sevilene sevginin gösterilmesi istenmektedir. Hz. Peygamber de sevilen kimseye karşı sevginin söylenmesini tavsiye etmektedir.<sup>106</sup> Rivayet edildiğine göre, bir adam Hz. Peygamber’in yanında iken oradan geçen bir adamı sevdiğini ifade etmesi üzerine Hz. Peygamber bunu o kişiye söylemesini buyurmuştur. Bunun üzerine adam o kimsenin yanına giderek Allah için onu sevdiğini söylemiş ve “*Beni kendisi için sevdiğin Allah da seni sevsin.*” cevabını almıştır.<sup>107</sup> Muhabbet duyulana sevdiğini söylemekten amaç karşılıklı olarak sevginin artacak olmasındandır.<sup>108</sup> Ayrıca selamlaşma,<sup>109</sup> tanışılan kişiye isminin ve kimlerden olduğunun sorulması da sevgiyi arttırmaktadır.<sup>110</sup>

Hz. Peygamber, aralarında kan bağı ya da herhangi bir mal ilişkisi olmadığı halde Allah için birbirlerini sevenlerin makamının yüceliğine kıyamet günü peygamberlerin ve şehitlerin gıpta edeceğini bildirmektedir.<sup>111</sup> Bu âli makama erişilebilmesi için müminin mümin kardeşine duyduğu sevginin menfaat gibi menfi sebeplere bağlı olmadan Allah için olması gerekmektedir.

Sevilende ve sevgide aranan meşruluk yanında sevginin ölçülü olması da büyük bir ehemmiyet taşımaktadır. Sevginin gereğinden fazla veya az olması çeşitli sorunlara neden olabilmektedir. Örneğin anne-babanın çocuklarını aşırı sevip tamamen kendilerini çocuklarına adamaları hem kendi

<sup>104</sup> Kur’an Yolu Türkçe Meâl ve Tefsir, 4: 495; Yâsîn 36/40.

<sup>105</sup> Tirmizî, “Zühd”, 4: 589 (No. 2378); Ebû Dâvûd, “Edeb”, 4: 259 (No. 4833).

<sup>106</sup> Tirmizî, “Zühd”, 4: 599 (No. 2392); Ebû Dâvûd, “Edeb”, 4: 332 (No. 5124).

<sup>107</sup> Ebû Dâvûd, “Edeb”, 4: 333 (No. 5125).

<sup>108</sup> Canan, *Hadis Ansiklopedisi Kütüb-i Sitte Tercüme ve Şerhi*, 10: 135.

<sup>109</sup> Tirmizî, “İstîzân”, 5: 52 (No. 2688); Ebû Dâvûd, “Edeb”, 4: 350 (No. 5193).

<sup>110</sup> Tirmizî, “Zühd”, 4: 599 (No. 2393).

<sup>111</sup> Ebû Dâvûd, “Büyü”, 3: 288 (No. 3527).

hayatlarını yaşayamamalarına hem de çocuklarının bencillik gibi olumsuzluklara kapılmalarına neden olmaktadır. Tam tersi bir durumda ailesinden yeteri kadar sevgi göremeyen çocuklarda ise duygusal yoksunluğun getirdiği olumsuzluklar ortaya çıkmaktadır. Zekânın gelişmemesi, konuşma bozuklukları, sosyalleşememe, anne-babaya düşmanlık gibi her çeşit ruhi bozuklukların temelinde sevgi noksanlığı yatmaktadır.<sup>112</sup>

Sevginin aşırılık boyutu Kur'an'da Hz. Yusuf'un kıssasında müşahede edilmektedir. Babası Hz. Yakup tarafından çokça sevilen Hz. Yusuf kardeşlerinin kıskançlıklarına maruz kalmıştır. Evlat sevgisini Allah sevgisinin önüne geçiren Hz. Yakup da yıllarca derin sevgi duyduğu oğlu Hz. Yusuf'tan ayrı olmanın üzüntüsüyle yaşamıştır. Oğluna kavuşması ancak sevgisindeki ölçünün yanlışlığını anlamasıyla gerçekleşmiştir.<sup>113</sup>

İnsanların en düşkün olduğu dünya nimetlerinden mal ve evlada duyulan aşırı sevgi Allah'ı anmaya engel olmakta<sup>114</sup> ve ahireti ihmal etmeye neden olmaktadır.<sup>115</sup> Hz. Peygamber, "*Âdemoğlunun iki vadi dolusu altını olsa üçüncüsünün de olmasını ister.*"<sup>116</sup> hadisiyle doymak bilmeyen mal sevgisine işaret etmektedir.

Ayrılığında insanı kendisine hasret bırakan vatan ve memlekete de sevgi duyulmaktadır. Yetiştirdiği topraklar, tecrübe ettiği gelenekler, aynı kültürü paylaştığı hemşeriler insanın kalbinde ayrı bir yere sahiptir. Hz. Peygamber de doğduğu şehir Mekke'ye içten bir sevgi hissetmekteydi. Ancak vatan, memleket sevgisi doğal bir sevgi olmakla birlikte bu sevginin tutku boyutunda yaşanması farklı milletlerden, memleketlerden olanlara karşı ırkçılık, ayrımcılık girişimlerine neden olmaktadır. İslam bu girişimleri yasaklayarak çeşitli kültür, ırk, din sahiplerinin bir arada hayat sürebilmelerine olanak tanımaktadır.<sup>117</sup>

Sevgide itidalin sağlanamadığı durumlarda duyular işlevlerini kaybetmektedir. Bununla ilgili olarak Hz. Peygamber, "*Bir şeyi aşırı sevmen seni kör ve sağır eder.*"<sup>118</sup> demektedir. Gerçekleri görmekten ve duymaktan alıkoyan ölçsüz sevgi dostumuzu ya da düşmanımızı tanımaktan da

<sup>112</sup> Canan, *Hadis Ansiklopedisi Kütüb-i Sitte Tercüme ve Şerhi*, 2: 505.

<sup>113</sup> Yusûf 12/1-111.

<sup>114</sup> el-Münâfikûn 63/9.

<sup>115</sup> el-İnsân 76/27.

<sup>116</sup> Müslim, "*Zekât*", 2: 725 (No. 1048).

<sup>117</sup> Özağşar vd., *Hadislerle İslâm*, 7: 365.

<sup>118</sup> Ebû Dâvûd, "*Edeb*", 4: 334 (No. 5130).

alıkoymaktadır. Dolayısıyla bir başka rivayette, “*Sevdiğin kimseyi ölçülü sev ki bir gün sevmeyeceğin bir kişi olabilir. Sevmediğin bir kimseyi de ölçülü şekilde sevmeye ki günün birinde çok sevdiğin bir kimse olabilir.*”<sup>119</sup> buyurulmaktadır. Böylece duyguların eğitimi için zorunlu olan itidal sevgi duygusunda da gözetilmelidir.

#### 4.2. Üzüntü ve Sabır

Değer verilen, sevilen kimselerden veya şeylerden uzak düşülmesi, onların yitirilmesi ya da onlara zarar gelmesi sonucunda istenilmeyen durumlarla karşı karşıya kalan kişi üzüntü hissetmektedir. Dünyevi kayıplar ve musibetler yanında ahiretteki akibetin ne olacağı kaygısıyla günahlardan pişman olmak veya hayırlı işlere vesile olamamak gibi sebeplerden ötürü de üzüntü duyulmaktadır.<sup>120</sup> Üzüntü sahibine acı, ızdırap, mutsuzluk, sıkıntı vermektedir. Bu hisler, üzüntü makul bir şekilde yaşandıktan sonra sabırla birlikte zamanla hafiflemektedir.

Hz. Peygamber’in sevgili eşi Hz. Hatice’nin ve amcası Ebu Talib’in vefat ettikleri seneye Hz. Peygamber’in üzüntüsü sebebiyle “hüzün yılı” adı verilmiştir.<sup>121</sup> Hz. Peygamber’in Hz. Fatıma dışındaki bütün çocukları kendisi hayatta iken vefat etmişlerdir. Hz. Peygamber ahirete göçen her bir evladı için ayrı ayrı üzölmüş ve gözyaşı dökmüştür. Henüz süt emme çağında olan oğlu İbrahim’i toprağa teslim ederken Hz. Peygamber ağlayarak, “*Göz yaş döker, kalp üzölür fakat biz ancak Rabbimizin razı olacağını söyleriz. Vallahi ey İbrahim, biz senin için üzölüyoruz.*”<sup>122</sup> demiştir. Ahirette buluşma umudunun bir teselli olarak üzüntüde aşırıya gitmeye engel olduğunu<sup>123</sup> belirten Hz. Peygamber kefenlenmeden önce oğlunun küçük bedenine sarılıp tekrar ağlamıştır.<sup>124</sup> Benzer durumu kızı Hz. Zeyneb’den olan torunu vefat ettiğinde yaşayan Hz. Peygamber, “*Alan da Allah, veren de Allah’tır ve her şey Allah katında belirlenmiş bir müddet, bir ömür iledir. Ey kızım! Sen sabret ve bu sabrın Allah yanında sevabı olduğunu hatırla!*”<sup>125</sup> sözleriyle kızını teselli etmeye çalışmış ve kendisi de

<sup>119</sup> Tirmizî, “Birr ve Sila”, 4: 360 (No. 1997).

<sup>120</sup> Mustafa Çağrıncı, “Hüzün”, *Türkiye Diyanet Vakfı İslâm Ansiklopedisi* (İstanbul: TDV Yayınları, 1999), 19: 73.

<sup>121</sup> Çağrıncı, “Hüzün”, 73.

<sup>122</sup> Buhârî, “Cenâiz”, 2: 83 (No. 1303); Müslim, “Fedâil”, 4: 1807 (No. 2315); Ebû Dâvûd, “Cenâiz”, 3: 193 (No. 3126).

<sup>123</sup> İbn Mâce, “Cenâiz”, 1: 506 (No. 1589).

<sup>124</sup> İbn Mâce, “Cenâiz”, 1: 473 (No. 1475).

<sup>125</sup> Buhârî, “Cenâiz”, 2: 79 (No. 1284); “Merdâ”, 7: 117 (No. 5655).

ağlamıştır. Hz. Peygamber sadece ehl-i beyti için değil ashabı için de ağlamıştır. Sa'd İbn Ubâde hasta yatağında yatarken onu ziyarete gittiğinde<sup>126</sup> ve Osman b. Maz'ûn'un vefatında gözyaşları dökmüştür.<sup>127</sup> Hz. Peygamber'in bir yakınıni kaybetmesi sonucundaki tavrı meşru üzüntü hakkında örnek teşkil etmektedir.

İnsanlar ölüm ve hastalık yanında doğal afetler, kazalar, kötü niyetli ve kıskanç kişilerden gelebilecek tehlikeler gibi birçok musibete maruz kalabilmektedir.<sup>128</sup> Rivayet edildiğine göre, "Mümin erkek ve mümin kadınların başına Allah'a kavuşacakları güne kadar ya kendisine ya çocuğuna ya da malına mutlaka sıkıntı gelmeye devam etmektedir."<sup>129</sup> Hz. Peygamber bu sıkıntılarla karşı karşıya kalan müminin halini taze ekine benzetmektedir. Taze ekin rüzgârla birlikte eğilmesine rağmen rüzgâr geçince tekrar doğrulur fakat hiçbir zaman yıkılmaz.<sup>130</sup> İşte mümin de sıkıntılar karşısında etkilenerek üzülse de bu üzüntüsü onu yıkacak seviyede aşırılığa ulaşmaz ve zamanla eski haline döner. Dolayısıyla bütün sıkıntılar kul için birer imtihan olup sabredildiği sürece günahlara kefarettir.<sup>131</sup>

Hz. Peygamber keder ve üzüntüden Allah'a sığınmış<sup>132</sup> ve musibetler karşındaki sabrının ecrini Allah'tan isteyerek acı veren durumun daha hayırlısı ile değiştirilmesi için dua etmiştir.<sup>133</sup> Örneğin Hz. Peygamber, Mekke'den Medine'ye hicret ederken memleketinden ayrılmanın hüznünü, "Senden zorla çıkarılmış olmasaydım seni asla terk etmezdim."<sup>134</sup> diyerek ifade etmiştir. Hicretle birlikte gurbet acısı çeken sadece Hz. Peygamber değildi. Medine'nin havasına alışkın olmayan Mekkeli Müslümanlardan hastalananlar olmuş ancak hastalık acısı çekerken dahi memleket özlemine sayıklamışlardır. Bu durum Hz. Peygamber'e iletince, "Allah'ım! Bizlere Mekke'yi sevdiğin gibi, ondan daha da fazla Medine'yi sevir! Medine'nin havasını bizler için sağlıklı kıl..."<sup>135</sup> duasında bulunmuştur.

Sabır, "Nefsi, aklın ve şer'in gerektirdiği hususlar üzerinde tutmak,

<sup>126</sup> Buhârî, "Cenâiz", 2: 84 (No. 1304); Müslim, "Cenâiz", 2: 636 (No. 924).

<sup>127</sup> Tirmizî, "Cenâiz", 3: 305 (No. 989); Ebû Dâvûd, "Cenâiz", 3: 201 (No. 3163).

<sup>128</sup> Özafşar vd., *Hadislerle İslâm*, 5: 16-17.

<sup>129</sup> Tirmizî, "Zühd", 4: 602 (No. 2399).

<sup>130</sup> Buhârî, "Tefsir", 9: 137 (No. 7466); Müslim, "Sıfâtü'l-Kiyamet", 4: 2163 (No. 2810).

<sup>131</sup> Müslim, "Birr ve Sıla", 4: 1992 (No. 2572).

<sup>132</sup> Buhârî, *Deavât*, 8: 78, 79 (No. 6363, 6369); Nesâî, "İstiâze", 8: 257 (No. 5449, 5450).

<sup>133</sup> Ebû Dâvûd, "Cenâiz", 3: 191 (No. 3119).

<sup>134</sup> Tirmizî, "Menakıb", 5: 722 (No. 3925); İbn Mâce, "Menâsık", 2: 1037 (No. 3108).

<sup>135</sup> Buhârî, "Fedailü'l-Medine", 3: 23 (No. 1889); "Menakıbu'l-Ensar", 5: 66 (No. 3926); "Merdâ", 7: 116, 122 (No. 5654, 5677); "Deavât", 8: 80 (No. 6372).

*hapsetmektir.*"<sup>136</sup> Hadislere göre sabır; "musibetlere karşı sabır, kullukta sabır ve günah işlememekte sabır" olmak üzere üçtür.<sup>137</sup> Musibetlere karşı olan sabrın zıddı feryattır.<sup>138</sup> Hz. Peygamber feryadın her çeşidinden nehyetmiştir. Sıkıntı karşısında üzüntüye sabredemeyip saç yolmak, yüzü tırmalamak, yüksek sesle bağırıp çağırarak ağlamak (nevh), dövünmek, mersiye (ölünün iyi yönlerini söyleyerek ağlamak), yaka yırtmak, üst baş yırtmak ve yas tutmak yasaklanmıştır.<sup>139</sup> Musibet karşısında hüznle dolan kalp Hz. Peygamber'in men ettiği davranışlara meyledebilmektedir. Bu anda irade gücüyle metanet gösterilip sabredilmeli ve hüzn ölçülü bir şekilde yaşanmalıdır. Sabır en çok hüznün vuku bulduğu ilk anda gereklidir ve ancak bu zamandaki sabrın bir değeri ve kıymeti vardır.<sup>140</sup> Çünkü üzüntü ilk geldiği anda en şiddetli halinde iken mahzun olan kişinin sabredip sabretmemesi mevzuubahistir. Zira gün geçtikçe üzüntünün şiddeti azalmakta ve musibet unutulmaktadır.<sup>141</sup>

### 4.3. Öfke

Maddi-manevi değerlere zarar verilmesi, saldırgan tavırlar sergilenmesi, yoksun bırakılma, kısıtlanma, kışkırtılma, reddedilme, engellenme, incinme, alay edilip dalga geçilme, aşırı eleştiriye maruz kalınma ve haksızlığa uğranma gibi durumlarda öfke duygusu ortaya çıkmaktadır.<sup>142</sup> Öfkeli kişide hem bedensel hem de zihinsel birçok değişiklik meydana gelmektedir. Böyle bir halde kalp atışında ve nefes alıp vermede hızlanma, damarlarda şişme, yüzde kızarma ve titreme görülmekte artık sağlıklı düşünülemezliğe başlanmaktadır.<sup>143</sup> Rivayet edildiğine göre Hz. Peygamber'in huzurunda tartışan iki kişiden biri öfkeye kapılmış ve bu kişinin yüzü öfkesinin okunabileceği bir seviyeye gelmiştir. Bu sahneye şahit olan Muâz b. Cebel öfkeli kişinin öfkesinden burnunun çatlayacak gibi olduğunu ifade ederken<sup>144</sup> orada bulunanlardan Süleyman b. Surad ise "öfkeden gözleri kızarmaya ve boyun

<sup>136</sup> Râğıb el-İsfahânî, 474.

<sup>137</sup> Canan, *Hadis Ansiklopedisi Kütüb-i Sitte Tercüme ve Şerhi*, 9: 537.

<sup>138</sup> Râğıb el-İsfahânî, 474.

<sup>139</sup> Tirmizî, "Cenâiz", 3: 319 (No. 1005); Ebû Dâvûd, "Cenâiz", 3: 193, 194 (No. 3128, 3131); İbn Mâce, "Cenâiz", 1: 503, 504, 505, 507 (No. 1580, 1581, 1582, 1583, 1585, 1592).

<sup>140</sup> Buhârî, "Cenâiz", 2: 79 (No. 1283); Müslim, "Cenâiz", 2: 637 (No. 926); Tirmizî, "Cenâiz", 3: 304, 305 (No. 987, 988); Ebû Dâvûd, "Cenâiz", 3: 192 (No. 3124).

<sup>141</sup> Canan, *Hadis Ansiklopedisi Kütüb-i Sitte Tercüme ve Şerhi*, 9: 540.

<sup>142</sup> Hüseyin İ. Yeğin, "Öfke Duygusu ve Dinî Açıdan Baş Edebilme Yolları", *Dinbilimleri Akademik Araştırma Dergisi* 10, no. 2 (2010): 237-242.

<sup>143</sup> Pak, "Kur'anın Duyguları Eğitmesi Bağlamında Öfkenin Kontrolü Meselesi", 85.

<sup>144</sup> Ebû Dâvûd, "Edeb", 4: 248 (No. 4780).

*damarları kabarmaya başladı*"<sup>145</sup> demektedir. Öfkenin vücuttaki etkileri yanında bireyde saldırma, kızma, intikam alma, kin duyma, zarar verme ve cezalandırma isteklerini de uyandırmaktadır.<sup>146</sup> Eğer öfke kontrol altına alınamazsa bu kötü isteklerin gerçekleştirilmesi kaçınılmaz olmaktadır.

Öfke doğal bir duygu olup Hz. Peygamber de bazı olaylar karşısında öfkelenip kızmıştır. Örneğin; Hz. Peygamber'in Huneyn Savaşı'nın ganimetlerini dağıtırken şirkten yeni kurtulanlara kalplerini İslam'a ısındırmak için fazla mal vermesi üzerine bir kişi öfkelenerek Hz. Peygamber'i adil olmamakla itham etmiştir. Bu suçlama karşısında Hz. Peygamber'in kızgınlıktan yüzünün rengi değişmiş ve kıpkırmızı olmuştur. Sonra Hz. Peygamber, *"Allah ve Rasûlü de adaletli davranmayacaksa kim adil olacak! Allah, Musa'ya rahmet etsin. Bundan daha fazla eziyete uğramıştı da o bunlara sabretmişti."*<sup>147</sup> diyerek hem suçlamayı bertaraf etmiş hem de öfkesine hâkim olmak üzere sabretmiştir. Hz. Peygamber'in öfkelendiği bir başka olay da Muâz b. Cebel'in namazı uzun tutarak cemaate zorluk vermesidir. Hz. Peygamber, *"Muâz! Sen insanların sabrını mı deniyorsun!"*<sup>148</sup> sözleriyle kızgınlığını dile getirerek Muâz b. Cebel'i uyarmıştır. Hz. Peygamber'in öfkesi kendi nefsi için değil Allah'ın emir ve yasakları için olmaktadır.<sup>149</sup>

Kur'an'da, *"öfkelerini yenerler"*,<sup>150</sup> *"öfkelendiklerinde dahi bağışlarlar"*<sup>151</sup> ayetleriyle müminin özelliklerinden; öfkelenğinde öfkenin yönelttiği kötü davranışlara mağlup olmaması ve öfkelenmeye sebep olan kişiyi affetmesi sayılmıştır.<sup>152</sup> Hz. Peygamber de *"Her kim öfkesinin gereğini yerine getirmeye gücü yettiği halde öfkesini yenerse Allah, kıyamet gününde onu bütün yaratıklara övgü ile tanıtır meşhur eder."*<sup>153</sup> demekte ve müminin Allah rızası için yuttuğu öfke yudumundan daha fazla sevap kazandığı bir yudum olmadığını belirtmektedir.<sup>154</sup> Ayrıca Hz. Peygamber, öfkelendiği zaman nefesine hâkim olan kişinin gerçek pehlivan olduğunu ifade ederek kişiyi güçlü kılan asıl

<sup>145</sup> Buhârî, "Edeb", 8: 28 (No. 6115); Ebû Dâvûd, "Edeb", 4: 249 (No. 4781).

<sup>146</sup> Mustafa Çağrıncı, "Gazap", *Türkiye Diyanet Vakfı İslâm Ansiklopedisi* (İstanbul: TDV Yayınları, 1996), 13: 436.

<sup>147</sup> Buhârî, "Farzu'l-Humus", 4: 95 (No. 3105); "Ehâdisi'l-Enbiya", 4: 157 (No. 3402); Müslim, "Zekât", 2: 739 (No. 1062).

<sup>148</sup> Müslim, "Salat", 1: 340 (No. 465).

<sup>149</sup> Buhârî, "Menâkıb", 4: 189 (No. 3560).

<sup>150</sup> Âl-i İmrân 3/134.

<sup>151</sup> eş-Şûrâ 42/37.

<sup>152</sup> *Kur'an Yolu Türkçe Meâl ve Tefsir*, 4: 754.

<sup>153</sup> Ebû Dâvûd, "Edeb", 4: 248 (No. 4777); İbn Mâce, "Zühd", 2: 1400 (No. 4186).

<sup>154</sup> İbn Mâce, "Zühd", 2: 1401 (No. 4189).

davranışın güreşte rakibini yenmek değil iradeyle öfkeyi yenmek olduğuna işaret etmektedir.<sup>155</sup>

İnsan öfkeliyken sonradan pişman olabileceği söz ve fiiller sarf etmektedir. Hz. Peygamber öfkeli kişinin zararlı faaliyetlerde bulunmasını engellemek adına bazı tavsiyelerde bulunmaktadır.<sup>156</sup> “*Muhakkak ki öfke şeytandandır ve şeytan ateşten yaratılmıştır. Ateşi de ancak su söndürür. Binaenaleyh, biriniz öfkeleniği zaman abdest alsın.*”<sup>157</sup> tavsiyesinde bulunan Hz. Peygamber meşru olmayan öfkenin kaynağı görülen şeytanın şerrinden Allah’a sığınarak da (istiâze: Euzü billahi mine’ş-şeytani’r-racîm söyleyerek) öfkenin yatışacağını bildirmektedir.<sup>158</sup> Bunlardan başka Hz. Peygamber öfkeli kişiyi zarar verici bir fiili işlemeye hazır olmaktan uzaklaştırmak için ayakta ise oturmasını, oturuyor ise yatmasını öğütlemektedir.<sup>159</sup>

Ebû Bekir er-Razi’ye göre öfke aklın işleyişini olumsuz etkilemekte hatta kişiyi aklın yitirilmiş hali olan delilik durumuna getirmektedir.<sup>160</sup> Bu nedenle Hz. Peygamber hâkimin öfkeli iken hüküm vermesini yasaklamıştır.<sup>161</sup> Hâkim olmayanların da karar verme aşamasında öfke durumlarını göz önünde bulundurmaları tercihlerin isabeti için önemli olmaktadır. Ayrıca öfkenin tezahürleri kişiden kişiye farklılık göstermektedir. Bunlardan en iyisi geç öfkelenip öfkesini çabucak yenenlerdir.<sup>162</sup>

Hz. Peygamber kendisinden nasihat isteyen kişiye “*Öfkelenme!*”<sup>163</sup> demiştir. Bu öğütten maksat öfkenin yasaklanması değil öfkeye sebebiyet verecek, öfkeyi kendine çekecek şeylerden kaçınmaktır.<sup>164</sup> Öfke fitrî olup insanın canını, malını, namusunu, vatanını tehlikelerden, tehditlerden korumasında gerekli bir duygu olmaktadır. Dolayısıyla öfkeyi yok etmek söz konusu değildir. Öfkenin kime karşı, hangi durum ve ölçülerde kullanılması gerektiğinin bilinmesi ve uygulanması için eğitilmesi icap etmektedir. İslam’a göre Müslümanlarla din konusunda savaşıyor ve onları yurtlarından çıkarmak

<sup>155</sup> Müslim, “Birr ve Sıla”, 4: 2014 (No. 2606); Ebû Dâvûd, “Edeb”, 4: 248 (No. 4779).

<sup>156</sup> Canan, *Hadis Ansiklopedisi Kütüb-i Sitte Tercüme ve Şerhi*, 12: 294-296.

<sup>157</sup> Ebû Dâvûd, “Edeb”, 4: 249 (No. 4784).

<sup>158</sup> Buhârî, “Edeb”, 8: 28 (No. 6115); Tirmizî, “Deavât”, 5: 504 (No. 3452); Ebû Dâvûd, “Edeb”, 4: 248, 249 (No. 4780, 4781).

<sup>159</sup> Ebû Dâvûd, “Edeb”, 4: 249 (No. 4782).

<sup>160</sup> Çağrı, “Gazap”, 436.

<sup>161</sup> Buhârî, “Ahkâm”, 9: 65 (No. 7158); Müslim, “Akdiye”, 3: 1342 (No. 1717); Tirmizî, “Ahkâm”, 3: 612 (No. 1334); Ebû Dâvûd, “Akdiye”, 3: 302 (No. 3589).

<sup>162</sup> Tirmizî, “Fiten”, 4: 483 (No. 2191).

<sup>163</sup> Buhârî, “Edeb”, 8: 28 (No. 6116); Tirmizî, “Birr ve Sıla”, 4: 371 (No. 2020).

<sup>164</sup> Canan, *Hadis Ansiklopedisi Kütüb-i Sitte Tercüme ve Şerhi*, 12: 297.

isteyen gayr-i Müslimler düşman konumundadırlar.<sup>165</sup> Öfkelenmeden düşmanın eziyetlerine katlanmaya çalışmak ya da aşırı öfkeye kapılarak düşmana işkence yapmak doğru değildir. Bu kimselerden gelebilecek saldırılara karşı şecaat duygusuyla hareket edilmeli ve maddi-manevi değerlerin savunması yapılmalıdır.

### **Sonuç**

İnsanlar, “duygularınla mı hareket edersin yoksa aklınla mı?” sorusunu kendilerine ve çevrelerindekiyle sorarak birbirlerini tanımaya çalışmaktadırlar. Bu suale cevaben karar merkezinin duyguları olduğunu söyleyenler akli devre dışı bırakıp nefsin her istediğinin peşine düşmekle duygularının esiri haline gelmektedir. Tam tersi aklıyla hareket ettiğini söyleyenler ise duygularını bastırarak içsel sorunlara sebep olmaktadır.

Kur’an insanın söz ve fiillerinde hem aklın hem de duyguları barındıran manevi kalbin sorumlu olduğunu bildirmektedir. Dolayısıyla akıl ile duygular işbirliği içerisinde insanın davranışlarına yön vermektedir. Bir tarafın önemsenip diğer tarafın geri plana itilmesi psikolojik ve sosyolojik sorunların temelini oluşturmaktadır.

26

Günümüzde daha çok akıl ehemmiyet kazanmaktadır. Çocuklardan beklenen okul başarısı sadece aklın esas alındığı eğitimin sonucundaki zihinsel gelişmeyi içermektedir. Duygularını tanımadan, nasıl kullanması gerektiğini bilmeden yetişen çocuklar bireysel ve toplumsal hayatta başarılı olamamaktadır. Bu nedenle aklın eğitimi yanında duygu eğitiminin de verilmesi icap etmektedir.

Hadislerde Hz. Peygamber’in çeşitli duygular karşısındaki tepkileri ve duyguların meşru kullanımları hakkındaki tavsiyeleri yer almaktadır. Bu rivayetlere baktığımızda Hz. Peygamber’in sevgisini gösterdiği, üzüntüsünden ağladığı, öfkesinden yüzünün kızardığı, sıkıntıların acısına sabretmeye çalıştığı görülmektedir. Ayrıca sevgi, şefkat, nefret, hüzn, öfke, cesaret, korku, ümit, kıskançlık, sevinç gibi birçok duygunun yerinde istimal edilmesi, doğru bir şekilde yönlendirilmesi ve ölçülü olması rivayetler aracılığıyla bildirilmektedir. Kalp uyanık tutularak, irade güçlendirilerek ve duygularda itidal gözetilerek duygu eğitimi gerçekleştirilmektedir. Kişi ancak eğitilmiş zihni ve duygularıyla erdemli seviyeye ulaşarak dünya ve ahiret mutluluğunu kazanmaktadır.

Sonuç olarak yaratılmış her şey gibi duyguların da bir amacı ve dengesi

<sup>165</sup> el-Mümtehine 60/9.



bulunmaktadır. Duyguların varlığını inkâr edencesine davranmak ya da duyguları amacına uygun olmayan biçimlerde ifrat ve tefrit boyutlarında kullanmak dünyadaki kaynakların yanlış ve aşırı kullanımıyla oluşan felaketler gibi insanlara zarar vermektedir. Bu nedenle duyguların eğitilmesi vazgeçilmez olmaktadır. Bütün duyguları kalplere yerleştiren ve insanı başıboş bırakmayan Allah, Kur'an'da kalbin bedendeki işlevini ve önemini bildirerek duygu eğitimi konusunda insanlara yol göstermektedir. Bu noktada Kur'an'ı en güzel şekilde yaşayan Hz. Peygamber'in hadis ve sünnetiyle duygu eğitimindeki rolü göz ardı edilemez olmaktadır.

### Kaynakça

Ahmed b. Hanbel. *Müsned*. nşr. Ahmed Muhammed Şâkir. Kahire: Dârü'l-Hadis, 1995.

Bayrak, Nuran. "Kur'an'da Kıssa Temelli Duygu Eğitimi". Yüksek Lisans tezi, Atatürk Üniversitesi, 2018.

Beyzâvî, Nâsirüddîn Ebû Saîd Abdullâh b. Ömer b. Muhammed el-*Envârü't-Tenzîl ve Esrârü't-Te'vîl*. haz. Muhammed Abdurrahman el-Maraşlî. Beyrut: Dar-u İhya'it-Turas'il-Arabi, ts.

Buhârî, Ebû Abdillâh Muhammed b. İsmâîl b. İbrâhîm el-Cu'fî. *el-Câmi'u's-Sahîh*. Mısır: Matbaatül Kübra el-Emriyye, 1895.

Canan, İbrahim. *Hadis Ansiklopedisi Kütüb-i Sitte Tercüme ve Şerhi*. Ankara: Akçağ Yayınları, 2021.

Çağrı, Mustafa. "Gazap". *Türkiye Diyanet Vakfı İslâm Ansiklopedisi*. 13: 436-437. İstanbul: TDV Yayınları, 1996.

Çağrı, Mustafa. "Hüzün". *Türkiye Diyanet Vakfı İslâm Ansiklopedisi*. 19: 73-76. İstanbul: TDV Yayınları, 1999.

Çağrı, Mustafa. "İtidal". *Türkiye Diyanet Vakfı İslâm Ansiklopedisi*. 23: 456-457. İstanbul: TDV Yayınları, 2001.

Dârimî, Ebû Muhammed Abdullah b. Abdirrahmân b. el-Fazl. *es-Sünen*. thk. Hüseyin Selim Esed ed-Dârânî. Suudi Arabistan: Dârü'l-Muğnâ li'n-Neşr ve't-Tevzî', 2000.

Ebû Dâvûd, Süleymân b. el-Eş'as b. İshâk es-Sicistânî el-Ezdî. *es-Sünen*. nşr. Muhammed Muhyiddin Abdülhamid. Beyrut: Mektebetü'l-Asriyye, 1950.

Er, Nurhan. "Duygu Durum Sifat Çiftleri Listesi". *Psikoloji Çalışmaları* 26, (2006): 21-44.

Esed, Muhammed. *Kur'an Mesajı Meal-Tefsir*. çev. Cahit Koytak - Ahmet Ertürk. İstanbul: İşaret Yayınları, 2002.

Göcen, Gülüşan. "Empati ve Din -Türkiye'de Yardımlaşma ve Dindarlık

Üzerine Psiko-Sosyal Bir Araştırma-". *Sakarya Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi* 14, no. 25 (2012): 273-277.

Han, Tekin. "Kur'an Işığında Duyguların Eğitimi". Yüksek Lisans tezi, Iğdır Üniversitesi, 2017.

İbn Mâce, Ebû Abdillâh Muhammed b. Yezîd. *es-Sünen*. nşr. Muhammed Fuâd Abdülbâkî. Kahire: Dâru İhyâ'i Kütübî'l-Arabiyye, 1953.

İbn Manzûr, Ebû'l-Fadl Cemalüddîn Muhammed b. Mükerrrem. *Lisânu'l-Arab*. Beyrut: Dar Sader, 1993.

*Kur'an Yolu Türkçe Meâl ve Tefsir*. çev. Hayreddin Karaman vd. Ankara: Diyanet İşleri Başkanlığı Yayınları, 2012.

Koçak, Ali. "Duygular ve Din Duygusu". Yüksek Lisans tezi, Çukurova Üniversitesi, 2016.

Morgan, Clifford T. *Psikolojiye Giriş*. çev. Sirel Karakaş. Konya: Eğitim Kitapevi Yayınları, 2010.

Müslim, Ebû'l-Hüseyn Müslim b. el-Haccâc. *el-Câmi'u's-Sahîh*. nşr. Muhammed Fuâd Abdülbâkî. Kahire: Matbaatu İsâ el-Bâbî el-Halebî ve Şürekâuhû, 1955.

Mütercim Âsım Efendi. *Kâmûsu'l-Muhît Tercümesi*. İstanbul: Türkiye Yazma Eserler Kurumu Başkanlığı, 2013.

Nesâî, Ebû Abdirrahmân Ahmed b. Şuayb b. Alî. *es-Sünen*. nşr. Abdulfettah Ebu Gudde. Halep: Mektebü'l-Matbu'âtü'l-İslâmiyye, 1986.

Öngören, Reşat. "Zikir". *Türkiye Diyanet Vakfı İslâm Ansiklopedisi*. 44: 409-412. İstanbul: TDV Yayınları, 2013.

Özafşar, Mehmet Emin vd. (ed.). *Hadislerle İslâm*. İstanbul: Diyanet İşleri Başkanlığı Yayınları, 2020.

Pak, Süleyman. "Kur'anın Duyguları Eğitmesi Bağlamında Öfkenin Kontrolü Meselesi". *Cumhuriyet Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi* 16, no. 1 (2012): 69-103.

Râğıb el-İsfahânî, Ebû'l-Kâsım Hüseyin b. Muhammed b. el-Mufaddal. *Müfredât'ü fi Garibi'l-Kur'an*. thk. Safvân Adnân Dâvûdî. Şam: Dar Al Kalam, 1992.

Tirmizî, Ebû İsâ Muhammed b. İsâ. *es-Sünen*. nşr. Ahmed Muhammed Şâkir vd. Mısır: Mektebetu ve Matbaatu Mustafa el-Bâbî el-Halebî, 1975.

Uludağ, Süleyman. "Gaflet". *Türkiye Diyanet Vakfı İslâm Ansiklopedisi*. 13: 283-284. İstanbul: TDV Yayınları, 1996.

Uludağ, Süleyman. "Kalb". *Türkiye Diyanet Vakfı İslâm Ansiklopedisi*. 24: 229-232. İstanbul: TDV Yayınları, 2001.

Yeğin, Hüseyin İ. “Öfke Duygusu ve Dinî Açıdan Baş Edebilme Yolları”. *Dinbilimleri Akademik Araştırma Dergisi* 10, no. 2 (2010): 235-258.

Zebîdî, Zeynüddîn Ahmed b. Ahmed b. Abdillatîf ez-. *Sahîh-i Buhârî Muhtasarı Tecrîd-i Sarîh Tercümesi ve Şerhi*. çev. Ahmed Naim - Kâmil Miras. İstanbul: Diyanet İşleri Başkanlığı Yayınları, 2019.