

BAKI DÖVLƏT UNIVERSİTETİ
İLAHİYYAT FAKÜLTƏSİNİN

**ELMİ
MƏCMUƏSİ**

№ 17 • İYUN (HAZİRAN) 2012

DEĞERLER EĞİTİMİ AÇISINDAN İBADETLER (NAMAZ ve HAC ÖRNEĞİ)

*Esmâ Sayın**

ÖZET

Değerler eğitimi, tasavvufî ve psikolojik açıdan ahlakî ve manevî gelişim için, insanî ve evrensel değerlerin insan davranışları üzerinde ortaya çıkmasını hedefleyen bir eğitimidir. Tasavvuf kültüründe ibadetler ise, beden ile ruhun birleştiği bir mana ifade ederler. Bu nedenle bu çalışmada, madde ile mananın bütünleştiği namaz ve hac ibadeti, manevî ve tasavvufî yönleriyle ele alınacaktır. İbadetlerin manevî ve tasavvufî yönleriyle kavranması, onların ahlakî ve manevî değerlerin gelişmesi ve kazanılmasındaki önemi ve yerini ortaya koyar. Zaten değerler eğitimi, ahlakî eğitimin en önemli unsurudur. İbadetler de; psikolojik, manevî ve ahlakî eğitimi sağlayan yönleriyle değerler eğitimine ciddi bir katkı sağlarlar. Bu bağlamda makalede ibadetlerin bazı değerlerin eğitimi üzerindeki katkısı ifade edilecektir.

İbadetler içerisinde namaz ve hac ibadeti, değerler eğitimine en fazla katkı sağlayan ibadetlerdir. Mesela namaz, sözlükte “Dua, tebrik, rahmet, övgü, bağlılık, yüceltme, yüce yaratıcıyı anma” anlamlarına gelir. Kelime manası itibariyle bile namaz, Yaratıcıyla kurulan bağ ve ahlakî gelişim açısından değerler eğitimine katkı sağlayan yönüyle karşımıza çıkar. Bu çalışmada biz, namaz ibadetini tasavvufî açıdan değerlendirerek namaz ibadetinin değerler eğitimi üzerindeki etkisini ortaya koyacağız. Yine bu konuda namaz ibadetini tasavvufî açıdan ele alırken, tasavvuf klasiklerinin bazılarında da faydalanacağız.

Hac ise, madde ile mananın; beden ile ruhun birleştiği bir ibadettir. Zahirî hac, Allah’ın yasaklarından uzaklaşma ve O’nun emirlerine uymadır. Batınî hac ise, Allah

* Yrd. Doç. Dr., Hakkâri Üniversitesi Eğitim Fakültesi İlköğretim Din Kültürü ve Ahlak Bilgisi Öğretmenliği Bölümü
Cep Tel : 0534 2810036
İş Tel : 0438 211 08 07
E Mail : esmasayin16@gmail.com

ile yakınlaşmayı sağlar ve Allah için yapılıır. Başta namaz ve hac olmak üzere, bu ibadetlerin ortak olan manevî ve psikolojik yönleri ele alınarak; bu ibadetlerin sorumluluk duygusu, zaman ve çalışma disiplini, sabır, dürüstlük, vefa gibi değerlerin eğitimine sağladıkları katkılar ise, çalışmanın ana çatısını oluşturacaktır.

Anahtar Kelimeler: Değerler Eğitimi, İbadet, Tasavvuf Kültürü, Namaz, Hac

WORSHIPS IN TERMS OF EDUCATION OF VALUES (THE SAMPLE OF PRAYER AND HAJJ)

*Esmâ Sayın**

ABSTRACT

Education of values, an education which aims at the emergence of human behaviour, mystical and psychologically for moral and spiritual improvement in humanistic and universal values. In Sufi culture worshipping expresses a meaning which combines the body and soul. Therefore in this study, the worshipping of prayer and hajj (pilgrimage) which integrates the body and soul, is dealt with in spiritual and mystical aspects. Understanding the spiritual and mystical aspects of worship reveals the importance of gaining and developing the moral and spiritual values. The education of values is the most important element of moral education. Worshipping contributes the education of values psychologically, spiritually and moral aspects. In this context, worshipping's contribution on education of values will be deal with on this article.

Among the worships, the prayer and hajj (pilgrimage) make the greatest contribution on education of values. For instance in the dictionary, prayer means "Pray, greeting, mercy, praise, devotion, exaltation and memorializing the supreme creator". As the meaning of the word prayer; it appears contributing the education of values in terms of bonding with creator and moral development. In this study, we express to the impact of prayer on education of values with evaluating the mystical perspectives

*Assist. Prof. Dr. Esmâ SAYIN Hakkâri University Faculty of Education Department of Primary School Education on Religion and Ethics
Mobile : 0534 2810036
Office phone : 0438 211 08 07
E Mail : esmasayin16@gmail.com

of prayer. And again on this issue while we are dealing with the worship of prayer, we also benefit from some of the Sufi classics.

Hajj (pilgrimage) is a worship which combines the matter and meaning, body and soul. In one hand ostensible pilgrimage is moving away from Allah's prohibitions and abiding his commands. On the other hand, esoteric Hajj is done for Allah and it enables you getting closer to Allah. At first, prayer and Hajj including the consideration of the spiritual and psychological aspects that are common to the worshipping are the frameworks for the study contributing the education of values such as; sense of responsibility, discipline, patience, honesty and loyalty.

Key Words: Education of Values, Worshipping, Sufi Culture, Prayer, Hajj (Pilgrimage)

DEĞERLER EĞİTİMİ AÇISINDAN NAMAZ ve HAC İBADETİ

GİRİŞ

İnsanın ruhsal yaşantıları ve davranışları ile ilgilen bir araştırmacı için, onun manevî ve ruhsal yönünün olgunlaşması hususunda birtakım ahlakî ve manevî değerlerin önemini fark etmesi çok önemlidir. Değerler eğitimi, tasavvufî ve psikolojik açıdan ahlakî ve manevî gelişim için, insanî ve evrensel değerlerin insan davranışları üzerinde ortaya çıkmasını sağlayan bir eğitimidir. Bu eğitim, insan davranışları ve onun manevî gelişimi için bu değerlerin önemini fark ettirmek ve değerleri uygulamaya yönelik bir eğitimidir. Zaten değerleri dikkate almadan insanın gerçek tabiatını ve ruhsal gelişimini anlama imkânı yoktur. Bu bağlamda insanın ruhsal ve psikolojik gelişimini gerçekleştirme noktasında değerler eğitimi, ahlakî eğitimin en önemli unsurudur. İbadetler de; psikolojik, manevî ve ahlakî eğitimi sağlayan yönleriyle değerler eğitimine ciddi bir katkı sağlarlar. Zaten değerler eğitimi, ahlakî eğitimin en önemli unsurudur. Bu bağlamda makalemizde ibadetlerin; sorumluluk duygusu, zaman ve çalışma disiplini, sabır, dürüstlük, vefa gibi bazı değerlerin eğitimi üzerindeki katkısı ele alınacaktır. İbadetlerin bazı değerlerin kazanılmasındaki katkısını fark etmek, hem insanı tanımada hem de onun ruhsal gelişimini ve ruh sağlığını gerçekleştirmede önemli bir yere sahiptir.

a) Namaz ve Hac İbadetinin Sorumluluk Duygusunun Gelişimine Katkısı

Namaz ve hac ibadeti, değerler eğitimi açısından ortak değerlere sahip iki önemli ibadettir. Namaz ve hac ibadeti insana; Allah'a, kâinata ve bütün insanlara karşı sorumluluk bilincini kazandırdığı için vicdan melekesinin gelişimine katkıda bulunur. "Bu bağlamda vicdan; insanı hayvandan ayıran belli norm ve değerlere sahip kılan, kendisi ve diğer insanların hakkına riayet etmesini sağlayan, fiil ve davranışlarını beşerî planda hür iradesiyle gerçekleştirmesini temin eden bir olgunluk derecesidir. Vicdan, insanın değer şuurunun farkına varması ile gelişmeye başlar. 'Vicdanlı' kişi denildiğinde de başkalarının halini anlayabilen, kendisini onların yerine koyarak 'empati' yoluyla hem kendisine, hem de diğer insanlara sevgi ve şefkatle bakabilen bir şahsiyet kastedilmektedir."¹ Namaz ve hac ibadetinin ruhuna işleyen, dua, niyaz ve tesbihlere yansıyan "Biz" bilinci, hem kendisine hem de diğer insanlara empati ve duygusal duyarlılıkla bakabilen vicdanlı bir insan şahsiyetini ortaya çıkartabilecektir.

Namaz esnasında kıyam durumunda insan, "Bizleri doğru yola hidayet et. Kendilerine nimet verdiklerinin yoluna ilet. Öfkene uğramışların ve sapmışların yoluna değil."² duasıyla ve aynı anda sağ eli sol el üzerine bağlayarak; iyiliği, güzelliği ve adaleti; kötülük, çirkinlik ve zulme tercih eder. Bu duayla ve sağ eli sol el üzerine bağlama hareketinin içinde hissettirdiği manayla, kişide vicdan melekesi ve yeteneği gelişir. "Bu manada vicdan, yapılan ve düşünülen eylemlerin doğru veya yanlış olduğuna karar veren içselleştirilmiş ahlakî ilkeler toplamıdır."³ "Aynı zamanda vicdan, doğru ile yanlış ayırma sezgisi ve yeteneğidir ki; ahlakî değerlendirmeler ve referanslar hep vicdanla şekillenir."⁴ Bu bağlamda namaz esnasında kıyam durumunda şekillenen iyiliği kötülüğe tercih ediş kararı, vicdan melekesinin içselleştirilmesine neden olur.

Namaz esnasında yapılan, "Bizleri doğru yola istikamet üzere ilet."⁵ duası kişiyi zihin, sel ve davranışa dayalı istikrar ve uyum diye ifade edeceğimiz bilişsel tutarlılık denilen yeteneği de insana kazandırır. "Zihinsel tutarlılık; kişinin inançları, tercihleri, tutumları vb. arasında tutarlılık olmasıdır."⁶ Bu tutarlılık, hayat tarzımıza ve tercihlerimize uyum ve istikrar olarak yansır. Eğer bilişsel tutarlılık, manevî ve

¹ Uysal, Veysel, *Psiko-Sosyal Açından Oruç*, T.D.V. Yay., Ankara, 1994, s. 157.

² Fatiha, 1/5-7.

³ Budak, Selçuk, *Psikoloji Sözlüğü*, Bilim ve Sanat Yayınları, Ankara, 2000, s. 810.

⁴ Langston, Douglas C., *Conscience and Other Virtues*, The Pennsylvania State University Press, Pennsylvania, 2001, s. 176.

⁵ Fatiha, 1/5.

⁶ Bourne, Edmund, *Personality Disorder*, New Harbinger Press, Washington, U.S.A., 2011, s. 67.

ruhsal dünyamıza hâkim olmazsa ne yazık ki, bölünmüş kişilik tarzı hayatımıza hâkim olur. “Bölünmüş kişilik, kişilik tarzı olarak çoklu kişilik yerine kullanılan popüler bir terimdir.”⁷ Bölünmüş kişilik, davranış ve algılayış tutarsızlıkları yaşayan zayıf bir kişiliktir. Bu kişilik tarzı, bütünleşmiş kişilik tarzının zıddını benimseyen zayıf bir mü'min figürünü insana hatırlatır. Namaz ibadetinin insana kazandırdığı vicdanlılık şuuru, insana tutarlılık ve istikrar olarak yansır ki, bunun en açık örneği Fatiha suresindeki istikâmeti dilediğimiz duanın okunması ve hissedilmesidir.

Vicdan melekesi gelişince, kendisini muhasebe ve murakabeyle nefsinin terbiye eden bir kul, “Arafat ve Müzdelife’de vakfe esnasında; seyr u sülûkun sonundaki ahirete yolculuğunu, kıyâmeti, haşir hallerini tecrübe eder.”⁸ “Müzdelife ise, yakınlık anlamı taşır. Amel de, yaklaşıcıdır. Yakınlık mahallinde yakınlığı yitiren kimse, hac yapamamış sayılır. Çünkü hac, bütün bu fiillerden meydana gelen yetkin bir yapıdır.”⁹ Bu nedenle Müzdelife ve Arafat’ta vakfe esnasında kişi; kendi ahiret yolculuğunu, kıyametini ve haşirini yaşar. Namazda kıyam duruşu esnasında insan, Allah’ın huzurunda ahireti, mahşeri ve yakınlığı tecrübe eder. Bu tarz bir yakınlık, vicdanlılık ve sorumluluk duygusunun gelişimine katkıda bulunur.

Vicdan melekesinin gelişiminde, hac esnasında tecrübe edilen tavaf, önemli bir yer tutar. Çünkü tavaf esnasında Kâbe’nin insan ruhaniyetini saran; mana âlemini harekete geçiren bir yönü vardır. İnsan, tavaf esnasında Allah’ı ve O’nun tecellilerini kalp ile görmeyi sağlayan müşâhedeyi fark ederken aynı zamanda Allah’a ve kâinata dair olan sorumluluğunun da farkına varır. “Sufiler taifesinin ‘müşâhede’ sözünden muradı, Allah’ı ve O’nun tecellilerini kalp ile görmektir. Çünkü müşâhede halinde bulunan zat, تنها yerde de topluluk içinde de Hakk Teâlâ’yı kalp gözü ile görür.”¹⁰ Rabbini kalp gözü ile gören bir kişi için, ilâhî isim ve sıfatların tecellilerini fark etmek hiç de zor değildir. Allah, kişinin kalbini murâkebe ile gözlerken; kul da buna karşılık, Allah’ın ilâhî isim ve sıfatlarını gözler. Bu gözleme hali, insanın kendisine ve çevresine yönelik olan sorumluluk duygusunu geliştirir. Sorumluluk duygusunun gelişimi ise, vicdan denilen melekenin olgunlaşmasını sağlar.

⁷ Budak, a.g.e., s. 156.

⁸ Yunus Vehbi Efendi, *Haccın Sırları*, (haz. Veysel Akkaya, Nesibe Akkaya), Okul Yay., İstanbul, 2003, s. 53.

⁹ İbn Arabî, *Futuhatu'l-Mekkiyye fi Marifeti'l-Esrarü'l-Malikiyye ve'l-Mülkiyye*, Daru İhya et-Türâs, Beyrut, 1998, C. 3, s. 401.

¹⁰ Hucvirî, Ali b. Osman, *Keşfü'l-Mahcûb*, (thk. Mahmûd Âbidî), İntişârât-ı Sâdâ ve Sîmâ, 1384, hş, 2006, s. 492; Hucvirî, *Keşfü'l-Mahcûb*, Hakikat Bilgisi, (haz. Süleyman Uludağ), Dergah Yay., İstanbul, 1996, s. 474.

“İyi hareketlerde bulunmak için doğuştan gelen istek şeklinde tanımlanan vicdan, sorumluluk duygusunun insan varoluşundaki temel merkezidir.”¹¹ Nitekim Kur’ân-ı Kerim, namazını dosdoğru, hakkını yerine getirerek sürekli kılmayan bireylerde, “vicdan” denilen ahlâkî bilincin gelişmediğini vurgulayarak “Vay o namaz kılanların haline ki, onlar namazla rından gaflet edenlerdir. Onlar, gösteriş için ibadet ederler ve onlar, insanlara en ufak bir yardımı dahi men ederler.”¹² diyerek sert bir dille eleştirmektedir. Demek ki hem namaz hem de hac ibadeti, insanda vicdan melekesini olgunlaştırarak ondaki sorumluluk duygusunu geliştirirler.

b) Namaz ve Hac İbadetinin Zaman ve Çalışma Disiplinine Katkısı

İslam toplumunda hayatın ritmi ve düzeni, büyük ölçüde günlük beş vakit namaz tarafından belirlenir. “Günümüzde bile inananları namaz kılmak üzere toplamak için yapılan namaz çağrısıyla, insan bu durumun farkına varır.”¹³ Namazın hayatımızı düzene koymasının bir nedeni de, günün belli vakitlerinde farz olmasıdır. “Şüphesiz ki namaz, inananlar üzerine vakitli olarak farz kılınmıştır.”¹⁴ ayeti de namaz ibadetinin, namaz kılan bireylerin hayatını belirli bir zaman ve çalışma disiplini içerisinde bir düzene koyduğunu kanıtlamaktadır. Bu nedenle namaz ibadeti, geçmiş ve gelecek zamanla meşgul olmayarak anı değerlendiren ve zamanın değerini bilen bir insanı inşa ederken, aynı zamanda ona çalışma disiplini kazandırır.

Zamanı kendine has ahengi içerisinde düzene koyduğumuz rükûn, namazı en iyi hissettiğimiz mekân olan tavaftır. Namazın en iyi anlaşıldığı makam olan tavaf; tesbih, tenzih, hamd, aşk ve gaybet ile zamanı insanın lehine tanzim eder. Çünkü tavaf, namazın en güçlü yaşandığı mekân olduğu gibi, aynı zamanda da bir gaybet mekânıdır. “Gaybet, nefsin arzularının kaybolduğu manevî ve ruhanî arzuların ruha hâkim olduğu bir mekândır.”¹⁵ Bu manasıyla tavaf, gaybettir. Aynı zamanda tavaf, kulun dünyaya ait bütün istek ve arzularını yok ederken, onun algı dünyasını geçici bir süre içerisinde dış dünyaya kapatır. Bu dışa kapanış süreciyle beraber namaz ve tavaf, kulun nefsanî arzularını en aza indirirken zamanı insanın lehine düzenler. Bu iki ibadet, zaman ve çalışma programı olarak hem zihni hem de gönlü Allah’la bütünlük arz eden bir kıvamda düzenler.

¹¹ Fromm, Erich, *Erdem ve Mutluluk*, (çev. Ayda Yörükân), Türkiye İş Bankası Kültür Yay., İstanbul 1995, s. 157.

¹² Maûn, 107/5-7.

¹³ Sachiko, Murata, William Chittick, *İslamın Vizyonu*, İnsan Yayınları, İstanbul, 2000, s. 66.

¹⁴ Nisa, 4/103.

¹⁵ Kelâbâzî, *et-Taarruf li Mezhebi Ehli’t-Tasavvuf*, Mektebetü’l-Külliyâtü’l-Ezheriyye, Kahire, 1980, s. 140.

Belli vakitlerde belirlenen hikmetler üzerine bina edilen namaz ve hac ibadeti, insanlar için belli bir zaman ve çalışma programı olarak düzenlenmiştir. Böylece insan; bu ibadetlerin getirdiği iş ve zaman disipliniyle, hayatı belli bir düzen içerisinde belli zaman dilimlerine bölerek değerlendirmeyi öğrenecek; başarı dolu bir yaşamı yakalayabilecektir.

c-) Namaz ve Hac İbadetinin Sosyal ve Ahlâkî Değerleri Koruma Erdemine Katkısı

İnsanı hem kendisine hem de topluma karşı yıkıcı eğilimlerden kurtararak onda birtakım sosyal ve ahlâkî değerleri geliştiren ibadetler, özellikle namaz ve hac ibadetidir. Kur'ân-ı Kerim'de namaz kılan insanların, "ıffetlerini korudukları ve nikâh yoluyla meşru şekilde sahip oldukları dışında isteklerini frenledikleri"¹⁶ ifade edilmiştir. Bu ayette namaz kılan kişilerin iffet, namus gibi sembolik değerlerin yanında ahlâkî olduğu düşünülen toplumun devamını sağlayan bütün değerleri korumaya karşı duyarlı oldukları anlaşılmaktadır. Sosyal ve ahlâkî değerlerin korunmasında duyarlı olan bireyler, kendi değerlerinin korunmasına özen gösterdikleri gibi diğer insanların da değerlerini korumaya özen göstermekle sorumludurlar.

Namaz ibadeti sayesinde toplumsal düzenin ayakta kalmasını sağlayan ve ahlâkî değerlerin korunması hususunda duyarlılık kazanan bireyler; ruhlarını, ailelerini ve toplumlarını olumsuz her durumdan korurlar. "Olumsuz fiillerden, akla, sağduyuya ve ahlâkî emirlere aykırı olan tutum ve düşüncelerden, mahrem yerlerini akıl ve duygularını koruyarak temizlenirler. Bu özelliklere sahip bireyler; soyun, ailenin, cemiyetin hesapsız mahvolmasını ve beşerî-şehvî güdülerin olumsuz etkilerini önlemiş olacaktırlar."¹⁷ Toplumsal ve ahlâkî değerleri hisseden insanlar, aynı toplum içerisinde; duygu birliğini tecrübe ederler. "Duygu birliğinin özü, insanın bir başka kişiyle, 'birlikte acıyı çekmesi' ya da daha geniş anlamda 'birlikte hissetmesi' dir."¹⁸ Birlikte ortak bir ruhla hissetmek, sosyal ve ahlâkî değerlerin korunmasına katkıda bulunacaktır. Akla ve sağduyuya aykırı her türlü davranıştan ibadetler sayesinde korunan insanlar, birlikte aynı acıyı ya da huzuru hissedebileceklerdir.

¹⁶ Mü'minin 23/5-6; Mearic 70/29-30; Bkz. Esed, Muhammed, *Kur'an Mesajı Meal Tefsir*, (çev. Cahit Koytak, Ahmet Ertürk), İşaret Yayınları, İstanbul, 1997, s. 1187.

¹⁷ Kutub, Seyyid, *Fizilâli'l-Kur'an*, (çev. M. Emin Saraç, İ. Hakkı Şengüler, Bekir Karlığa), Hikmet Yayınevi, İstanbul, 1972, C. 1, s. 301.

¹⁸ Fromm, Eric, *Umut Devrimi*, (çev. Şemsa Yeğin), Payel Yayınevi, İstanbul, 1990, s. 92-93.

Toplumsal ve ahlakî değerleri koruyarak duygu birliğini yaşadığımız ibadetler, namaz ve hac ibadetidir. Duygu birliğinin mekânı olan ve insanı Hz. İbrahim'in insanlığa sunduğu tevhit inancıyla buluşturan makam ise, hac esnasında yaşanan Minâ'dır. Kendi nefsinin karanlığından çıkararak cahilliklerini yenen ve Minâ'yı feth eden insan, İbrahim olmaya hak kazanmıştır. Minâ'yı feth eden insan, İblis'i yenmiştir. Şeriatî bu durumu şöyle ifade eder: "Zafer şenliği düzenle, bayram et, ihramdan çık. Hayat elbisesini giy, koku sür, tıraş ol, eşini kucakla... Özgürsün. İnsansın. Minâ'yı fethettin, İblis'i altettin. Artık İbrahim'sin!"¹⁹ İbrahim olmayı ya da başka bir deyişle Hz. İbrahim'in yaşadığı ahlakî yaşamayı başaran kişi, sosyal ve ahlakî değerlerin korunmasına özen gösterebilir. Bu manada hac ibadeti, duygu birlikteliği ile birlikte evrensel değerlerin farkına varmayı da insan için mümkün kılabilir.

Toplumsal değerlerin hissedildiği ve ahlakî değerlerin fark edildiği tavaf da, ihlâstan beslenir ve ihlâsı besler. Cüneyd ise, ihlâs hakkında şöyle demiştir: "İhlâs, Allah Teâlâ ile kul arasında bulunan bir sırdır; melek bilemez ki sevabını yazsın, şeytan bilemez ki ifsat etsin, hevâ ve heves bilemez ki saptırsın."²⁰ İhlâs, işlerin ve niyetlerin gerçek yüzünü ortaya çıkartan bir turnusol kâğıdı gibidir. Bu nedenle ihlâs olmadan tavafı yapmak, sadece Kâbe etrafında dönmektir. Ancak ihlâsla tavafa sarılmak, Allah ile kul arasında çok özel bir bağ kurmaktır. Bu bağ kurulurken araya ne bir melek, ne şeytan, ne de nefis girebilir. Bu bağlamda tavaf, sosyal ve ahlakî değerlerin korunması hususunda namaz ibadeti gibi ihlâsı güçlendirme açısından etkili olur. Samimiyeti güçlenen bir kul ise, evrensel bir bilinçle sosyal ve ahlakî değerleri koruyabilir.

Ahlakî değerleri koruma erdemini kazanırken insanı aşağıların aşağısına düşüren şeytanını taşıyan kişi, şeytan taşlama esnasında nefsini hesaba çeker ve bu yolla ihlâsını güçlendirir. Nefsinin hesaba çeken kişi, şeytandan sonra nefsinin de taşlar. "Kişi, iş ortağını hesaba çektiğinden daha dikkatli ve titizlikle nefsinin hesaba çekmeden, takva ehlinden sayılmaz."²¹ Bu bağlamda kişi, menfaat ilişkisi içerisinde olduğu kişilerden önce nefsinin hesaba çekmelidir. Bu durum nefsin hoşuna gitmez, nefis kaçamak savunmalar yapsa da nihayetinde teslim olmak zorunda kalır. İnsanın

¹⁹ Şeriatî, Ali, *Hac*, (çev. Mustafa Çoban), Özgün Yay., İstanbul, 2006, s. 126.

²⁰ Kuşeyrî, Abdülkerim, *Risâletü'l-Kuşeyrî*, Daru'l-Hayr, Beyrut, 2003, s. 291.

²¹ Muhasibî, Hâris, *er-Riâye li Hukukillâh*, (Edited By. Margaret Smith), London, E.J.W. Gibb Memorial Series, London, 1984, s. 60.

egolarını terbiye etmesi olarak düşünülen nefis terbiyesi, hac ibadeti gibi namaz ibadetinde de sosyal ve ahlakî değerlerin korunmasında etkili olur.

Sosyal ve ahlakî değerlerin varlığını tavafla fark eden insan, vücuttaki her şeyin tavaf ettiğini idrak eder. “Mesela kan, yürek merkezli insan bedenini tavaf eder. Eğer kan; bu tavafını bir süre durdursa, insanın bu dünyadaki misafirliği son bulur. Ay, dünyayı tavaf eder. Dünya, güneşi tavaf eder. Güneş sistemiyle birlikte ait olduğu galaksinin merkezini tavaf eder.”²² Demek ki tavaf, kişiye yaratılış amacını gösterirken; aynı zamanda onu yaşamın merkezinin tavaf hareketinde saklı olduğuna ikna eder. İnsanın yaratılış amacının farkında olması, onu insan kılan özelliklerin ve ahlakî değerlerin farkında olması manasına gelir.

Namaz ve hac ibadeti esnasında kanın deveranı gibi hissedilen değerler, hem insanın kendi benliğine hem de diğer insanların benliğine ve yaşamlarına saygı duymasına neden olur. “Zaten kendimizin yaşamına duyduğumuz saygı gibi başkalarının yaşamına duyduğumuz saygı, ruhsal sağlığın bir koşuludur. Başkalarına karşı duyulan yıkıcılık ise, patolojik bir olaydır.”²³ Bu nedenle hem hac hem de namaz ibadeti, bireyin ruhundaki ahlakî ve sosyal değerleri koruyarak hem kendi yaşamımızın hem de diğer insanların yaşam kalitelerinin yükselmesine hizmet ederler.

Kişinin değerlerinin farkında olarak sosyal ve ahlakî değerleri korumasının en önemli ön şartı, namazdaki kıyam duruşu ve hac ibadetindeki tavaf esnasında hem hesap gününü yaşaması hem de benlik arayışını tatmin edici süreçlerle bu ibadetleri tamamlamasıdır. Namazdaki kıyam duruşu esnasında kişi, hesap gününü yaşarken aynı zamanda varlığının anlamını tatmin eden sorulara da cevap verir. “Benlik arayışını, özellikle ergenlik döneminde düzgün bir şekilde atlatamayan bireyler, ilerleyen dönemlerde ciddi bir bunalımla karşı karşıya kalabilirler.”²⁴ Bu bunalımı neredeyse hiç yaşamadan atlatan kişiler, sosyal ve ahlakî değerlerin farkındalığını namaz ve hac esnasında yakalayan kişilerdir.

Namaz ve hac ibadeti esnasında yaşanan Allah'a duyulan saygı ve tevazu; tesbih ve tenzih anlayışı; tevbe ve teslimiyet anlayışı kişide hem değerlere bağlanmayı sağlarken aynı zamanda mevcut bağlanma bozukluğunu tedavi ve terapi eder. “Zaten bağlanma bozukluğu, kişinin sevgiye dayalı kalıcı ve yakın ilişkiler kurmakta zorluk

²² İslâmoğlu, Mustafa, *Hac Risalesi*, Düşün Yayıncılık, İstanbul, 2006, s. 77.

²³ Fromm, Eric, *Kendini Savunan İnsan*, (çev. Necla Arat), Say Yayınları, İstanbul, 1982, s. 215.

²⁴ Bkz. Budak, a.g.e., s. 124.

çekmesiyle tanımlanan bir rahatsızlıktır.”²⁵ Bağlanma bozukluğunun en güçlü tedavisi, kulluk bilinci ve teslimiyet duygusuyla sağlanır. Bu duygular da, en güçlü haliyle namaz ve hac ibadeti esnasında yaşanır. Rabbine hem kalben hem de zihnen bağlanan kişi, ahlakî değerlerini geliştirerek sosyal ve ahlakî değerleri tam manasıyla koruyabilir.

d-) Namaz ve Hac İbadetinin Sabır ve Kendini-Kontrol Yetisinin Gelişmesine Katkısı

Bireye kendi davranış ve dürtülerini kontrol etme imkânı veren namaz, kul ile Allah arasında bir bağ ve buluşmadır. Namaz kalbin kuvvet aldığı, ruhun Allah’a bağlılığını hissettiği, insanın kendisini kontrol etmeyi tecrübe ettiği bir süreçtir. “Mesela Mevlânâ’ya göre, ‘Allah en büyüktür.’ manasına gelen tekbirin gerçek anlamı, ‘Ya Rabbi, biz senin huzurunda kurban olduk.’ demektir. O’na göre koyun keserken, ‘Allahu Ekber’ denildiği gibi kötü duygu, düşünce ve fiillerin kaynağı olan nefsi keserken de, ‘Nefsin kurbanını kestim.’ denilir. Nefis için, ‘Allahu Ekber’ keskin bir kılıçtır. Onunla nefsi kestiği zaman, ruh fanilikten kurtulacaktır. Sonuç itibarıyla kurban kesmekle, namaza durmak arasında bir benzerlik vardır. Kurban esnasında bir hayvan kurban edilir. Namaza durulunca da, nefsin boş arzu ve hevesleri öldürülür. Çünkü namaza duran kimse, namazın erkânından başka bir harekette bulunmaz. Bulunmayınca da serbestliğe ve hürriyete alışmış nefsin isteği yapılmamış ve nefis öldürülmüş olur.”²⁶ Serbestliğe alışmış insan nefsi, terbiye edilerek ona ahlakî değer eğitimi muhasebe ve murakebe yoluyla verilirse, nefis kendini-kontrol etme ve sabır yetisini kazanabilir.

Hac ibadeti esnasında, Allah’ın emirlerine itaat edip yasaklarından sakınan bir kişi için kurban kesmek, nefsin kurbanını kesmektir. Nefsin kurbanını kesmek ise, takvaya ulaşmanın sırrıdır. “Takva, Allah’tan gelen bir nur ile O’nun sevabını ümit ederek O’na itaat etmektir.”²⁷ Nefsin kurbanını kesmek, nefse vurulan en büyük darbe ve onu muhalefet kılıcıyla kesmektir. Nefsi kontrol altına alarak sabrı ve kendini-kontrolü kişiye fark ettiren kurban ibadeti, insanın değerlerini hissederek nefsin terbiye etmesini sağlar. Bu yönüyle insan, namaz ve hac ibadeti esnasında kendini kontrol etme yetisini, içerisindeki sabır gücünü geliştirerek tecrübe eder.

²⁵ Budak, a.g.e., s. 106.

²⁶ Mevlânâ, Celâleddin Rumî, Mesnevî-i Mânevî, (thk. Reynold A. Nicholson), İntişârât-ı Hermes, Tahran, 2003, s. 78

²⁷ Muhasibî, a.g.e., s. 51.

Birçok kişi, hayatı boyunca dürtülerinin kölesi olarak yaşar. Hâlbuki kendini irade kuvvetini harekete geçirerek denetlemek, niyet ile eylem arasında bir alan oluşmasını sağlar. “Kendini denetleyip davranış ve düşüncelerini kontrol etme, bireye anlık bir rahatlama sağlayacak; hatta zevk verecek; ama aynı zamanda karşısındaki insana acı verebilecek, onun aklını karıştırabilecek ya da öfkelenmesine yol açacak bir şeyi söylemekten bireyi alıkoyabilecektir. Kendini tutma ya da davranış, düşünce ve duyuları kontrol yeteneği, hem insanın sevgisini ifade etmeye yarar; hem de başka insanların hayatlarının insanın kendisinin hayatı kadar değerli olduğunu görmesine fırsat tanır.”²⁸ Bu bağlamda nefisini sabırla kontrol ederek ego kontrolünü insana sunan namaz ve hac ibadeti, onun hem sabır gücüne hem de kendini-kontrol yetisini geliştirmesine katkı sağlar.

e-) Namaz ve Hac İbadetinin Dürüstlük Erdemini Gelişimine Katkısı

Kur’ân-ı Kerim’de namaz ibadetini yerine getiren bireylerin, “emanetlerine ve ahitlerine riayet edecekleri”²⁹ vurgulanmıştır. Yani namaz kılan bireyler; kendilerine emanet edilen söz, mal, evlat, görev ve sorumluluklara Allah haklarına ve kul haklarına riayet ederler. Namaz ibadetinin yanı sıra dürüstlük erdemini geliştirmesi açısından hac ibadeti esnasında yapılan şeytan taşlamak ve kurban kesmek, insana nefis mücâhedesini öğretir. Dihlevî bu durumu şöyle ifade eder: “Dostların mücâhedesini, kendi iradeleri olmaksızın Hakk’ın onlardaki fiili ve kahrı eritmesidir. Onun eriştiği tümü ile okşamak ve lütuftur. Gafillerin mücâhedesini ise, kendi iradeleri ile yaptıkları kendi fiilleridir. Bu ise, karışıklıktan ve dağınıklıktan başka bir şey değildir.”³⁰ Buradan anlaşıldığı üzere dostların mücâhedesini, Allah’ın ikramıyla, nefsi terbiye etmektir. Gafillerin mücâhedesini ise, kendi fiilleri ile nefsi etkisiz hale getirmektir. Nefsi etkisiz hale getirince, doğruluk ve dürüstlük eylemi kişinin ruhunda hâkim olur.

Hesap gününü kişiye yaşatmasıyla bilişsel tutarlılık ve dürüstlük erdemini insana en iyi hissettiren nokta, hac esnasındaki sa’y noktasıdır. “Safa ile Merve arasında sa’y etmek, padişahın yanına girip çıktıktan sonra, dileğinin kabul olunup olunmadığını bilmediği için sarayın etrafında dönüp dolaşan kimsenin durumuna benzer.”³¹ Kişi hem sevaplarını hem de günahlarını muhasebeye çekerek Safa ile

²⁸ Dowrick, Stephanie, *Sevginin Halleri*, (çev. Gürol Koca), Ayrıntı Yayınları, İstanbul, 2000, s. 142-143.

²⁹ Mearic, 70/32.

³⁰ Huevirî, *Keşfü’l-Mahcûb*, s. 319; Huevirî, *Hakikat Bilgisi*, s. 38.

³¹ Gazâlî, Ebû Hâmid, *İhyâ-ı Ulûmi’-d-dîn*, Müessesetü’r-Riclibî, Kahire, 1974, C. 1, s. 330.

Merve arasında gelir gider. Bazen günahların uyandırdığı saygı ve tevazu, bazen de sevapların coşkusu ve mutluluğu, kişiyi Safa'dan Merve'ye; Merve'den Safa'ya yürütüp durur. Aynı ruh halini kişi, namazda “Allah'ın hesap gününün sahibi”³² olduğunu ifade ederken yaşar. Bu kişi de, sevap-günah hanesini tartıp onların muhasebesini tutarak sevabın mütevazı coşkusu, günahın bağışlanma umudu ve saygısı içerisinde rukû'ya eğilir. Kulun kendisini bağışlanma umudu ile hesabı verememenin endişesi içerisinde hesaba çekmesi, ona doğruluk ve istikamet içerisinde bir yaşam sunar. Böylece dürüstlük erdemi, bu süreçlerden geçen bir kişi için içselleştirilebilir.

“Doğruluk egemen olunca, toplumun bireyleri arasında güven duygusu pekişir, ilişkiler ve işler hak, kolaylık ve hayır çizgisinde gelişme gösterir. Ama yalan egemen olunca bireyler arasında güven kaybolur; toplumsal bünyede çatlama, çökmeler meydana gelir.”³³ Bireyin emanet ve sözlerine riayet etmemesi yalancı bir tabiata sahip olması, inanılan değerler ile davranışlar arasında bir tutarsızlık oluşturur. Bu inanç-davranış tutarsızlığı, kişilik bölünmesine neden olur. Bu noktada namaz ve hac ibadeti, insana hesap gününü yaşatarak ve dürüstlük duygusunu içselleştirerek inanç-davranış bütünlüğü oluşturacağı için bütünleşmiş kişilik özelliklerine sahip bireylerin ve birbirlerine güven duyan şahsiyetlerin gelişmesinde etkili olacaktır.

f-) Namaz ve Hac İbadetinin Tevazu Erdeminin Gelişmesine Katkısı

İnsan, namazda Allah'ın huzurunda durup O'nun hesap gününün sahibi olduğunu tasdik ederken Allah, hesaba çekmeden önce kendisini hesaba çeker; kendi hata ve eksiklerini sorguya çeken insan, hatalarını görerek kusursuz olanın sadece Yüce Yaratıcısı olduğunun farkına varır. Rükû'daki bu hissiyat, tevazu ve huşu anlayışının kaynağını oluşturur. Rükû esnasında namaz kılan kişinin tecrübe ettiği tevazu ve huşu duygusu, Kur'ân-ı Kerim'de namaz kılan inanlı bireylerin, “namazlarını huşu içerisinde yerine getirdikleri”³⁴ ayetiyle ifade edilmiştir. “Namazında huşu içinde olan kimsenin Allah'a karşı sevgi merkezli bir korku duygusu ile beraber son derece itaatkâr bir ruh hali içerisinde tevazu ile boyun eğmiş ol-

³² Fatiha, 1/3.

³³ Derzeze, İzzet, *et-Tefsîrû'l-Hadis, Nuzul Sırasında Göre Kur'an Tefsiri*, (çev. Şaban Karataş, Ahmet Çelen, Mehmet Çelen), Ekin Yayınevi, İstanbul, 1998, C. 3, s. 319.

³⁴ Mü'minun, 23/1-2

ması beklenmektedir.”³⁵ Zaten huşu, Allah korkusuyla beraber tevazu duyguları içerisinde insanın kendisini oluşturan maddî-manevî bütün unsurlarıyla sükûnet bulmasıdır.

Huşu içerisinde namaz kılanların, “alçak gönüllü bir duyarlılık içerisinde”³⁶ namazlarını yerine getirdikleri vurgulanmıştır. Bu durum bize namazın Allah’a ve insanlara karşı alçakgönüllü bir duyarlılık içerisinde davranmayı, nimetin sahibini tanıyarak kibir ve gururdan arınmayı öğrettiğini göstermektedir. Namazda özellikle rükû ve secde durumunda tevazu ile eğilen bireyde, insanların şahsiyet haklarına saygı ve duyarlılık oluşacaktır.

Tevazu duygusunun ve insanlar arası sevgi kaynaklı bütünleşmenin en güçlü tecrübe edildiği nokta, hacda Arafat’ta vakfe esnasında yaşanır. “Durulan ve durulaşan, durulaştıkça sükûnete eren insanların aynı zaman ve mekânda, Allah’ın rahmetini arzularak, samimiyetle dua ve niyaz ederek, yalvarıp yakararak bir araya gelip toplanmaları, bereketlerin inmesi ve ruhaniyetin yayılmasına neden olur. Bunun içindir ki, şeytan o gün, son derece hor, hakir ve perişan olur.”³⁷ “Bu bağlamda Allah’a sığınma duaları, insanı aciz bırakan durumlardan hem Allah’a hem de O’nun kullarına ve bütün âleme karşı saygı ve tevazu duyma noktasıdır.”³⁸ İnsanların toplu maneviyatlarından yayılan manevî enerji, melekî duyguların yayılmasına ve şeytanî özelliklerin ortadan kalkmasına vesile olur. Melekî duygunun en açık yaşandığı ruh hali ise, tevazu ve samimiyetin dua ve niyazla birleştiği vakfe anıdır.

İlahî ve insanî ilişkiler kurmayı başaran bir kişi için kıyam esnasında başlayan, rükû’da olgunlaşan, secde de ise zirveye ulaşan duygular; saygı, yakınlık ve özellikle tevazu duygusudur. Kıyam’da Allah dışındaki bütün sevgilileri tekbirle arkada bırakan, sonra hesap gününü yaşayan bir kişi için rükû’da hesabını hakkıyla verememekten dolayı saygı ve tevazu duyguları içerisinde eğiliş; bu duyguların namazda ne kadar da güçlü yaşandığını gösterir. Rükû’da ise bu süreç, tenzihle hataları itiraf ediş sonrası tekrar huzura davet edilile yaşanır. Coşku duygusu, secdede “Yüceler Yücesi Rabbim Seni tesbih ve tenzih ederim.” niyazıyla zirveye ulaşır. Coşkuyu ve saygıyı takip eden ya da motive eden en güçlü duygu, yine tevazu duygusudur.

³⁵ Razî, Fahrüddin, *Tefsir-i Kebir Mefatihü'l-Gayb*, (çev. Suat Yıldırım, Lutfullah Çelebi, Sadık Kılıç, Sadık Doğru), Akçağ Yay., Ankara, 1988, C. 16, s. 386-387.

³⁶ Bkz. Mü’minun, 23/1-2.

³⁷ Dihlevî, Şah Velîyullah, *Hucetullâhi'l-Balîğa*, Dârü İhyâi'l-Ulûm, Beyrut, 1990, s. 168.

³⁸ Sayın, Esmâ, *Dua Terapisi*, Nesil Yayınları, İstanbul, 2011, s. 73.

Tevazu duygusunun eksikliği, insanda üstünlük kompleksinin gelişmesine neden olur. Üstünlük kompleksinin en güçlü tedavi ve terapisi de namazda kıyam, rükû ve secde duruşuyla, hac esnasında da vakfe ve mütezemdeki dua ve niyaza duran insanın duasıyla sağlanır. Böylece bu ibadetlerle hem mana hem de şekil itibariyle saygı ve tevazu duygusunun en üstünü yaşanarak üstünlük kompleksine darbe vurulur. “Bu kompleks, kişinin başkalarınınkine kıyasla kendi fiziksel, zihinsel ve duygusal özelliklerine veya yetilerine gerçeğe uymayan aşırı, abartılı bir önem vermesiyle ve bu temelde kendini herkesten üstün ve önemli görmesiyle tanımlanan bir tutumdur.”³⁹ Şekil, mana ve lafız beraberliğiyle kişiye tevazu ve saygının en yücesini yaşatan namaz ve hac ibadeti, hem Allah’a hem de O’nun kullarına ve bütün âleme karşı saygı ve tevazu duyma noktasıdır. İşte bu nedenle üstünlük kompleksinin en güçlü manevî terapi yolu, namaz ve hac ibadetindedir. İnsan namaz ve hac ibadeti esnasında, kendi yetenek ve üstünlüklerinin sahibinin ve ikram edicisinin Allah olduğunu hissederek Allah’a şükran duyar, o yeteneklerin sahibine güven duyarak öz-güven yetisini geliştirir.

h-) Namaz ve Hac İbadetinin Vefa ve Değerbilirlik Erdemine Katkısı

Namaz ve hac ibadeti, vefa ve değerbilirlik erdemlerini en sistematik tarzda geliştiren ibadetler içerisinde yer almaktadır. Zaten vefa duygusu, yapılan bir iyilik karşılığında minnet duymayı, yapılan iyiliği unutmuyarak, iyiliğe yine iyilikle karşılık vermeyi motive eden ahlâki bir erdemdir. Vefa duygusunu hisseden bir kişi, teşekkür ve takdir etmeyi görev sayan ve iyilik yapana karşı saygı ve memnuniyet duygusu taşıyan bir insan demektir. İnsan namaz ibadeti esnasında, Allah’ı; nimetlerin sahibi olarak tanıyarak, O’nun sunduğu nimet ve iyiliklere karşılık vefa ve teşekkür hislerini sunmayı tecrübe ettiği için, insanların iyiliklerine de teşekkür, takdir ve övgü ifadeleri içerisinde karşılık vermeyi öğrenecek; kendisine yapılan iyilikleri, iyiliklerin gerçek sahibi Yüce Yaratıcıyı her namazında hatırladığı için unutmayacaktır. Günde beş defa tekrarlanan Allah’la insan arasındaki karşılıklı şükür, vefa, takdir alışverişi, vefa duygusunun bireyde yerleşmesine neden olacak; bu duygu, olumlu karakter özelliği olarak bireyler arası ilişkileri etkileyecektir.

Kur’an nazarında şükür ve hamd tek taraflı olmayıp karşılıklıdır. Allah’ın ikramlarına karşılıklı şükretmek görevi insana düşüyorsa, Allah’ın da bu şükran, minnet ve övgüye; kulunu övülmüş kulların içerisine katarak karşılık vermesi beklenmektedir.

³⁹ Budak, a.g.e., s. 801.

“Namaz kılan insan, Salli-Barik duaları ile Hz. İbrahim ve Hz. Muhammed’in şahsında tevhit inancını benimsemiş inananları vefa duygusu içerisinde dua ile anmaktadır.”⁴⁰ “İslam dini, toplumlar arası bir hadise olarak görülen vefa erdemini evrensel boyutlarda bütün insanlığı kapsayan bir erdem anlayışına dönüştürmüştür. Bu suretle vefa, toplumlararası ilişkilerde de işlerliğini icra edebilecek ahlâkî bir güç olmuştur.”⁴¹ Bütün bu yönleriyle namaz ibadeti, İslâm dininin vefa vurgusunu yansıtarak Allah’a duyduğumuz vefa ve sevgiyi; kendi benliğimize, bütün insanlığa ve kâinata yöneltmemizi sağlar.

Vefa erdemini, toplumlararası ilişkilerde de işlerliğini icra edebilecek ahlâkî bir güç haline getiren ibadet, hac ibadetidir. Vefa duygusunun en derûni tarzda yaşandığı nokta da, hac mekânlarından biri olan sa’y noktasıdır. Bu bağlamda İbn Arabî’ye göre, Hz. Hacer’in koşması ve gayreti; sa’y adında bir ibadete dönüşmüştür. Hz. Meryem ve Asiye’den sonra bir kadının fiil ve ahlakî yüceltilmiş; uygulaması ibadet vecdiyle kutlanmıştır. İbn Arabî bu durumu şöyle anlatır: “Hz. Peygamber, Meryem ve Asiye’nin kemallerine tanıklık etmiştir. Bu nedenle Safa ile Merve arasında İsmail’in annesi Hacer tavaf yapmış, vadinin içinde de yedi kez koşmuştur. Bu esnada Hacer, oğlu İsmail’in maruz kaldığı susuzluğu giderecek birisinin gelmesini bekliyordu. Annesi, oğlunun yok olmasından endişeleniyordu ki, hadise meşhurdur. Allah, Hacer’in fiilini Safa ile Merve arasında koşma yapmış ve haccin meşru uygulamalarından birisi saymıştır.”⁴² Annelik şefkati ve annenin evladının susuzluğuna son verme çabası, vefa erdeminin Hz. Hacer’in şefkati üzerinden evrensel bir değer haline getirilmesidir. Ayrıca sa’y rûknû da, namazdaki salli-barik dualarındaki duyarlılıkla benzer olarak tevhit inancına vefa, tarihe kültüre ve bütün insanlara vefa olarak karşımıza çıkmaktadır.

Bütün insanlara vefanın sembolü olarak karşımıza çıkan bir diğer hac mekânı ise, Arafat’tır. “Bu manada tevhit inancına sahip iman eden bütün insanlar için dua ve niyazın ölümsüzleşmesi açısından vefa erdeminin en etkili olduğu mekân olan Arafat, ubûdiyyete açılan bir kapıdır.”⁴³ “Aynı zamanda kutsal mekânları hac ibadeti esnasında ziyaret etmek, tarihe ve kültüre vefanın gereğidir.”⁴⁴ Böylece kişi, gönül derinliklerinde saygı ve değerini sakladığı Mekke ve Medine’yi ziyaret ederek o

⁴⁰ Sayın, Esmâ, *Namaz ve Karakter Gelişimi*, İnsan Yayınları, İstanbul, 2006, s. 146.

⁴¹ İzutsu, Toshihiko, *Kur’an’da Dini ve Ahlakî Kavramlar*, (çev. Selahattin Ayaz), Pınar Yayınları, İstanbul, 1997, s. 127-128.

⁴² İbn Arabî, a.g.e., C. 3, s. 371.

⁴³ Kuşeyrî, Abdülkerim, *Risâletü'l-Kuşeyrî*, Daru'l-Hayr, Beyrut, 2003, s. 325.

⁴⁴ Dihlevî, a.g.e., C. 2, s. 183.

saygı ve coşkunun bu ziyaretle ortaya çıkmasını sağlar. O mekânların değeri ve saygınlığı, edilen bu ziyaretle daha da artar. Değer ve saygı bilinci, beraberinde vefa erdeminin gelişmesine neden olur.

Rükû esnasında hesap anında hesabını verememenin saygısı ve tevazusu içerisinde eğilen bir kul, "Yüce olan Rabbim Seni tesbih ve tenzih ederim." diyerek hem hatalarını itiraf eder; hem de Rabbini ilahî isim ve sıfatları ile tesbih edip yüceltir. Hem kulun tenzih ile hatalarını itiraf edişi, hem de Rabbini tesbih ederek yüceltişi, Allah'ın rızasına uygun düşer. Allah, kulunu ikinci defa övüp yücelterek huzuruna alır. Allah'ın kendisini yüceltip övmesine ve tekrar huzura almasına çok mutlu olan kul, "Allah hamd edenin hamdını işitti." diyerek coşkusu ifade eder. "Şüphesiz hamd ve övgü Rabbimiz içindir." diyerek Allah'ın hamdine yani kendisini övmesine ve tekrar huzura almasına, "hamdle" yani şükür ve minnet duygularıyla karşılık verir. Bu karşılıklı hamd ve saygı iletişimi, kulun kendi benliğine saygı duyması manasına gelen öz-saygı sürecinin olgunlaşmasına neden olur. "Öz-saygı kişinin kendi değerine ilişkin olumlu bir değerlendirmede bulunmasıdır. Eğer kişinin benlik saygısı yeterli düzeyde değilse, birey kendisi için en iyi şekilde olacak şekilde davranamaz."⁴⁵ Aslında öz-saygı dediğimiz benlik saygısı yüksek olan kişi; kibir içerisinde kendini evrenin merkezinde gibi veya başkalarından üstün görmez. Ama kendisini başkalarından daha kötü, değersiz ve önemsiz bir varlık olarak da görmez. Rükû'da daha önce ifade edilen bu dengeyi yakalayan, ayrıca Allah'ın kendisine duyduğu saygıyı ve verdiği değeri fark ederek benlik saygısını geliştirebilen bir kişi, önce Rabbine; sonra kendisine; en son olarak da âlem ve insanlığa saygısı yüksek olarak benlik saygısı yüksek bireylerden olmanın ayrıcalığını yaşayabilir.

SONUÇ

Günümüzde karşılaştığımız ruhsal sorunların önemli bir kısmının belli değerlere uygun bir hayat tarzından uzak kalmanın bir sonucu olduğu görüşü, konunun uzmanlarınca genel kabul görmeye başlayan bir görüştür. Tasavvuf ve psikoloji ise, ahlaktan bağımsız olarak düşünülemez. Gerçekte birçok ruhsal sorunun temelinde ahlakî sorunlar yatar. Bu nedenle biz, bu makalede insanın ruhsal ve manevî yönden gelişimini sağlayan namaz ve hac ibadetinin, mukayeseli bir biçimde sorumluluk

⁴⁵ James, William, *Psycholog's Principles*, Harvard University Press, New York, 1983, s. 87.

duygusu, çalışma disiplini, sabır, dürüstlük, vefa gibi değerlerin eğitimine sağladıkları katkıları ortaya koymaya çalıştık. Böylece namaz ve hac ibadetinin, ahlakî değerlerin en önemli kaynağı olduğunu ve bu ibadetlerin ruhsal gelişimi sağlamadaki gücünü idrak ettik. İbadetlerin değerlerin korunması ve geliştirilmesi üzerindeki katkısını fark etmek, onların tüm insanî ve evrensel değerlerin teşvikçisi ve koruyucusu olduğunu fark etmektir. Bu yönleriyle ibadetler anlaşıldığında, onların hem kişinin ahlakî değer yargılarını eğiten; hem de ruh sağlığını sağlayan fonksiyonu anlaşılacaktır.

BİBLİYOGRAFYA

Ankaravî, İsmail. (1996), *Minhacü'l-Fukara*, (haz. Saadettin Ekici), İstanbul: İnsan Yayınları.

Budak, Selçuk. (2000), *Psikoloji Sözlüğü*, Ankara: Bilim ve Sanat Yayınları.

Bourne, Edmund. (2011), *Personality Disorder*, Washington, U.S.A.: New Harbinger Press.

Derveze, İzzet. (1998), *Et-Tefsîrû'l-Hadis, Nuzul Sırasında Göre Kur'an Tefsiri*, (çev. Şaban Karataş, Ahmet Çelen, Mehmet Çelen), 1-3. Cilt, İstanbul: Ekin Yayınevi.

Dihlevî, Şah Veliyullah, (1990), *Hucce-tullâhi'l-Baliğa*, , Beyrut: Dârü İhyâi'l-Ulûm.

Dowrick, Stephanie. (2000), *Sevginin Halleri*, (çev. Gürol Koca), İstanbul: Ayrıntı Yayınları.

Esed, Muhammed. (1997), *Kur'an Mesajı Meal Tefsir*, (çev. Cahit Koytak, Ahmet Ertürk), İstanbul: İşaret Yayınları.

Fromm, Erich. (1995), *Erdem ve Mutluluk*, (çev. Ayda Yörükkan), , İstanbul: Türkiye İş Bankası Kültür Yayınları.

-----,(1982), *Kendini Savunan İnsan*, (çev. Necla Arat), İstanbul: Say Yayınları.

Gazâlî, Ebû Hâmid. (1974), *İhyâ-ı Ulûmi'd-dîn*, 1-3. Cilt, Kahire: Müessesetü'r-Riclibî.

Hucvirî, Ali b. Osman. (2006), *Keşfü'l-Mahcûb*, (thk. Mahmûd Âbidî), İntişârât-ı Sâdâ ve Sîmâ, 1384, hş.

-----, (1996), *Keşfü'l-Mahcûb*, Hakikat Bilgisi, (haz. Süleyman Uludağ), İstanbul: Dergâh Yayınları.

- İbn Arabî, (1998), *Futuhatu'l-Mekkiyye fî Marifeti'l-Esrarü'l-Malikiyye ve'l-Mülkiyye*, 1-3. Cilt, Beyrut: Daru İhya et-Türâs.
- İslâmoğlu, Mustafa. (2006), *Hac Risalesi*, İstanbul: Düşün Yayıncılık.
- İzutsu, Toshihiko. (1997), *Kur'an'da Dini ve Ahlaki Kavramlar*, (çev. Selahattin Ayaz), İstanbul: Pınar Yayınları.
- James, William. (1983), *Psycholog's Principles*, New York: Harvard University Press.
- Kelâbâzî, Ebu Bekir Muhammed. (1980), *et-Taarruf li Mezhebi Ehli't-Tasavvuf*, Kahire: Mektebetü'l-Külliyâtî'l-Ezheriyye.
- Kula, Naci. (2001), *Kimlik ve Din*, İstanbul, Ayışığı Kitapları.
- Kuşeyrî, Abdülkerim. (2003), *Risâletü'l-Kuşeyrî*, Beyrut: Daru'l-Hayr.
- Kutub, Seyyid. (1972), *Fizilâli'l-Kur'an*, (çev. M. Emin Saraç, İ. Hakkı Şengüler, Bekir Karlığa), 1-10. Cilt, İstanbul: Hikmet Yayınevi.
- Langston, Douglas C. (2001), *Conscience and Other Virtues*, Pennsylvania: The Pennsylvania State University Press.
- Mevlânâ, Celâleddîn Rumî. (2003), *Mesnevî-i Mânevî*, (thk. Reynold A. Nicholson), Tahran: İntişârât-ı Hermes.
- Muhasibî, Hâris. (1984), *er-Riâye li Hukukillâh*, (Edited By. Margaret Smith), London: E.J.W. Gibb Memorial Series.
- Razî, Fahrüddîn. (1988), *Tefsîr-i Kebîr, Mefâtihu'l-Gayb*, (çev. Suat Yıldırım, Lütfullah Çelebi, Sadık Kılıç, Sadık Doğu), C. 1-23, Ankara: Akçağ Yay.
- Sachiko, Murata. (2000), William Chittick, *İslamın Vizyonu*, İstanbul: İnsan Yayınları.
- Sayın, Esmâ. (2006), *Namaz ve Karakter Gelişimi*, İstanbul: İnsan Yayınları.
- , (2011), *Dua Terapisi*, İstanbul: Nesil Yayınları.
- Şeriatî, Ali. (2006), *Hac*, (çev. Mustafa Çoban), İstanbul: Özgün Yayınları.
- Uysal, Veysel. (1994). *Psiko-Sosyal Açıdan Oruç*, Ankara, T.D.V. Yayınları.
- Yunus Vehbi, (2003), *Haccın Sırları*, (haz. Veysel Akkaya, Nesibe Akkaya), İstanbul: Okul Yayınları.