

Kahramanmaraş Sütçü İmam Üniversitesi

İlahiyat Fakültesi Dergisi

Kahramanmaraş Sütçü İmam University

Journal of the Faculty of Theology

ISSN-1304-4524 e-ISSN-2651-2637

Kur'an Bağlamında Kişisel Gelişimin Ahlâkî Yönü

Moral Aspects of Personal Development in the Context of the Qur'ân

Yazarlar / Authors

Mustafa BADEM

Dr., Diyanet İşleri Başkanlığı

Mersin / TÜRKİYE

mustafabadem46@gmail.com

<https://orcid.org/0000-0001-5959-3603>

Ahmet ÖZ

Prof. Dr., Kahramanmaraş Sütçü İmam Üniversitesi İlahiyat Fakültesi

Temel İslam Bilimleri Bölümü Tefsir Ana Bilim Dalı

Kahramanmaraş / TÜRKİYE

ahmetoz3@yahoo.com

<https://orcid.org/0000-0001-9499-4226>

Makale Türü/ Article Type: Araştırma Makalesi / Research Article

Makale Geliş Tarihi/ Date of Receipt: 07/01/2025

Makale Kabul Tarihi / Date of Acceptance: 11/06/2025

Makale Yayın Tarihi / Date of Publication: 30/06/2025

Yayın Sezonu/Pub Date Season: Haziran / June

Yıl/Year: 23 Sayı/Issue: 45 Sayfa /Page: 466-504

Atıf/Citation: Badem, Mustafa – Öz, Ahmet. "Kur'an Bağlamında Kişisel Gelişimin Ahlâkî Yönü". *KSÜ İlahiyat Fakültesi Dergisi* 45 (Haziran 2025), 466-504.

<https://doi.org/10.35209/ksuifd.1615399>

●Bu makale iThenticate programında taranmış ve intihal içermediği tespit edilmiştir.

KUR'AN BAĞLAMINDA KİŞİSEL GELİŞİMİN AHLÂKÎ YÖNÜ***Öz**

Kişisel gelişim, kaliteli bir yaşam sürmek için bireylerin kendi istek ve hedefleri doğrultusunda kendilerini donanımlı hale getirmesidir. Böylece hem fizikî yeteneklerini hem de duygusal yönlerini geliştiren bireyler, hayatın zorlu dönemlerinde maddi ve manevi dayanıklılık kazanırlar. Bu dayanıklılık, hedefe giden yolda daha güçlü ve emin adımlar atılmasına vesile olmaktadır. Ayrıca hem beden sağlığı hem de ruh sağlığını koruyacak ve iyileştirecek öneriler sunularak insanların hayat kalitesinin artırılması hedeflenmektedir. Kişisel gelişim önerileri, bireylerin hayata dair adımlarını önemli ölçüde etkilemektedir. Bu etkilenme genellikle pozitif yöndedir. Ancak dinî, kültürel ve bireysel görüş farklılıklarından kaynaklanan birtakım problemler ahlâkî düşünceler de bu çalışmaların içeriğinde yer almaktadır. Bu da Kur'an'ın ortaya koyduğu ahlâkî ilkelere uygun davranmak isteyen bireyleri yanı sıra sevk etmektedir. Dolayısıyla kişisel gelişimin ahlâkî açıdan Kur'an ışığında incelenmesi gayesiyle böyle bir çalışma yapılmıştır. Kur'an'da kişisel gelişimle ilişkilendirilebilecek önemli bildirimler bulunmaktadır. Bu bildirimler, diğer kişisel gelişim kitaplarındakilerden farklı ve orijinaldir. Zira onun görüşlerini benimseyen kişiler ve toplumlar, önemli başarılar elde etmiştir. İman, ahlâk ve ameli birleştiren yapısı, bu başarıların arka planındaki en önemli nedendir. Çünkü Kur'an'da sadece dünya hayatına endeksli bir başarı anlayışı reddedilmektedir. Onda ortaya konulan bildirimler, aşkın bir yaratıcının varlığı merkeze alınarak ölümden sonraki hayata uzanmaktadır. Dünya hayatında yapılan işlerin ahirette değerlendirileceği ve bunun neticesinde ödül ya da ceza verileceği bildirilmektedir. Dolayısıyla bu durum, bireylerin dünya hayatında yaptıkları işlerde adımlarını daha dikkatli atmalarına vesile olmaktadır. Kur'an'da tasvip edilen ve yaygın kişisel gelişimle de ilişkilendirilebilecek ahlâkî hasletler; dürüstlük, adalet, samimiyet, tatlı dillilik, yumuşak huyluluk, alçakgönüllülük, sevgi, merhamet, hoşgörü gibi erdemlerdir. Bunların aksine ahlâkî açıdan hoş görülmeyen birtakım hususlar da vardır. Bunlar: Suizan, özel hayatın ihlâl edilmesi, laf taşıma, dedikodu, başkalarıyla alay etme gibi kötü hasletlerdir. Tasvip edilen güzel hasletlerin edinilmesi ve kötü hasletlerden kaçınılması, iç huzurun temin edilmesine ve toplumsal ilişkilerin ideal seviyeye çıkarılmasına önemli katkılar sunmaktadır. Bununla birlikte kişisel gelişim yolculuğunda hedeflenen başarıların meşruiyet zemininde elde edilmesinde ahlâkî hasletlerin önemli rolü bulunmaktadır. Nitekim dürüstlüğü topluma ispat etmiş bir kimse siyaset, ticaret, sosyal ilişkiler gibi güvene dayalı bütün girişimlerinde diğer insanlara nazaran bir adım daha öndedir. Maddi ya da manevi birçok engel, elde ettiği güven ve itibar sayesinde çok daha kolay aşılabılır. Dolayısıyla Kur'an'da kişisel gelişimle ilişkilendirilebilecek bütün öneri ve telkinler, bu ve benzeri faydalara istinaden ahlâkî ilkeler gözetilerek ortaya konulmaktadır.

Anahtar kelimeler: Tefsir, Kur'an, Kişisel Gelişim, Değerler Eğitimi, Ahlâk.

Moral Aspects of Personal Development in the Context of the Qur'ân**Abstract**

In this study, the relationship between religion and secularism is evaluated through the Hezbollah/Menzil community founded by Fidan Güngör in 1978. Fidan Güngör, the founder of the Menzil community, was informed about Islamic developments in Egypt and Iran through his translation activities and had certain relations with Islamic structures in Turkey through MTTB (National Turkish Student Union). When Güngör returned to Diyarbakır, just like his peers, he carried the new ideas he acquired to his own circle and opened the Menzil bookstore for Islamic activities. The name of the community was also known as the Menzil community due to the bookstore that was opened. The community, which showed serious development in Diyarbakır, continued its development by incorporating Islamic formations around large and small bookstores in other cities of the region. This development started in September 1993 and continued until the armed conflict with the Hezbollah/İlim community in April 1994. After these events, members of the community migrated from the region, especially Diyarbakır and Batman to cities such as Istanbul, İzmir,

* Bu makale, "Kur'an'a Göre Kişisel Gelişim" başlıklı doktora tezinden üretilmiştir.

Bursa, Adana and Ankara. The community's discourse during this period included an anti-Western, approach, defending the indivisibility of divine authority and, as a result, viewing secularism as an enemy. The community's adoption of type of discourse during this period stemmed from the translation of works by Islamist writers, primarily from Egypt and Pakistan, since 1970s and their influence on Turkish Islamism. The Islamist discourse during this period aimed to Islamize society through an Islamic state. The community's association process that began in the 2000s and its eventual transformation into the Oze Donus Movement in 2011 brought about a change in discourse. In this context, the main question of this study is to examine the background of the community's changing attitude towards secularism. Within the framework of this purpose, qualitative method and phenomenological approach were preferred. The data of the research were obtained as a result of one-on-one interviews with old and new members of the community. A total of 33 people, 3 of whom were women, were interviewed in the research area. These individuals were selected from the cities of Diyarbakır, Batman, Van, Bitlis, Muş, Istanbul and Ankara. In addition, the old and new publications of the community were compered to try to explain the change that has occurred. In this context, some results were reached in the study: It was determined that the members of the community abandoned their strict exclusionary attitudes towards secularism and demanded a more inclusive secular practice. Another result of the study was that the members of the community adopted a critical attitude towards the strict exclusionary discourse on secularism in the 1980s. It was also determined that the strict secular practices of the state until the 2000s were also effective in the formation of this attitude. It was seen that more comprehensive proposals on secularism were advocated both in the data obtained in the field and in the community's publications.

Keyword: Interpretation, Qur'ân, Personal Development, Values Education, Morality.

Giriş

İnsanlar geçmişten bu yana dünya nimetleri açısından en iyi konuma ulaşabilmenin yollarını aramışlardır. Bu arayış, bazen iç bazen de dış dinamikler vesilesiyle olmuştur. İç dinamikler; insanın benliğinde bulunan hırs, imkânlarla kolay ulaşabilme ve rahat bir yaşam sürme isteği, güçlü olma arzusu, yönetme içgüdüğü gibi insanı içerden güdüleyen tetikleyicilerdir. Dış dinamikler ise zorlu hayat şartları, kaynakların kısıtlı, paydaşların çok oluşu, faydalanılan kaynakların yok edilmesine yönelik tehditler, psikolojik ve sosyolojik rekabetler, dinî ve kültürel anlayışın sevk ettiği idealler ve benzeri etkenlerdir. Zikredilen bu gibi etkenler, insanı psikolojik ve sosyal yönden daha nitelikli ve güçlü bir konuma ulaşmaya sevk etmektedir.¹ İnsanlar bu arzularını gerçekleştirmek, ihtiyaçlarını temin etmek ve böylece daha iyi bir konuma ulaşmak için de yaygın adıyla kişisel gelişim olarak bilinen eğitim ve gelişim sürecine yönelmişlerdir. Bu yöneliş, kişisel gelişimi popüler bir hale getirerek ona olan rağbeti artırmıştır. Ancak bu yoğun rağbete karşılık ortaya konulan kişisel gelişim çalışmaları, yazarların kendi dünya görüşlerinin ve referans aldığı kaynakların birbirinden farklı olmasından dolayı çeşitli sorunları da beraberinde getirmektedir. Muhataplar, kendi inanç ve kültürlerine aykırı olan içeriklerle karşılaştığında ya zihinleri karışmakta ya da kişisel gelişimini kendi inanç ve kültürüne yabancılaşarak gerçekleştirmektedir. Bu karmaşanın önüne geçilebilmesi için kişisel gelişime ilgi duyanların kendi kültür ve kaynaklarından beslenen çalışmalara yoğunlaşması önem arz etmektedir.

Kişisel gelişimle ilgili tefsir alanında *Kur'an'da Kişilik Eğitiminin İlkeleri*² isimli doktora tezi çalışması bulunmaktadır. Yazar bu çalışmada Kur'an'ın kişilik eğitimi üzerine ortaya koyduğu ilkeleri ele almaktadır. Ancak bu çalışma çağımızda "Kişisel Gelişim" adıyla yaygınlık kazanmış eserleri değerlendiren bir çalışma değildir. Konuyla ilgili bir başka çalışma ise *Allah'ın Boyasıyla*

¹ Mecbure Aslan - Selen Doğan, "Dışsal Motivasyon, İçsel Motivasyon ve Performans Etkileşimine Kuramsal Bir Bakış", *Süleyman Demirel Üniversitesi Vizyoner Dergisi* 11/26 (2020), 292-296.

² Ahmet Abay, *Kur'an'da Kişilik Eğitiminin İlkeleri* (İstanbul: Düşün Yayıncılık, 2012).

*Boyanmak; Kur'an'da Kişisel Gelişim*³ isimli çalışmadır. Bu eser kişisel gelişim ile ilgili bir çalışmadır. Ancak bu çalışmanın içeriğinde de yaygın kişisel gelişim ile ilgili değerlendirmeler bulunmamaktadır. Kur'an perspektifinden kişisel gelişim üzerine ele alınan bazı makaleler vardır. Fakat bu makalelerin de bu çalışmanın amacından farklı bir düşünce ile telif edildiği görülmektedir. Örneğin, *Kur'an'da Kişilik Eğitimi Üzerine*⁴ isimli makale sabır, dua ve tefekkür ekseninde ele alınmıştır. *Kur'an'a Göre İnsan Şahsiyetine Etki Eden Faktörler*⁵ isimli makalede de isminden anlaşılacağı üzere insanın kişiliğine etki eden genetik faktörler, çevre ve ailede eğitim gibi etkenler Kur'an açısından değerlendirilerek telif edilmiştir. Kişisel gelişim konusu, akademik olarak çeşitli ilim dalları açısından da ele alınmıştır. Bunlar: Müberra Çakmak'ın *Tasavvufi Eğitimde Kişilik Gelişimi ile Günümüz Kişisel Gelişiminin Karşılaştırılması*;⁶ Abdurrahman Hakan Karayılan'ın *Kişisel Gelişim Sisteminin Kelam İlmi Açısından Değerlendirilmesi*;⁷ Behlül Tokur'un *Kişisel Gelişim (NLP) - Din İlişkisi Üzerine Bir Araştırma*⁸ adlı yüksek lisans tezleridir. Bu eserler içerik olarak incelendiğinde yapılacak çalışma ile ortak yönleri bulunsa da farklı ilim dalları açısından yapılan çalışmalardır. Bunların dinî zeminde ortaya konulan kişisel gelişim çalışmaları açısından bir zenginlik olarak değerlendirilmesi mümkündür. Bu çalışmalara ek olarak tespit edilebildiği kadarıyla, *Kur'an ve Kişisel Gelişim*;⁹ *Kur'an Işığında Kişisel Gelişim*;¹⁰ *Kur'an'ın Işığında Surelerin İnş Sırasına Göre Kişisel Gelişim Yorumları*;¹¹ *Ayet ve Hadislerle Kişisel Gelişim*;¹² *Kişisel Gelişimin Kur'an'daki Yeri*;¹³ *İslam'a Göre Kişisel Gelişim*¹⁴ isimli kitap çalışmaları bulunmaktadır. Ancak bunlar incelendiğinde, değerli bilgiler içermekle birlikte akademik bir formatta ele alınmadığı görülmüştür.

Netice olarak yapılan literatür taramasında bu makalenin ele alınış gayesine uyan, Kur'an perspektifinden ele alınmış başka bir çalışma olmadığı görülmüş, böyle bir çalışmanın akademik açıdan faydalı olacağı kanaatine varılmıştır. Zira bu çalışmada, kişisel gelişimini Kur'an'ın ahlâkî ilkelerini esas alarak gerçekleştirmek isteyenlere farkındalık kazandıracak bilgileri sunma amacı güdülmektedir. Bu nedenle kişisel gelişim alanında ortaya konulan çalışmaların belirli bir kısmı, ahlâkî açıdan incelenip Kur'an'da belirtilen ahlâkî ilkelerle karşılaştırılarak değerlendirilmeye çalışılmıştır. Kişisel gelişim alanında yapılan çalışmaların sayısı çok olduğu için bütün çalışmaları incelemek mümkün değildir. Dolayısıyla bu çalışma, kişisel gelişimin çeşitli alanları üzerine telif edilmiş bazı kitaplar incelenerek hazırlanmıştır.

³ Hüseyin Peker, *Allah'ın Boyası ile Boyanmak: Kur'an'da Kişisel Gelişim* (İstanbul: Timaş Yayınları, 2015).

⁴ İbrahim Sürücü, "Kur'an'da Kişilik Eğitimi Üzerine", *Bitlis Eren Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 6/2 (Aralık 2017), 406-425.

⁵ Osman Kara, "Kur'an'a Göre İnsan Şahsiyetine Etki Eden Faktörler", *Sakarya Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi*, 14/25 (2012), 1-24.

⁶ Müberra Çakmak, *Tasavvufi Eğitimde Kişilik Gelişimi ile Günümüz Kişisel Gelişiminin Karşılaştırılması* (Sakarya: Sakarya Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Yüksek Lisans Tezi, Haziran 2019).

⁷ Abdurrahman Hakan Karayılan, *Tevhit Düşüncesi Ekseninde Kişisel Gelişim Kitapları* (İstanbul: Beyan Yayınları, 2015).

⁸ Behlül Tokur, *Kişisel Gelişim (NLP) - Din İlişkisi Üzerine Bir Araştırma* (Erzurum: Atatürk Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Yüksek Lisans Tezi, 2006).

⁹ Esat Demir, *Kur'an ve Kişisel Gelişim* (İstanbul: Bizim Kitaplar Yayınları, 2017).

¹⁰ Aydın Adaklı, *Kur'an Işığında Kişisel Gelişim* (Nevşehir: Simtel Ofset, 2017).

¹¹ Arzum Koyuncu, *Kur'an'ın Işığında Surelerin İnş Sırasına Göre Kişisel Gelişim Yorumları* (İstanbul: Cinus Yayınları, Mayıs 2018).

¹² Kemal Topçu, *Ayet ve Hadislerle Kişisel Gelişim* (İstanbul: Gülhane Yayınları, Eylül 2011).

¹³ Meryem Avcı, *Kişisel Gelişimin Kur'an'daki Yeri* (Ankara: Mana Kitap Yayınları, Ocak 2019).

¹⁴ Vedat Aydın, *İslam'a Göre Kişisel Gelişim* (İstanbul: Çıra Yayınları, Ocak 2016).

1. Kişisel Gelişim

Kişilik, Türkçe sözlükte şahsiyet kelimesiyle eş anlamlı olarak “Bir kimseye özgü belirgin özellik, manevi ve ruhsal niteliklerinin bütünü” şeklinde tanımlanır.¹⁵ Şahsiyet kelimesi ise Arapçada görünmek, ortaya çıkmak, yükselmek gibi anlamlara gelen “şahıs/شخص” kelimesinden Türkçeye geçmiştir.¹⁶ Osmanlı döneminde sık kullanılan bu kelime, Osmanlıca sözlükte şahsiyetin karşılığı olarak “Bir kimsenin kendisine mahsus ahvali, şahıs olma, karakter sahibi ve makbul bir insan olma.” şeklinde tabir edilmektedir.¹⁷ Kur'an'da ise kişilik kavramı ile alakalı olarak “şâkile/شاكلة” kelimesi geçmektedir. Sözlüklerde; benzer, misl, denk, cins, tür, cihet, tabiat, din, huy, niyet, seciye, yaratılış, benzeyen, yol gibi anlamlarda kullanılır.¹⁸ İsrâ Sûresi 17/84. ayette geçen “şâkile” kelimesine müfessirler, “insanın kendi düşüncesine, tabiatına, fıtratına, niyetine, dinine, mizacına uygun davranış; yol, yön, taraf” şeklinde anlamlar vermişlerdir.¹⁹ Bazı meallerde ve Arapçadan Türkçeye çevrilen tefsirlerde ise dilin imkânları ölçüsünde huy, seciye, yapı, tıynet, tabiat, yaratılış, durum, niyet, din, fıtrat tarzı, kendi durum ve yaratılışına uygun olan yol, mizaç, karakter, özel duygular, kişinin bildiğine göre davranması²⁰ şeklinde çeviriye yansıtılmıştır. Şâkile kelimesi, sözlük anlamlarında ve birbirine yakın anlamda ortaya konulan bu çevirilerin her birinde, kişiliğin düşünsel ve davranışsal yönünü yansıtmaktadır. Dolayısıyla bu anlamların toplamı olarak değerlendirilecek olursa en kapsamlı karşılığın “kişiliğin gerektirdiği düşünce ve davranış tarzı” olduğu söylenebilir. Bu durumda söz konusu ayet “De ki: ‘Herkes kendi kişiliğinin gereğini yapar. Rabbiniz kimin doğru bir yol tuttuğunu çok iyi bilmektedir.’”²¹ şeklinde çevrilebilir.

Günümüzde farklı açılardan ele alınarak değerlendirilen kişilik kavramını tek bir ifade şekliyle tanımlamak pek mümkün gözükmemektedir. Çünkü bu çalışmalarda ortaya konulan tanımlar birbirinden farklılık arz etmektedir. Psikoloji, sosyoloji, felsefe, teoloji gibi alanlarda ortaya konulan her bir tanım birbirinden değişik olduğu gibi bu alanların kendi içerisinde ortaya koyduğu tanımlar da birbirinden farklıdır.²² Cüceloğlu da aynı görüşleri belirtmekle birlikte

¹⁵ Şükrü Haluk Akalın vd., *TDK Türkçe Sözlük* (Ankara: Türk Dil Kurumu Yayınları, 2011), “Kişilik”, 1449, “Şahsiyet”, 2197.

¹⁶ Halîl b. Ahmed, *Kitâbu'l-‘ayn*, thk. ‘Abdulhamîd Hindâvî (Beyrût: Dâru'l-Kutubi'l-‘İlmiyye, 1424/2003), “شخص”, 2/314; Muhammed b. Ahmed el-Ezherî, *Tehzîbu'l-luğa*, thk. ‘Abdüsselâm Muhammed Hârûn (Kahire: Dâru'l-Mısriyye, 1384-87/1964-67), “شخص”, 7/71-73; Ebû't-Tâhir Mecdüddîn Muhammed b. Ya'gûb el-Fîrûzâbâdî, *el-Kâmûsu'l-muhît* (Beyrût: Mu'essesetu'r-Risâle, 2006), “شخص”, 621.

¹⁷ Abdullah Yeğin vd., *Osmanlıca-Türkçe Ansiklopedik Büyük Lûgat (Eski ve Yeni Harflerle)* (İstanbul: Türdav Yayınları, 1978), “Şahsiyet”, 2/1394.

¹⁸ Halîl b. Ahmed, “شکل”, 2/349-350; Ebu'l Kasım Hüseyin b. Muhammed Ragıp el-İsfahânî, *el-Müfredat fî garîbü'l-Kur'ân*, thk. Muhammed Seyid Keylânî (Beyrût: Dâru'l-Ma'rife, ts.), “شکل”, 462; İbn Manzûr, *Lisânü'l-Arab*, thk. Abdullah Ali el-Kebîr Muhammed Ahmed Hasebullah Hâşim Muhammed eş-Şâzelî (Kahire: Dâru'l-Maarif, ts.), “شکل”, 2310.

¹⁹ Ebû Ca'fer Muhammed b. Cerîr b. Yezîd el-Âmülî et-Taberî el-Bağdâdî, *Câmi'u'l-beyân 'an te'vîli âyi'l-Kur'ân*, thk. ‘Abdulmuhsîn et-Turkî (Kahire: Dâru Hecr, 2001), 15/65-66; Nâsirüddîn Ebû Saîd Abdullâh b. Ömer b. Muhammed el-Beyzâvî, *Envâru't-tenzîl ve esrâru't-te'vîl*, thk. Muhammed Subhî Hasen Hallâk, Muhammed Ahmed el-Etraş (Beyrût: Dâru'r-Reşîd, 2000/1421), 2/317; es-Süyûtî, Celâlüddîn Ebî Abdurrahmân, *ed-Dürü'l-mensûr fî't-tefsîr bi'l-me'sûr* (Beyrût: Dâru'l-Fikr, ts.), 5/330.

²⁰ Ebu'l-Leys Semerkandî, *Tefsîru'l-Kur'an*, sad. Mehmet Karadeniz (İstanbul: Özgü Yayınları, Eylül 2008), 4/51-52; Abdülkerîm el-Kuşeyrî, *Letâifu'l-işârât*, çev. Mehmet Yalar (İstanbul: İlk Harf Yayınevi, Temmuz 2013), 3/351; Ebû'l-Fidâ' İmâdüddîn İsmâîl b. Şihâbiddîn Ömer b. Kesîr b. Dav' b. Kesîr el-Kaysî el-Kureşî el-Busrâvî ed-Dimaşkî eş-Şâfiî, *Hadislerle Kur'an-ı Kerîm Tefsîri*, çev. Bekir Karlığa ve Bedrettin Çetiner (İstanbul: Çağrı Yayınları, 1991), 9/4817; Elmalılı M. Hamdi Yazır, *Hak Dini Kur'an Dili Tefsiri*, sad. Lutfullah Cebeci vd. (Ankara: Akçağ Yayınları, 2015), 5/495, 497; Seyyid Kutub, *Fizılâ'il Kur'an: Kur'an'ın Gölgesinde*, çev. İ. Hakkı Şengüler vd. (İstanbul: Beyan Yayınları, ts.), 9/371; Ebu'l Alâ Mevdûdî, *Tefhimu'l-Kur'an*, çev. Muhammed Han Kayaî vd. (İstanbul: İnsan Yayınları, 1996), 3/132; Hayrettin Karaman vd., *Kur'an Yolu Türkçe Meâl ve Tefsir* (Ankara: DİB Yayınları, 2007), 3/516; Hasan Elik ve Muhammed Coşkun, *Tevhit Mesajı* (İstanbul: Fikir Yayınları, Temmuz 2013), 623.

²¹ el-İsrâ 17/84.

²² Ali Ulvi Mehmedoğlu, *Dindarlarda ve Dindar Olmayanlarda Kişilik Üzerine Karşılaştırmalı Bir Araştırma (İstanbul Örneği)* (İstanbul: Marmara Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Doktora Tezi, 1999), 41.

kişiliği, “Bireyin iç ve dış çevresiyle kurduğu, diğer bireylerden ayırt edici, tutarlı ve yapılaşmış ilişki biçimidir.” şeklinde tanımlar.²³ Şahsiyet ve kişiliğin eş anlamlı olarak yapıldığı bir başka tanımda ise “İnsanları birbirinden ayıran, her insanın kendine mahsus bedenî, ruhî ve zihinsel özelliklerinin tümü” şeklinde tanımlanmaktadır.²⁴

Kişiliğin geliştirilmesinde ve olgunlaştırılmasında etkili yaklaşımlardan birisi de tasavvufî yaklaşımdır. Bu yaklaşımın kişilik gelişimi ile alakalı temel hedefinin akıl, ruh, kalp ve nefis sağlığı ve dengesini iyileştirmek olduğu bildirilmektedir.²⁵ Bu sayede insanın manevî yapısını teşkil eden kalp, nefis ve ruh bileşenlerinin arasında denge oluşturulması ve insanın kişiliğinin ideal seviyeye çıkarılması amaçlanmaktadır. Bu ideal seviyeye ulaşmak isteyen bir kimsenin, nefsini tanıyıp terbiye etme imkânına sahip olacağı, kabiliyetlerinin farkına vararak ve onları potansiyelinden açığa çıkararak geliştirebileceği ön görülmektedir. Böylece yaratılış amacına uygun bir gelişim seyrederek fitratını koruma altına alabilecek, iyi bir insan ve kul seviyesine yükselerek istikamet üzere bir hayat yaşama imkânına kavuşacaktır.²⁶ Dolayısıyla bu idealleri gerçekleştirmek için mutasavvıflar tarafından birtakım metotlar geliştirilmiştir. Ancak bu metotlar, tasavvuf erbabınca farklı şekillerde uygulanmakla birlikte her insanın kendi istidadına göre de çeşitlilik arz etmektedir. Zira kişilerin durumlarına göre gelişim reçeteleri sunulabilmektedir. Müritler, bu gelişim süreçlerinde mürşidin gözetimi ve yönlendirmesi altındadırlar. Mürşit, müridini umutsuzluğa kapıldığında yüreklendirmekte; şeytanın hile ve desiselerine kapılıp kibirlendiğinde uyarıcı bir rol oynamaktadır.²⁷

Kişisel gelişim ise insanın kendi potansiyelinin farkına varması, yeteneklerini keşfetmesi, bunun neticesinde kendi karakteristik özelliklerine göre kendisini donanımlı hale getirmesi olarak tarif edilebilir. Kişisel gelişimin kapsamına; hedef belirleme, duygu ve davranışları kontrol altına alma, düşünme, öğrenme, okuma, odaklanma, diksiyon, hitabet, hafıza teknikleri sağlık ve benzeri konuların hepsi dâhildir.²⁸ Kur’an’da kişisel gelişime dair ortaya konulan ahlaki ilkelere geçmeden önce kişisel gelişimin daha iyi anlaşılması için Kişisel gelişimin amacı, tarihçesi ve problemlerine değinmek yerinde olacaktır. Ayrıca ön bilgi sadedinde Kur’an’ın kişisel gelişime dair temel hedefleri hakkında bazı hususlar zikredilecektir.

1.1. Kişisel Gelişimin Amacı

Kişisel gelişimin genel amacı; bireyin, mevcut durumunu daha iyi bir seviyeye ulaştırmasına yardımcı olmaktır. Bunlar aşağıdaki şekilde sıralanabilir:

- Potansiyeldeki güçlerin ve yeteneklerin açığa çıkmasını sağlamak.
- Kişiyi bulunduğu konumdan daha iyi bir seviyeye taşımak.
- Karşılaşılabilecek problemleri çözebilme kabiliyeti kazandırmak.
- Geleceğe dair planlamalar yapılmasında rehberlik etmek.

²³ Doğan Cüceloğlu, *İnsan ve Davranışı: Psikolojinin Temel Kavramları* (İstanbul: Remzi Kitabevi, 1997), 404.

²⁴ Hüseyin Peker, *Din Psikolojisi* (İstanbul: Çamlıca Yayınları, 2016), 142; Özcan Demirel, *Eğitim Sözlüğü* (Ankara: Pegem Akademi Yayıncılık, 2005), 77.

²⁵ Hasan Kayıkılık, *Tasavvuf Psikolojisi* (Ankara: Akçağ Yayınları, 2011), 85.

²⁶ Turgay Şirin, *Kişisel Gelişim Medeniyeti* (İstanbul: Armoni Yayıncılık, 2005), 99.

²⁷ Çakmak, *Tasavvufî Eğitimde Kişilik Gelişimi ile Günümüz Kişisel Gelişiminin Karşılaştırılması*, 59-60.

²⁸ Nejat Sezik, *Kişisel Gelişim El Kitabı* (İstanbul: Hayat Yayıncılık, Aralık 2003), 11; Zülfikar Özkan, *Bilgiliye yönelik kişisel gelişim dinamikleri* (İstanbul: Hayat Yayıncılık, 2003), 46-48; Serkan Şengül - Osman Kürşat Acar, “Türkiye’de Kişisel Gelişim Alanının Tarihçesi”, *Afyon Kocatepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi* 23/1 (Mart 2021), 225.

- Kişinin muhtemel zorluklara hazırlıklı olmasını sağlamak, onu motive etmek ve ona zorluklarla mücadele edebilme kabiliyeti kazandırmak.
- Hedeflenen başarılarla ulaşmada psikolojik ve fizyolojik yönden donanımlı hale gelmek.
- İş ve kariyer hayatında başarılı olabilmenin yollarını göstermek.
- Kişinin zihinsel, fiziksel, psikolojik ve sosyal yönden dengeli bir hayat sürmesine yardımcı olmak.
- Kişinin hedeflediği hayat standartlarına ulaşmasında ve uyum sağlamasında ona yol göstermek.
- Kişinin sahip olduğu imkânları değerlendirebilmesini sağlamak.²⁹

1.2. Kişisel Gelişimin Tarihçesi

Yaygın kişisel gelişimin yakın tarihlerde ortaya çıktığı iddia edilse de ona dair söylemlerin izlerine geçmiş zamanlarda da rastlanmaktadır. Antik Yunanlarda “Kendini değiştirirsen dünya da değişir”, “Potansiyelini keşfet”, “Özünü tanı” gibi söylemlerin benzerleri zikredilmektedir. Platon’un (MÖ 428-348) Alkibiades’e ilk ve temel öğüdü “Epimelesthai sountou” yani “Kendine dikkat et, özen göster” sözünün, Antik Yunanlıların kişisel davranış biçimi ve yaşam anlayışlarının temel kurallarından biri haline geldiği bildirilir. Daha sonraları ise Sokrat’ın (MÖ 469-399), “Kendini bilmek” kavramı ve Spinoza’nın (öl. 1677) “tüm gücün kullanılarak gösterilen gayret” anlamına gelen “Conatus” kavramı yaygınlık kazanmıştır.³⁰ Günümüzden yaklaşık iki bin beş yüz yıl önce Sun Tzu (MÖ 544-496) tarafından kaleme alınan *Savaş Sanatı* adlı eserde de insanın maddi ve manevi yönleri arasında sürekli bir denge olması gerektiği tezi öne sürülmüştür.³¹ Bu eserde savaş meydanında lider konumunda olan komutanın içselleştirmesi gereken kişilik ve düşünce yapısına dair birçok öneri bulunmaktadır. Kitapta; plan yapma, strateji belirleme, taktik geliştirme, kaynakları etkin kullanma, düşmanın (rakiplerin) zayıf ve üstün yönlerini tespit etme ve bunun için istihbarat yoluyla bilgi devşirme gibi birçok konuda bilgi aktarılmaktadır.³² İslâm medeniyetinde de kişisel gelişim önerileri olarak nitelendirilebilecek kitap, risale ya da kitapların içerisinde bazı bölümlere rastlamak mümkündür. İslâm filozoflarından Kindî’nin (öl. 350/961) “Üzüntüden Kurtulma Yolları” ismiyle Türkçeye çevrilmiş *Risâle fî el-Hile li-Def’il-Ahzân* isimli eseri buna örnek gösterilebilir.³³

Benjamin Franklin’in (öl. 1790) 1732’de kaleme aldığı *Poor Richard’s Almanac* eseri, yaygın kişisel gelişimin günümüzdeki şekliyle telif edilen ilk örneklerinden kabul edilir. Daha sonra kişisel gelişim ile ilgili tavsiyeler sunan köşe yazılarının yayımlandığı da bildirilmektedir. Yine 1890’larda “Yeni Düşünce Hareketi” olarak adlandırılan ve kişileri dinî doktrinlerin ve dogmaların kısıtlamalarından arındırmayı hedefleyen bir akımdan bahsedilmektedir. 1897 yılında Sweet Marden’in (öl. 1924) “Başarı Dergisi” aracılığı ile kişisel gelişime dair bilgiler sunduğu da aktarılan bilgiler arasındadır.³⁴

Yakın Avrupa ve Amerika tarihinin arka planında yaşanan ekonomik buhranlar, din adına

²⁹ Fusun Ekşi, *Kritik Bir Bakış Açısıyla Kişisel Gelişim Kitapları* (İstanbul: Kaknüs Yay., 2012), 11-16.

³⁰ Tokur, *Kişisel Gelişim (NLP) – Din İlişkisi Üzerine Bir Araştırma*, 7.

³¹ Pertev Aşkın, “Doğu-Batı Arasındaki Kişisel Gelişim Buluşması”, *Kişisel Gelişim Dergisi* 10/1 (Kasım 2003), 12.

³² Sun Tzu, *Savaş Sanatı*, çev. Sinem Aksevim (İzmir: İkilem Yayınevi, Haziran 2020), 11-16, 22-31, 38-54, 88-92.

³³ Şirin, *Kişisel Gelişim Medeniyeti*, 37.

³⁴ Şengül - Acar, “Türkiye’de Kişisel Gelişim Alanının Özgünlüğü: Kişisel Gelişim Kitaplarının İçerikleri ve Alanın Türk İslam Medeniyeti Bağlamında Değerlendirilmesi”, 415; Steve Salerno, *Sham: How the self-help movement made America helpless* (New York: Random House, 2005), 24.

yapıldığı öne sürülen yersiz kısıtlamalar, geleneksel ve hukuki sınırlamalar, hayatın getirdiği zorluklar, rekabet gibi nedenlerden dolayı kişisel gelişim söylemleri günümüzdeki şekliyle insanların gündemine girmiştir. Doğal olarak bu gelişmelerden Türkiye de etkilenmiştir. 1968 yılında Nüvit Osmay'ın (öl. 1997) *İnsan ve Mühendis* kitabını yayımlamasıyla Türkiye’de kişisel gelişim akımının başladığı bildirilir. Daha sonraları Reha Oğuz Türkkan (öl. 2010) bu alanda yaptığı çalışmalarla tanınmıştır. Böylece Türkiye’de de kişisel gelişim öğretileri ilgililerinin gündemine girmiştir. İkinci kuşak yazarlardan Doğan Cüceloğlu, Üstün Dökmen, Acar Baltaş da kaleme aldıkları eserler ile bu alandaki varlıklarını göstermişlerdir.³⁵ 2000’li yıllara gelindiğinde ise ekonomik krizlerle doğru orantılı olarak Türkiye’de kişisel gelişime ilgi duyanların sayısının arttığı, yeni çalışmaların ortaya konulduğu ve bu alanla ilgili ciddi bir müktesebatın oluştuğu söylenmektedir.³⁶ Ahmet Şerif İzgören, Erdal Demirkıran, Mümin Sekman, Muhammed Bozdağ, Sıtkı Aslanhan, Ziya Baran, Cengiz Erşahin, Canten Kaya, Alişan Kapaklıkaya gibi isimler mezkûr alanda eserler ortaya koyan kimselerdendir.³⁷ Sonuç itibariyle kişisel gelişim alanında yapılan çalışmalar Türkiye’de de oldukça yaygınlaşmıştır.

1.3. Kişisel Gelişimin Problemleri

Bazı kişisel gelişim önerilerinde problem olarak addedilebilecek birtakım sorunlar bulunmaktadır. Abartılı motivasyon ifadeleri, bencilliğe sevk eden telkinler, ortak kabul gören ahlâkî ilkelere ters düşen öğretiler, başarının kutsallaştırılması bunlardan bazılarıdır. Örneğin; “İmkânsız diye bir şey yoktur!”, “İstediyin her şeyi başarabilirsiniz!”, “Sen bir dâhisin!”, “Asla pes etme!”, “Dünyayı değiştirebilirsiniz!”, “İnanırsan mutlaka başarısın!”³⁸; “Başarı tanrısı kurban ister. Sevdiğiniz diğer şeyleri ona feda edecek kadar onu sevdiğinizizi görmek ister.”³⁹; “Kendini sev”, “Kendini önemse”, “Seni senden çok kimse sevemez”, “En iyi dost kendindir”, “Başkaları için yaşama”, “Kendi kararlarını kendin ver”, “Kartallar yalnız yaşar”, “En iyisi ol”, “Ben mükemmelim de”; “Sen dünyanın en akıllı insanısın”⁴⁰ vb. ifadelerin bir miktar doğruluk payları olsa da sağ duyulu bir akılla tetkik edildiğinde kulağa pek inandırıcı gelmemektedir. Çünkü bu genellemeler, her durum ve şartta kesin sonuçlar vermeyecektir. Bu problemler ahlâkî açıdan değerlendirildiğinde ise bu telkinlerin dengesiz ve tutarsız davranış biçimlerine neden olabilecek problemler sonuclar doğurması muhtemeldir. Bu durumu daha açık bir şekilde ifade etmek gerekirse özünde çalışmak, istikrar, özveri gibi olumlu hasletleri barındıran azim kavramı; bencilliği bünyesinde taşıyan hırs kavramıyla özdeşleştirilerek muhataplara sunulabilmektedir. Ya da doğru metot ve çalışmalarla elde edilebilecek haklı başarı, bu telkinlere göre hareket edenlerce her şeyi mubah gören bir anlayışa kurban edilebilmekte, haksız kazançlara neden olabilmektedir.

Bu telkinlerin ortaya çıkardığı bir başka temel problem, ona inanan ve bu doğrultuda ilerleyen kimselerin bir zaman sonra kendini olduğundan yüksekte görerek narsistleşmesidir. Bu da insanlığın ortak mirası olan sevgi, muhabbet, fedakârlık, diğerkâmlık gibi değerlere zarar

³⁵ Şengül - Acar, “Türkiye’de Kişisel Gelişim Alanının Tarihçesi”, 220-223.

³⁶ İlker Özdemir, “Kişisel Gelişim Kitaplarının Eleştirel Bir Değerlendirmesi”, *Ankara Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi* 1/2 (2010), 68.

³⁷ Şengül - Acar, “Türkiye’de Kişisel Gelişim Alanının Tarihçesi”, 224.

³⁸ Ekşi, *Kritik Bir Bakış Açısıyla Kişisel Gelişim Kitapları*, 232; Cengiz Erşahin, *Gerçek Sır* (Ankara: Tutku Yayınevi, Ocak 2011), 64-70; Cengiz Erşahin, *Zorluklara Karşı Kendini Ateşle* (Ankara: Tutku Yayınevi, 2009), 77-79, 111-128; Erdal Demirkıran, *Ben Dünyanın En Akıllı Çocuğuyum*, (İstanbul: Kashna Eğitim Danışmanlık, Ekim 2017), 64-67; Erdal Demirkıran, *Ben Dünyanın En Akıllı İnsanıyım*, (İstanbul: Kashna Eğitim Danışmanlık, 2011), 32-37, 47, 83, 131-147, 155-164.

³⁹ Mümin Sekman, *Limit Sizsiniz* (İstanbul: Alfa Yayınları, Mart 2008), 89.

⁴⁰ Demirkıran, *Ben Dünyanın En Akıllı İnsanıyım*, 119, 122, 123, 131-141.

vermektedir. Toplumsal yaşamın sağlıklı bir şekilde yürütülebilmesi için ihtiyaç duyulan bu değerler zamanla erozyona uğramaktadır. Bunun neticesinde, insanlar arasına birliği ve beraberliği bozan ayrıştırıcı tohumlar ekilebilmektedir. Diğer yandan başarıya atfedilen kutsallık, birçok ahlâkî hasleti zedeleyici sonuçlar doğurmaktadır. Başarıya giden yolda atılan adımlar hak ve adalet gibi toplumun temel dinamiklerine ciddi tahribatlar vermektedir. Bu nedenle yaygın kişisel gelişim anlayışında problemli olarak görülen taraflar makul bir anlayış ışığında yeniden ele alınmalıdır.

1.4. Kur'an'ın Kişisel Gelişime Dair Temel Hedefleri

İslam dini bir yaratıcının varlığını kabul etmekle birlikte ona teslim olmayı reddeden, dünya işlerini iyi bilen ancak ahireti göz ardı eden bir topluma ve o günün mevcut dünya düzenine bir başkaldırı olarak gelmiştir.⁴¹ Dolayısıyla buradan yola çıkılarak Kur'an'ın bugünün dünya düzenini değiştirmeye ve ıslah etmeye talip olduğu söylenebilir.⁴² Zira Kur'an'da önce fertlerden başlayarak toplumun ıslahına yönelik birçok bildirim bulunmaktadır. Ele alınan konu doğrultusunda Kur'an'ın temel hedefleri arasında İnançlı,⁴³ sâlih,⁴⁴ sağlıklı,⁴⁵ hikmet sahibi,⁴⁶ cesur,⁴⁷ güçlü bir iradeye sahip⁴⁸ ve ahlâklı nesiller yetiştirmek olduğu zikredilebilir.⁴⁹ Ancak bu çalışmanın genel çerçevesinin ihlal edilmemesi adına diğer detaylara girilmeyerek bu hususlardan Kur'an'ın kişisel gelişime dair ahlâkî bildirimleri üzerinde durulacaktır.

2. Kur'an'ın Kişisel Gelişime Dair Ahlâkî Bildirimleri

Tarihin her evresinde, gelişen ve değişen hayat şartlarına uyum sağlanabilmesi için kişiliğin gelişimiyle alakalı birçok yöntem ve öneri sunulmuştur. Gerek hayat şartlarının gerekse dinî ve kültürel anlayışın getirdiği zorunluluklar, bireyleri kendini geliştirmeye ve değiştirmeye sevk etmiştir. Bu değişimi ve gelişimi reddedenler ise çeşitli sorunlarla karşılaşmışlardır. Bu nedenle Kur'an'da insanların kişisel gelişimini destekleyecek dürüstlük, adalet, sevgi, merhamet, hoşgörü, tatlı dil, güler yüz, alçakgönüllülük gibi birtakım ahlâkî hasletler teşvik edilmektedir. Suizan, laf taşıma, dedikodu, gıybet, alay etme gibi kötü hasletler de tasvip edilmemektedir. Bununla birlikte tasvip edilen ve edilmeyen kişilik tiplerinden bahsedilerek anlatım bir nevi somutlaştırılmıştır. Örneğin; Sâmirî,⁵⁰ Kârûn,⁵¹ Habil ve Kabil,⁵² gibi birtakım karakterler üzerinden iyi ve kötü ahlâkî hasletler belirtilmiştir. Yine müşrikler,⁵³ müminler,⁵⁴ ya da peygamberler aracılığıyla da bu hasletler somutlaştırılarak anlatılmıştır.⁵⁵

Ahlâk, hulk veya huluk kelimesinin çoğuludur. Klasik Arapça sözlüklerde, ahlâk teriminin yaygın anlamının aksine hulk/huluk kelimelerine verilen temel anlam; takdir etme, düzgün ve

⁴¹ Şehmus Demir, *Kur'an'ın Temel Hedefi* (Ankara: Fecr Yayınları, 2009), 51.

⁴² Ahmet Abay, *Kur'an'da Kişilik Eğitiminin İlkeleri* (İstanbul: Düşün Yayıncılık, 20212), 147.

⁴³ el-Bakara 2/128.

⁴⁴ el-Ahkâf 46/15.

⁴⁵ el-A'râf 7/189.

⁴⁶ en-Nisâ 4/154; el-Bakara 2/269.

⁴⁷ Âl-i İmrân 3/173.

⁴⁸ et-Tevbe 9/46.

⁴⁹ Detaylı bilgi için bk. Abay, *Kur'an'da Kişilik Eğitiminin İlkeleri*, 148-165.

⁵⁰ Tâhâ 20/83-88.

⁵¹ el-Kasas 28/76-82.

⁵² el-Mâide 5/27-31.

⁵³ en-Nisâ 4/36, 116; el-Mâide 5/76; el-En'âm 6/151; er-Ra'd 13/16, 33 vd.

⁵⁴ el-Mü'minûn 23/1-9; el-Meâric 70/23; el-Enfâl 8/2-4; el-Hucurât 49/10, 15 vd.

⁵⁵ en-Nahl 16/75-76; ez-Zümer 39/9; el-Kalem 68/17-33 vd.

pürüzsüz, ölçülü bir biçimde yapma, oranlamadır.⁵⁶ Kur'an'da genellikle yaratma, yaratılış anlamında kullanılan “خلق” kelimesi⁵⁷ her nedense klasik sözlüklerde bu anlamıyla ön plana çıkmamaktadır.⁵⁸ Yaygın anlamda kullanılan ahlâk kavramının ise “seciye, tabiat, yaratılış, huy” anlamında olduğu⁵⁹ ve insanın fizikî yapısı için halk, manevî yapısı için hulk kelimelerinin kullanıldığı kaydedilir.⁶⁰ Nitekim bir şeyin düzgün, pürüzsüz ve ölçülü bir biçimde oluşturulması “yaratma” faaliyeti ile yakın bir ilişki içerisinde. Bunu destekler mahiyette hulk/huluk kelimesinin “insanın yaratılıştan gelen tabiatının adıdır” şeklinde tanımlandığı da görülmektedir.⁶¹ Bu tanıma göre ahlâk kavramının kişilik özellikleri ile ilişkili olduğu anlaşılmaktadır. Zira kimi lügatlerde ahlâkın tanımı yapılırken tabiat,⁶² fitrat,⁶³ cibilîyet, seciye⁶⁴ gibi anlamlar verildiği de görülmektedir. Buradan insanın karakterini oluşturan temel özelliklerinin, yaratılış yoluyla insana aktarıldığı anlaşılmaktadır.⁶⁵ Nitekim “huluk” kelimesinin “seciye” anlamına geldiğini belirten ibn. Cinnî, seciyenin insana doğuştan verilen bir özellik olduğunu belirtmektedir.⁶⁶ Netice itibarıyla ahlâk, yaratılış potansiyelinde bulunan düzgün ve ölçülü bir karakter tasavvurunun insana yerleştirilmesi anlamında, kişilikle ilişkili bir kavram olarak değerlendirilebilir.

Ahlâk, yemeden içmeye, oturmadan kalkmaya, giyimden kuşama; tüm canlı ve cansız çevreyle olan ilişkilere kadar uzanan geniş bir yelpazenin konusudur. Ahlâkî eğitim, duygu ve davranışlara yön veren, bunların eğitilmesini ve geliştirilmesini mümkün kılan önemli bir mefhumdur.⁶⁷ Ahlâk, farklı toplumlar tarafından genel kabul görmüş kurallara bağlanabilen, kesin sınırları olan, üzerinde uzlaşma sağlanmış bir konu değildir. Bununla birlikte üzerinde büyük oranda mutabakat sağlanmış evrensel sayılabilecek birtakım ahlâkî ilkeler de bulunmaktadır. Örneğin dürüstlük, adalet, sevgi, merhamet, hoşgörü ve benzeri mefhumlar -ayrıntılarda görüş ayrılığına düşülse de- ana hatlarıyla üzerinde toplumsal mutabakat sağlanmış ahlâkî meziyetlerdendir. Kur'an'da sağduyulu toplumların sahiplendiği güzel ahlâkî meziyetleri destekleyen birçok bildirim bulunmaktadır. Bir ayette “Şüphesiz ki Allah, size adaleti, iyilik yapmayı ve yakınlarla bakmayı emreder; **edepsizliği, fenalığı ve azgınlığı yasaklar. Düşünüp tutasınız diye size öğüt verir.**”⁶⁸ buyrulmaktadır. Bu ayette edepsizlik şeklinde çeviriye yansıtılan fahşâ kelimesi, başta zina olmak üzere edep, hayâ ve iffete aykırı her türlü söz ve davranışı ifade etmektedir. “Fenalık” diye çevrilen “Münker” kelimesi ise genellikle mâruf kavramının zıddı olarak “akıl ve sağduyunun çirkin bulduğu, erdemli toplumun yadırgadığı tutum ve davranışlar” anlamına gelmektedir.⁶⁹ Dolayısıyla insanın ve toplumun fitratını bozacak her türlü yanlış tutum, davranış ve söylemler yasaklanmaktadır. Bununla birlikte Kur'an'ın, toplumun ya da

⁵⁶ Halîl b. Ahmed, “خلق”, 1/438; el-Ezherî, “خلق”, 7/26-28; el-Cevherî, “خلق”, 4/1470.

⁵⁷ Mustafa Ünver, “Kur'an'da Yaratma Konulu Bir Kavram: “Haleqa””, *İslâmî Araştırmalar Dergisi* 15/4 (2002), 497-511.

⁵⁸ Suat Koca, “Ahlak Kavramı Üzerine Etimolojik ve Semantik Bir Araştırma”, *Ankara Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi* 57/2 (2016), 123.

⁵⁹ Mustafa Çağrı, “Ahlâk”, *TDV İslâm Ansiklopedisi* (İstanbul: TDV Yayınları, 1989), 2/1.

⁶⁰ İbn Manzûr, “خلق”, 1243-1248.

⁶¹ bkz. Ebû'l-Feyd el-Murtadâ ez-Zebîdî, *Tâcu'l-'arûs min cevâhiri'l-kâmûs* (Beyrût: Dâru'l-Hidâye, ts.), 25/257.

⁶² Ebû'l-Feth Usmân İbn Cinnî, *el-Haşâiş*, thk. Muhammed Ali en-Neccâr (Beyrût: Âlemu'l-Kutub, ts.), 2/114.

⁶³ el-Cevherî, “خلق”, 4/1471.

⁶⁴ Ebû'l-Hasen b. Sîde el-Mursî, *el-Muḥaṣṣaṣ*, thk. Halîl İbrâhîm Ceḫfâl (Beyrût: Dâru l-İḫyâi't-Turâsî'l- Arabî, 1996), 1/231; İbn Fâris, Ebû'l-Huseyn Ahmed, *Mu'cemu mekâyisi'l-luḡa*, thk. 'Abdusselâm Muhammed Hârûn (Beyrût: Dâru'l-Fikr, 1979), 2/214.

⁶⁵ Ünver, “Kur'an'da Yaratma Konulu Bir Kavram: “Haleqa””, 124-125.

⁶⁶ İbn Cinnî, *el-Haşâiş*, 2/113-114.

⁶⁷ Kandemir, *Örneklerle İslâm Ahlâkı*, 14.

⁶⁸ en-Nahl 16/90.

⁶⁹ Karaman vd., *Kur'an Yolu Türkçe Meâl ve Tefsir*, 3/435-436.

toplumların ahlâkî anlayışlarına orijinal bir bakış açısı getirerek kendi tarzını da ortaya koyduğu görülmektedir.

Akıllı ve sosyal bir varlık olan insan açısından ahlâkın önemi büyüktür. Bu nedenle ahlâkî hasletlerin öneminden çeşitli vesilelerle bahsedilmektedir. Amerikalı kişisel gelişim yazarlarından Ziglar; mutlu bireyler yetiştirmenin dürüstlük, sevgi, sadakat, güvenilirlik gibi ahlâkî erdemlerin aşılmasıyla mümkün olacağını söylemektedir.⁷⁰ Maxwell de insanların birlikte çalışmasını sağlayan şeyin güven ve dürüstlük olduğunu ifade etmektedir.⁷¹ Peale ise *Olumlu Yaşamın Gücü* kitabında Vash Young'un başarı hikâyesini şu şekilde alıntılar: "Benim iç başarı kavramının farkına varmamı sağlayan şey daha önceki kişiliğim olmuştur. Bu kişiliğim hiçbir anlamı olmayan uğraşlar yüzünden sonunda öldü ve onu otopsiye yatırıp inceledim. Bu kişiliğimin bencillik, karamsarlık, korku, üzüntü, kararsızlık, kibir, endişe, alınganlık, kıskanma, yanlış arzular, olumsuz düşünme tarzı ve diğer belirsizlikler nedeniyle öldüğü sonucunu çıkardım... [İnsanlar] paranın peşine düşecekleri yerde insanın iç dünyasını zenginleştirip iç başarıya götüren değerlerin peşine düşseler o zaman paranın kendiliğinden onlara geldiğini görürler."⁷²

Modern kişisel gelişim çalışmalarının ilk örneklerini ortaya koyan Samuel Smiles (öl. 1904) de *Başarmanın Gücü* adlı kitabında "Eğer insanlar ahlâk anlayışına değer vermeden, yalnız kabiliyete hayran olmak ve onu cesaretlendirmek hevesine düşerlerse her türlü kötülüğün yolunu tutmuş olurlar."⁷³ şeklinde bir beyanda bulunarak kişisel gelişimde ahlâkî erdemlerin önemine dikkat çekmiştir. Bu ifadeler ahlâkî gelişimin kişisel gelişimden müstağni olmadığı gerçeğini yansıtır. Neticede ahlâkî meziyetler kişisel gelişimle alakalı olan her hususta önemli roller oynamaktadır.

Kur'an'ın ortaya koyduğu ahlâkî öğretilerde bütün hasletler, dolaylı ya da direkt olarak birbiriyle ilişkilidir. Örneğin; dürüstlük, adaletle doğrudan ilişkilidir.⁷⁴ Zira adaletten sapan birisi, dürüstlüğü de kaybetmiş olacaktır. Dolaylı olarak da çalışkanlık ve fedakârlık gibi hasletlerle ilgilidir. Zira tembel bir insan verdiği sözde durmakta güçlük çeker, fedakârlık yapmaktan imtina eder. Bahsedilen bu iç içelik, diğer bir ifadeyle işlem-kaplam ilişkisi, Kur'an'ın ayetlerinde de görülmektedir. Yine tatlı dil ve yumuşak huyluluk, alçak gönüllü olmakla yakından ilişkilidir. Nitekim alçak gönüllü olamayan bir insanın, muhataplarına incitici bir üslupla yaklaşması olağandır. Bu nedenlerden dolayı ahlâkî hasletlerin sınırlarını net bir şekilde çizerek tek tek başlıklar halinde incelemek, tekrara düşmeye neden olacağı için bazı ahlâkî hasletler birleştirilerek başlıklandırılmıştır.

2.1. Dürüstlük

Dürüstlük, dinî literatürde "sıdk" kavramıyla ifade edilmektedir. Kur'an, hadis ve İslâmî kaynaklarda "hakikati konuşmak, gerçeğe uygun bilgi vermek, dürüst ve güvenilir olmak, vaadine sadakat göstermek, hakikati ifade eden ve gerçeğe uygun olan söz, doğruluk, dürüstlük, güvenilirlik" gibi anlamlarda kullanılmaktadır.⁷⁵ Bu anlamlarıyla dürüstlük, hemen hemen bütün

⁷⁰ Zig Ziglar, *Zirveye Çıkan Basamaklar*, çev. Tayfur Keskin (İstanbul: Beyaz Yayınları, Kasım 2000), 75.

⁷¹ John C. Maxwell, *İçinizdeki Lideri Geliştirmek*, çev. Selim Yeniçeri (İstanbul: Beyaz Yayınları, Aralık 1998), 224.

⁷² Norman Vincent Peale, *Olumlu Yaşamın Gücü*, çev. Şahin Cüceloğlu (İstanbul: Sistem Yayıncılık, Kasım 2000), 185-186.

⁷³ Samuel Smiles, *Başarmanın Gücü*, çev. Arzu Özdemir (İstanbul: Etap Yayınları, 2016), 122.

⁷⁴ Mustafa Kara, "Kur'an'da 'Adâlet Kavramı ve Güncel Değeri", *Ondokuz Mayıs Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi* (2013), 34/1, 150-151, 157-158.

⁷⁵ Mustafa Çağrı, "Sıdk", *TDV İslâm Ansiklopedisi* (İstanbul: TDV Yayınları, 2009), 37/98.

güzel hasletleri kuşatan, hayatın her alanına dokunan geniş kapsamlı ahlâkî bir erdemdir. Verilen sözlerde, karşılıklı yapılan antlaşmalarda, yapılan işlerde en temel ilkenin dürüstlük olduğu söylenebilir. Dürüstlüğün toplumsal hayatta önemli bir yere sahip olmasından dolayı insan, dürüst olması konusunda Kur'an'da sık sık uyarılmaktadır. Bir ayette “*Ey müminler! Antlaşmalarınıza sadık kalın...*”⁷⁶ şeklinde uyarıda bulunularak eğer bir söz verilmişse ona sadık kalınması emredilmektedir.⁷⁷ Buna mukabil “*Ey iman edenler! Niçin yapmayacağınız şeyleri söylüyorsunuz? Yapmayacağınız şeyleri söylemeniz, Allah katında büyük bir gazabın nedenidir.*”⁷⁸ buyrularak bir durumu geçiştirmek ya da birilerine yaranmak için boş vaatlerde bulunulmaması gerektiği ifade edilmektedir. Zira ağızdan çıkan söz, Allah indinde kişiyi sorumluluk altına sokmaktadır. Dolayısıyla bir mümin, ağzından çıkan sözün gereğini yerine getirmekle mükelleftir.⁷⁹ Nitekim bir ayette “*O müminler ki emanetleri korur, verdikleri sözü de mutlaka yerine getirirler.*”⁸⁰ buyrularak dürüstlüğün müminlerin vasfı olduğuna vurgu yapılmaktadır. Kur'an'a göre eğer gerçekten yerine getirme niyetiyle bir vaatte bulunulacaksa o zaman da bu sözün sağlam bir dayanağının olması gerekmektedir. Kişiyi yalancı çıkaracak ve mahcup düşürecek düzmece sözlerden kaçınılmalıdır.⁸¹

Dürüstlük, iman ile de alakalı bir meseledir. Zira bir hadiste münafıkların; konuştuklarında yalan söyledikleri, verdikleri sözün gereğini yerine getirmedikleri, emanete ihanet ettikleri bildirilmektedir.⁸² Bu sebeple bir müminden verdiği sözleri yerine getirmesi konusunda daha hassas davranması beklenir. Özellikle de Allah'ı kefil kılarak verdiği sözler konusunda taviz vermemelidir. Nahl Sûresinde geçen “*Allah'ı şahit tutarak antlaşma yaptığınızda ahdinize sadık kalın. Allah'ın adını anarak pekiştirdiğiniz yeminlerinizi bozmayın. Kuşkusuz Allah, yaptıklarınızı bilir.*”⁸³ ayeti bu açıdan dikkat çekicidir.

Kur'an'da dürüstlük üzerine genel uyarılar yapılmakla birlikte⁸⁴ ticaret,⁸⁵ barış antlaşmaları,⁸⁶ inanç ve itikat⁸⁷ gibi çeşitli konularda da özel uyarılar yapılarak verilen sözlerin gereğinin yerine getirilmesi telkin edilir. Bununla birlikte dürüstlükte istikrarlı olunması,⁸⁸ dürüst insanlarla oturup kalkılması,⁸⁹ güvenin kötüye kullanılmaması,⁹⁰ iftira atılmaması⁹¹ emredilmektedir. Hadislerde de bu durumları tasdik eder mahiyette, kişilerin dürüst olmasının cennete, yalan söylemesinin de cehenneme götüreceği,⁹² dürüst tüccarların peygamberler,

⁷⁶ el-Mâide 5/1.

⁷⁷ Karaman vd., *Kur'an Yolu Türkçe Meâl ve Tefsir*, 2/202-203.

⁷⁸ es-Saf 61/2-3.

⁷⁹ Ebû Hayyân, *Tefsîru'l-bahri'l-muhît*, thk. Âdil Ahmed 'Abdulmevcûd vd. (Beyrut: Dâru'l-Kutubî'l-İlmiyye, 1993), 8/258; Muhammed et-Tâhir İbn 'Âşûr, *et-Tahrîr ve't-tenvîr* (Tunis: ed-Dâru't-Tunisiyye, 1984), 28/173.

⁸⁰ el-Müminûn 23/8.

⁸¹ el-Ahzâb 33/70.

⁸² Ebu'l-Hüseyn el-Kuşeyri en-Nisâbü'rî Müslim b. el-Haccâc Müslim, *Sahîh-i Müslim*, haz. Sâlih b. Abdülazîz (Arabistan: Dâru's-Selâm, 2000), “İman”, 107; Ebû Abdullah Muhammed b. İsmail Buhârî, *Sahîh-i Buhârî*, haz. Sâlih b. Abdülazîz (Arabistan: Dâru's-Selâm, 2000), “İman”, 24.

⁸³ en-Nahl 16/91.

⁸⁴ Örneğin: “*Öyle ise emrolunduğun gibi dosdoğru ol. Senin yolunu tutup tövbe edenler de dosdoğru olsunlar. Hak ve adalet ölçülerini aşmayın. Şüphesiz O, yaptıklarınızı hakkıyla görür.*” (Hûd 11/112).

⁸⁵ el-İsrâ 17/35; eş-Şuarâ 26/182; el-Mutaffifîn 83/1-7.

⁸⁶ et-Tevbe 9/7.

⁸⁷ el-Ahkâf 46/13.

⁸⁸ Hûd 11/85-88, 112; Fussilet 41/30.

⁸⁹ et-Tevbe, 9/119.

⁹⁰ el-Bakara 2/283.

⁹¹ en-Nisâ 4/112.

⁹² Müslim, “Birr”, 105.

sıddıklar ve şehitlerle beraber olacağı;⁹³ güveni kötüye kullanmanın büyük bir ihanet olduğu⁹⁴ şeklinde ifadeler mevcuttur.

Toplumsal hayatta dürüstlüğün hemen her alanda dikkate alındığı görülür. Örneğin, bir yönetici ya da liderin çalışanlar tarafından dürüst olması beklenir. Çünkü güven duyulmayan bir yönetici veya lidere pek rağbet edilmez. Hiç kimse maaşları ödeme hususunda güven duyulmayan bir patronun emri altında çalışmak istemez. Bu durum, patron, lider ya da yönetici açısından da böyledir. Zira güven duyulmayan bir kimseye görev verilmek istenmez. Çünkü toplumsal ilişkilerin temeli güvene dayalıdır.⁹⁵ Kişisel gelişim uzmanlarından Bob Burg “Hiç değişmez bir şekilde, insanlar işi tanıdıkları, sevdikleri ve güvendikleri kişilere gösterecek, onlarla yapacaklardır.”⁹⁶ diyerek dürüstlüğün toplumsal hayattaki önemine işaret etmektedir. Yine Taylor da işyerindeki başarının anahtarının “dürüst ilişkiler” olduğunu belirtmektedir.⁹⁷ Görüldüğü üzere bir kişilik eğitiminden ve kişisel gelişimden söz edilecekse en önemli ilkelerden birisinin dürüstlük olduğu söylenebilir.

2.2. Adalet

Adalet, ahlâkın ve hukukun en temel kavramlarından biridir. Her çağda insanların ve toplumların gündeminde önemli bir yer işgal etmiştir. Çünkü toplumun birliği, dirliği ve huzuru için adil insan, adil yönetim ve adil bir sistem esastır. Adaletin temin edilemediği durumlarda güvensizlik, kargaşa ve huzursuzluk kaçınılmazdır. Bunların giderilmesi ve her hakkın sahibine iade edilmesi adaletle mümkün olmaktadır. Zira adalet; eşit davranmak, hak edene hak ettiğini vermek ve bir şeyi yerli yerine koymaktır.⁹⁸ Kur'an'da “adalet” kelimesinin karşılığı olarak “عدل” ve “قسط” kelimeleri kullanılır.⁹⁹

Adalet, sosyal hayatın her alanına taalluk eder. Bu gerçek Kur'an tarafından da dikkate alınır ve insanlar, çeşitli vesilelerle adalet konusunda uyarılıp bilgilendirilir. Gerek yönetimde¹⁰⁰ gerek toplumlar arası veya insanlar arası hukukta¹⁰¹ ya da iktisadi meselelerde¹⁰² adaletle sık sık atıfta bulunulur.

Kur'an'da sosyal düzenin sağlıklı işleyişi için güzel hasletlerin adalet üzerine bina edilmesi ve kötü hasletlerin de toplumun sinasinden temizlenmesi hedeflenmektedir. Bu durumu ifade eder mahiyette “*Kuşkusuz Allah adaletli davranmayı, güzel işler yapmayı ve akrabayı gözetip kollamayı emreder. Her türlü ahlâksızlığı, kötülüğü ve azgınlığı yasaklar...*”¹⁰³ ayetinde adalet ile birlikte tasvip edilen hasletler ve uzak durulması gereken davranışlar ana hatlarıyla dile

⁹³ Ebû İsa Muhammed b. İsa b. Sevre es-Sülemî Tirmizî, *Sünen-i Tirmizî*, haz. Sâlih b. Abdülazîz (Arabistan: Dâru's-Selâm, 2000), “Büyû”, 4.

⁹⁴ Süleyman b. Eş'as b. İshak el-Ezdî Ebû Dâvûd es-Sicistânî, *Sünen-i Ebû Dâvûd*, haz. Sâlih b. Abdülazîz (Arabistan: Dâru's-Selâm, 2000), “Edeb”, 71.

⁹⁵ Howard Haas - Bob Tamarkin, *İnsan Lider Doğmaz*, çev. Sinan Köseoğlu (İstanbul: Beyaz Yayınları, Eylül 2000), 171-176; Tarık Işıksağan, *Etkili Motivasyon* (İstanbul: Olympia Yayınları, 2016), 127-128; Zılgar, *Zirveye Çıkan Basamaklar*, 169.

⁹⁶ Bob Burg, *Birlikte Kazanmak*, çev. Selim Yeniçeri (İstanbul: Beyaz Yayınları, Ağustos 1999), 35.

⁹⁷ Herbert N. Casson, *Başarı Yolunda Adım Adım* (İstanbul: Etap Yayınları, 2016), 84.

⁹⁸ Halîl b. Ahmed, *Kitâbu'l-'ayn*, “adl”, 3/111; İbn Manzûr, *Lisânü'l-Arab*, “adl”, 2838.

⁹⁹ Ebu'l Kasım Hüseyin b. Muhammed Ragıp el-İsfahânî, *el-Müfredat fî garîbi'l-Kur'ân*, thk. Muhammed Seyid Keylânî (Beyrût: Dâru'l-Ma'rife, ts.), “adl”, 326; “kıst”, 403.

¹⁰⁰ en-Nisâ 4/58, 105; eş-Şûrâ 42/15; el-Hadîd 57/25.

¹⁰¹ en-Nisâ 4/3, 127, 129; el-Mâide 5/8, 42; el-A'râf 7/159, 181; el-Mümtehine 60/8; eş-Şûrâ 42/15.

¹⁰² el-Bakara 2/282; el-En'âm 6/152.

¹⁰³ en-Nahl 16/90.

getirilmiştir.¹⁰⁴ Bir başka ayette,

*“Ey iman edenler! Kendiniz veya ana babanız ya da en yakınlarınızın aleyhine de olsa Allah için şahitlik yaparak adaleti ayakta tutan kimselerden olun. Zengine de fakire de Allah sizden daha yakındır. O halde nefsinizin isteklerine göre hareket etmeyin ki adalet yerini bulsun. Eğer şahitliğinizde gerçeği çarpıtırsanız veya şahitlikten çekinirseniz unutmayın ki Allah yaptığınız her şeyden haberdardır.”*¹⁰⁵

buyrulularak adaleti zedeleyecek davranışların önüne geçilmek istenmektedir.¹⁰⁶

Kur'an'da adaletin hukukun temeline yerleştirilmesi, insanların toplumsal hayatta daha rahat adım atmaları içindir. Zira mevcut işleyişe duyulan güven ne kadar yüksek olursa toplumdaki insanların performansı ve verimliliği o oranda artar. Çünkü insanlar, başkalarının hakkına taalluk eden meselelerde yeterli bilinç ve farkındalık kazandıklarında nerede duracaklarını ve attıkları adımın sonucunun nereye varacağını bilirler. Tersinden bakıldığında ise insanlar, herhangi bir hakkın zayi olmayacağını bildiklerinde ve atacakları adımdan zarar görmeyeceklerini umduklarında daha cesur adımlar atarlar. Dolayısıyla adalete güven duyulması, bireysel ve toplumsal konularda işlerin daha sağlıklı yürütülmesine vesile olur. İşlerin sağlıklı ve sorunsuz yürütülmesi ise kişisel gelişimin hedeflerindendir. Zira kişisel gelişimde sistemin, liderin, işverenin, yöneticinin âdil olması, verimliliği ve performansı arttıran faktörlerdendir. Buna dikkat edilmediğinde ise verimlilik ve performans düşecektir.¹⁰⁷

Adalet ile ilgili değinilmesi gereken bir husus da motivasyonun düşmesine neden olan, dünyada adaletin tam anlamıyla tesis edilmediği düşüncesidir. Zira insanlar arasındaki sosyal statünün ve iktisadi yapının değişken olmasından dolayı kimileri tarafından dünyada adalet olmadığı düşünülmektedir. Bu yaklaşım adalet olgusunun eksik ya da yanlış değerlendirilmesinden kaynaklanmaktadır. Haddi zatında herkese aynı ekonomik imkân ve sosyal statü tanınsaydı dünyada insanlar arası iş paylaşımı sekteye uğradı. Bu durum zevkler, istekler ve kabiliyetler konusunda da geçerlidir. Nitekim herkes aynı yapıya sahip olsaydı kişiler kendisini diğer insanlardan müstağni görürdü. Bu yüzden insanlar popüler görülen meslek dallarına yönelir, diğer meslek dallarında iş görecektir insan bulunamazdı. Dolayısıyla sosyal düzenin ve adaletin tesis edilebilmesi bu farklılıkların olmasıyla mümkündür.¹⁰⁸ Kur'an'da bu farklılığın nedenine işaret edilerek *“Rabbinin rahmetini onlar mı paylaşıyorlar! Dünya hayatında onların geçimliklerini aralarında biz paylaştırdık. Birbirlerine iş gördürmeleri için kimini ötekine derecelerle üstün kıldık. Rabbinin rahmeti, onların biriktirdikleri şeylerden hayırlıdır.”*¹⁰⁹ buyrulmaktadır. Bir başka ayet-i kerimde de *“Ey insanlar! Birbirinizle tanışıp kaynaşasınız diye sizi bir erkek ve bir kadından yaratarak boylara ve kabilelere ayırdık. Allah katında en değerli olanınız, O'na karşı en çok sorumluluk sahibi olanınızdır. Şüphesiz Allah hakkıyla bilen, her şeyden haberdar olandır.”*¹¹⁰ buyrulularak farklılıkların, ortak sorumlulukların yüklenilmesinde ve ortak ihtiyaçların giderilmesinde önemli bir gereklilik olduğuna dikkat çekilmektedir.¹¹¹ Böylece insanların zihinlerinde problemleri düşüncelere neden olan ve motivasyonu düşüren adaletsizlik

¹⁰⁴ Seyyid Kutub, *fi Zılâli'l-Kur'an*, 4/2190-2191.

¹⁰⁵ en-Nisâ 4/135.

¹⁰⁶ Karaman vd., *Kur'an Yolu Türkçe Meâl ve Tefsir*, 2/159-160.

¹⁰⁷ Üzeyir Garip, *İş Hayatında Motivasyon* (İstanbul: Hayat Yayıncılık, 2000), 61.

¹⁰⁸ Ahmet Öz, *Kur'an'ın Ana Konuları* (İstanbul: Ensar Neşriyat, 2021), 217.

¹⁰⁹ ez-Zuhruf 43/32.

¹¹⁰ el-Hucurât 49/13.

¹¹¹ Seyyid Kutub, *fi Zılâli'l-Kur'an* (Beyrût: Dar'üş-Şûruk, 1982), 6/3348.

düşüncesi bu bildirimlerle tashih edilmektedir.

2.3. Samimiyet

Samimiyet, dinî literatürde ihlâs kavramı ile ifade edilmektedir. İhlâs; bir şeyi, içine karışmış ve değerini düşürmüş olan başka şeylerden temizleyip arındırmak, saflaştırmak anlamına gelmektedir. Terim olarak ise işleri gösterişten ve çıkar kaygılarından arındırıp samimi bir şekilde sadece Allah için yapmak demektir.¹¹² İhlâs kavramı, İslâmî literatürde daha geniş bir anlama sahiptir. Şirkten, bâtil inançlardan, kötü duygulardan, çıkar hesaplarından, gösteriş arzusundan kalbi temizlemeyi, her türlü hayırlı faaliyete iyi niyetle yönelmeyi ve her durumda yalnızca Allah'ın rızasını gözetmeyi ifade eder.¹¹³ Sözlükte "görmek" anlamına gelen "رأى" kökünden türeyen¹¹⁴ "riya" kavramı ise yapılan işlerin Allah rızası için değil de gösteriş için yapılması anlamında kullanılır.¹¹⁵ Riya, ihlâs kavramının zıddı olarak kabul edilir. Gerek ibadetleri gerekse yapılan iyilikleri, samimi ve hâlis bir niyet taşımaksızın sırf insanlar tarafından takdir kazanmak için yapmak, bu kavram ile ifade edilmektedir.¹¹⁶ Riyanın ne denli kötü bir davranış olduğu Kur'an'da çeşitli vesilelerle dile getirilmiştir. *"Ey iman edenler! Allah'a ve ahiret gününe inanmadığı hâlde insanlara gösteriş yaparak malını harcayan kimse gibi sadakalarınızı başa kakmak ve kalp kırmak suretiyle boşa çıkarmayın..."*¹¹⁷ ayeti gösteriş yapmak ve toplumda imtiyaz elde etmek için infakta bulunan münafıkların durumlarını anlatmaktadır.¹¹⁸ *"Münafıklar, Allah'ı aldatmaya çalışırlar ancak gerçekte Allah, onların yaptıklarını ayaklarına dolamaktadır. Onlar; namaza kalktıkları zaman tembel tembel kalkarlar, insanlara gösteriş yaparlar ve Allah'ı pek az anarlar."*¹¹⁹ ayeti ise gösteriş yapmak suretiyle namaz kılan münafıklardan bahsetmektedir. Yine Kur'an'da, şöhret için savaşa katılarak böbürlenene müşriklere benzememesi için müminler, *"Şımarıp böbürlenerek insanlara gösteriş yapan ve Allah yolundan alıkoymak için yurtlarından sefere çıkanlar gibi olmayın. Allah, onların her yaptığını bilmektedir."*¹²⁰ ayetiyle uyarılmaktadır. *"Onlar, yaptıklarını gösteriş için yaparlar."*¹²¹ ayetinde ise kendilerine özgü ibadetleri icra ederken gösteriş yapan müşriklerden¹²² bahsedilmektedir. Bunlarla birlikte riya kavramından hadislerde de çokça bahsedilmektedir. Bir hadiste riyanın küçük şirk olduğundan ve riya ile hareket eden kimselerin ibadetlerinin kabul edilmeyip Allah'ın huzurundan kovulacağından bahsedilmektedir.¹²³ Riya, bir hadiste de gizli şirk olarak nitelendirilmektedir.¹²⁴ Riya ile ilgili başka hadislerde ise gösteriş uğruna savaşta can vermenin, öğrenilen ilmin, okunan Kur'an'ın ve

¹¹² Alî b. Muhammed eş-Şerîf el-Cürcânî, *et-Ta'rifât* (Beyrût: Mektebetü Lübnân, 1985), "ihlâs", 12.

¹¹³ Süleyman Ateş "İhlâs", *TDV İslâm Ansiklopedisi* (İstanbul: TDV Yayınları, 2000), 21/535.

¹¹⁴ Halil b. Ahmet, "raê", 2/83-86; el-İsfahânî, "raê", 208-209.

¹¹⁵ Cürcânî, *et-Ta'rifât*, "riyâ", 119.

¹¹⁶ Mustafa Çağrı, "Riya", *TDV İslâm Ansiklopedisi* (İstanbul: TDV Yayınları, 2008), 35/137-138.

¹¹⁷ el-Bakara 2/264; bir başka benzer ayet için bk. en-Nisâ 4/38.

¹¹⁸ et-Taberî, *Câmi'u'l-beyân*, 4/662-663.

¹¹⁹ en-Nisâ 4/142.

¹²⁰ el-Enfâl 8/47-49; Detaylı bilgi için bk. İbn Kesîr. *Tefsîru'l-Kur'âni'l-Azîm*, 7/99-104.

¹²¹ el-Maûn 107/6.

¹²² Maûn Sûresinde bahsedilen *"Onlar salâtlarında gaflete düşenlerdir"* ibaresindeki "salât" kavramı birçok tefsir ya da mealde namaz olarak değerlendirilmektedir. Ancak ayetin siyak-sibakına ve indirildiği döneme bakıldığında, bugünkü anlamda namazdan bahsetmediği, müşriklerin kendilerine özgü şekilde yaptıkları bir ibadeti temsil ettiği, dolayısıyla burada münafıklardan değil de müşriklerden bahsedildiği görüşü tercih ettiğimiz görüştür. Zira *"O (Müşriklerin), Kâ'be'de yaptıkları salât, ıslık çalıp el çırpıktan ibarettir. Öyle ise inkâr etmekte olduğunuzdan dolayı tadın azabı."* (el-Enfâl 8/35) ayetinde bu durum açıkça belirtilmektedir. Detaylı bilgi için bk. Ahmet Öz, *Kur'an'ı Anlamada Bağlam* (İstanbul: Hikmet Yayınevi, 2016), 120-128.

¹²³ Ahmed b. Hanbel, *el-Müsned* (Beyrût: Mektebetu'l-İslamiyye, ts.), 5/428, 429.

¹²⁴ Ahmed b. Hanbel, *el-Müsned*, 4/124.

yapılan infakın Allah katında bir değerinin olmadığı nakledilmektedir.¹²⁵

Riya Kur'an'da her fırsatta tenkit edilirken samimiyet ise teşvik edilmekte, yapılan her işin temelinde samimiyet aranmaktadır. Zira Allah rızasını kazanmanın temelinde samimiyet yatmakta ve ameller niyetlere göre değerlendirilmektedir. Kur'an'da "Biz bu kitabı sana gerçeğin bilgisi olarak indirdik. Öyleyse samimi bir inançla sadece Allah'a kulluk et."¹²⁶ buyrulur bu anlayış teyit edilmektedir. Ayette geçen ihlâs kavramı gerek ibadetleri gerekse diğer dinî ve ahlâkî davranışları riyâ ve gösterişten, çıkar kaygılarından uzak olarak yalnızca Allah rızası için yapmak anlamında kullanılmaktadır.¹²⁷ Bir hadiste de aynı doğrultuda "Allah, ancak samimiyetle ve sadece kendi rızası gözetilerek yapılan ameli kabul eder."¹²⁸ buyrulur müminler yaptıkları işlerde samimi davranmaya yönlendirilmektedir. Bir başka hadiste de amellerin niyetlere göre değer kazanacağı bildirilmektedir.¹²⁹ Görüldüğü üzere Kur'an ve sünnette müminler davranışlarında samimi davranmaya yönlendirilmektedir.

Kur'an'da teşvik edilen samimiyet, çoğu yaygın kişisel gelişim uzmanı tarafından da tasvip edilmektedir. Bu yazarlar, hedeflenen amaca ulaşmada gerek bireylere gerekse kitlelere karşı samimi ve içten yaklaşıldığında onlar üzerinde etkileyiciliğin büyük oranda artacağını vurgulamaktadırlar.¹³⁰ Aksi halde samimiyetsizliğin insanlar tarafından pek hoş karşılanmayacağı bildirilmektedir. Ayrıca gösterişe düşkün olan insanların vitrinlerinin genellikle gerçeği yansıtmadığı, altı boş olan ama varmış gibi gösterilen özelliklerin bir zaman sonra var olan özellikleri de gözden düşürdüğü belirtilmektedir. Bu durumu Stephen Covey'in bir sözüyle aktaran Maxwell, bir çalışmasında "Eğer insanlara istediğimi yaptırmaya, onları daha iyi çalışmaya, daha fazla motive etmeye zorlamak için kendi kişiliğimi düzeltmeden ikiyüzlülük ve riyakârlıkla insan etkileme stratejilerini kullansam, uzun süreli bir başarı sağlayamam. İkiyüzlülüğüm ortaya çıkar ve iyi insan ilişkileri kurma teknikleri kullansam bile her yaptığım bir dalavere olarak algılanır." ifadelerine yer verir.¹³¹ Bu ifadeler Kur'an'daki "*Kitabı okuduğunuz halde insanlara iyilik etmelerini emrediyorsunuz da kendinizi unutup musunuz? Aklınızı kullanmıyor musunuz?*"¹³² ayetiyle aynı minvaldedir. Zira bu ayette Allah'ın razı olacağı şeyleri başkalarına emredip kendileri bunları yapmayan kimseler kast edilmektedir. Bu davranış şekli de riyakârların davranışlarına benzediği için Allah tarafından kınanmakta, müminler samimi olmaya teşvik edilmektedir.¹³³ Nitekim riyakârlık hem sosyal hem de ticari ve diğer ilişkilerde samimiyetsiz bir ilişki ağına neden olmaktadır. Samimi olmak ise daha sağlam ve istikrarlı ilişkiler kurmaya vesile olmaktadır. Bu nedenlerle samimiyet kişisel gelişimde çevreyle daha sağlıklı ilişkiler kurma ve geliştirmede baş rol oynayan hasletlerdendir.

2.4. Nefse Hâkimiyet

Nefis, Arapça kökenli bir kelimedir. Sözlükte; "ruh, can, hayat, nefes, varlık, zat, insan, kişi, hevâ ve heves, kan, beden, bedenden kaynaklanan süflî arzular, karakter, kişilik" gibi anlamlara

¹²⁵ Ahmed b. Hanbel, *el-Müsned*, 2/322; Müslim, "İmâre", 152; Ebû Abdurrahman Ahmed b. Ali b. Şuayb en-Nesâî, *Sünen-i Nesâî*, haz. Sâlih b. Abdülazîz (Arabistan: Dâru's-Selâm, 2000), "Cihâd", 22.

¹²⁶ Ez-Zümer 39/2.

¹²⁷ Karaman vd., *Kur'an Yolu Türkçe Meâl ve Tefsir*, 4/598.

¹²⁸ Nesâî, "Cihâd", 24.

¹²⁹ Müslim, "İmâre", 155; Buhârî, "Bedü'l-Vahy", 1.

¹³⁰ Haas - Tamarkin, *İnsan Lider Doğmaz*, 72-74; Ziglar, *Zirveye Çıkan Basamaklar*, 10, 167, 181, 206; Sekman, *Limit Siziniz*, 105 vd.

¹³¹ Maxwell, *İçinizdeki Lideri Geliştirmek*, 229.

¹³² el-Bakara 2/44.

¹³³ et-Taberî, *Câmi'u'l-beyân*, 1/613-616.

gelmektedir.¹³⁴ Nefis kavramı Kur'an'da sık kullanılan bir kavram olması hasebiyle ayetlerde kullanıldığı anlamlar esas alınarak literatüre yerleşmiştir. Dolayısıyla nefis kavramının Kur'an'da geçtiği ayetler incelendiğinde "can, ruh";¹³⁵ "zat, öz varlık";¹³⁶ "kişilik, karakter, benlik"¹³⁷ vb. manalarda kullanıldığı görülmektedir.¹³⁸ Örneğin Allah'ın, merhameti kendi nefisine vacip kılması,¹³⁹ müşriklerin edindikleri ilahların kendi nefislerine bile yardım etmekten aciz olması,¹⁴⁰ kişinin bir şeyi kendi nefisine haram kılması¹⁴¹ şeklinde ifade buyrulan ayetlerde kişinin bizzat kendisi anlamında kullanılmaktadır. Bununla birlikte insanın beden ve nefis birlikteliğinden oluştuğu ve bedene hayatiyet veren şeyin nefis olduğu bildirilmektedir. Bu yönüyle de nefis ile ruh ve can arasında sıkı bir ilişki bulunmaktadır.¹⁴² "... Haydi bugün kendi canlarınızı kurtarın..."¹⁴³ ayeti buna işaret etmektedir.

Kur'an'da nefsin eğitilebilir bir özelliğe sahip olduğu vurgulanmaktadır.¹⁴⁴ Eğitilmediği takdirde ise meşru olmayan şeyleri istemeye teşvik edebilmektedir. Örneğin; kötülüğü emretme,¹⁴⁵ batıl inanca teşvik etme¹⁴⁶ dünyevî isteklerin peşinden sürükleyerek inkâra yöneltme¹⁴⁷ cimrilik etme¹⁴⁸ gibi olumsuz yönlendirmelerde bulunabilmektedir. Anlaşıldığı üzere nefis, kişinin bizzat kendisi anlamına geldiği gibi insanı çeşitli düşünce ve davranışlara yönlendiren duygusal bir varlıktır. Bu yönüyle de kişilik, karakter ve benlik kavramlarıyla ortak anlamlar içermektedir.

İslam Medeniyetine kişisel gelişim uygulaması açısından göz atıldığında mutasavvıfların ortaya koyduğu nefis terbiyesi ve tezkiyesi yöntemleri göze çarpmaktadır. Nefis terbiyesi/tezkiyesi, tövbe ile başlayarak nefse sabır, cömertlik, tevazu, fedakârlık, diğerkâmlık gibi güzel hasletleri kazandırmak ve onu kötü huylardan arındırmak için uygulanan tasavvufî eğitim metotlarının hepsini kuşatan bir ifadedir. Nefsin tezkiyesi ile güzel hasletlerin insan benliğine yerleştirilmesi hedeflenmektedir. Bunların yerleştiğinin emaresi olarak bu hasletlerin daha önceleri nefse ağır gelirken zamanla kolay hale gelmesi, gösterilmektedir.¹⁴⁹ Tasavvufta nefis tezkiyesi ve kalp tasfiyesi, insanın kişisel gelişiminin temeli olarak kabul edilmektedir. Nefis terbiye edilip kontrol altına alındığı takdirde kalbin ve ruhun ihyasının mümkün olacağı bildirilmektedir. Aksi halde nefsin her isteğinin yerine getirilmesinin problemli bir kişiliğe neden olacağı öne sürülmektedir. Nitekim tasavvufî yöntemin inşa etmeyi hedeflediği kişilik; nefsinin kötü hasletlerden arındırmış, kalbini saflaştırmış ve nefsinin kölesi olmaktan kurtararak Rabbine kul

¹³⁴ Halîl b. Ahmed, *Kitabu'l-ayn*, "نفس", 4/248 ; İbn Manzûr, "نفس", 4500-4504; Ebû'l-Hasen b. Süleymân el-Mukâtil, *el-Eşbâh ve'n-nezâir fi'l-Kur'âni'l-Kerîm* (Kahire: el-Hey'etu'l-Mısriyyeti'l-Âmme li'l-Kitab, 1994), 352-354; Huseyn b. Muhammed ed-Dameğânî, *Kâmûsu'l-Kur'ân* (Beyrût: Dâru'l-İlm, 1983), 462-463.

¹³⁵ el-En'âm 6/93; el-Beyzâvî, *Envâru't-tenzîl ve esrâru't-te'vîl*, 1/506.

¹³⁶ Âl-i İmrân 3/28, 30; el-Beyzâvî, *Envâru't-tenzîl ve esrâru't-te'vîl*, 1/253-254.

¹³⁷ el-Kiyâme 75/2; el-Fecr 89/27; el-Beyzâvî, *Envâru't-tenzîl ve esrâru't-te'vîl*, 3/472, 533.

¹³⁸ Muhammed Fûâd Abdalbâkî, *el-Mu'cemu'l-mufehres li elfâzi'l-Kur'âni'l-Kerîm*, thk. Muhsin Bidârfur (Kum: İntişarât Bidâr, 1412/1991), 642-644.

¹³⁹ el-En'âm 6/12, 54.

¹⁴⁰ el-Enbiyâ 21/43.

¹⁴¹ Âl-i İmrân 3/93.

¹⁴² Süleyman Uludağ, "Nefis", *TDV İslâm Ansiklopedisi* (İstanbul: TDV Yayınları, 2010), 32/526; Hasan Bulut, "Tasavvufî Bir Bakış Açısıyla Nefis", *Mesned İlahiyat Araştırmaları Dergisi* 11/1 (Bahar 2020), 167.

¹⁴³ el-En'âm 6/93.

¹⁴⁴ eş-Şems 91/8.

¹⁴⁵ Yûsuf 12/53.

¹⁴⁶ Tâhâ 20/96.

¹⁴⁷ en-Necm 53/23.

¹⁴⁸ et-Tegâbün 64/16.

¹⁴⁹ Selâleddin Ekberî ed-Dimekşi, *Metinlerle Tasavvuf Terimleri Sözlüğü*, nşr. Zafer Erginli (İstanbul: Kalem Yayınları, 2006), 1227.

olabilmiş bir kişiliktir. Tasavvufî eğitim metoduna göre böyle bir kişiliğin inşa edilebilmesi için insanın öncelikle nefsini tanıması daha sonra da nefsinin olumsuz çağrılarına karşı dirençli olması gerekmektedir. Bu bağlamda kişilik gelişiminin tamamlanması şeklinde bir anlayışa, tasavvufî eğitim metodunda yer yoktur. Zira nefis ancak ruhun bedenden ayrılmasıyla ölmektedir. Dolayısıyla nefsin kötülüğe meyletmesine fırsat vermemek için ölünceye kadar kontrol altında tutulması gerekmektedir.¹⁵⁰ Anlaşıldığı üzere nefsin kötülüğe sürüklenme ve terbiye edilme potansiyeli bulunmaktadır. Bu durum Kur'an'da açık bir şekilde ortaya konulmaktadır. Nefsin kötülüğü emredebileceğine Hz. Yûsuf kıssası üzerinden şu şekilde dikkat çekilir:

“Hükümdar, kadınlara; ‘Yûsuf’u arzu ettiğinizde olayın aslı neydi?’ dedi. Kadınlara, ‘Onun art niyetli bir davranışına asla şahit olmadık’ dediler. Bunun üzerine vezirin karısı, ‘Şimdi hakikat ortaya çıktı, onunla birlikte olmak isteyen bendim. İşin gerçeği, Yûsuf doğru yol üzere olanlardandır.’ dedi. Yûsuf, ‘Benim amacım vezire, onun arkasından hainlik etmediğimi; hainlerin tuzaklarını Allah’ın başarıya ulaştırmayacağını bildirmektir. Tüm bunlara rağmen yine de kendi nefsimi büsbütün temize çıkarmıyorum. Çünkü Rabbimin merhamet edip koruduğu kimseler dışında, nefis insanı sürekli kötülüğe sevk eder. Rabbim elbette çok bağışlayıcıdır,engin merhamet sahibidir.’ dedi.”¹⁵¹

Kur'an'da nefsin, kötülüğe meyletme kabiliyetine işaret edildiği gibi iyi olma potansiyelinin bulunduğu da bahsedilmektedir. Bu durum Şems Sûresinde *“Nefse ve onu düzgün bir biçimde yaratıp şekil verene, aynı zamanda ona kötü ve iyi olma kabiliyetini ilham edene yemin olsun ki onu temizleyip arındıran kurtuluşa ermiştir. Ancak günahlara sürükleyen ise ziyana uğramıştır.”*¹⁵² şeklinde ifade edilmektedir. Buradan anlaşıldığına göre nefis; kendisi üzerinde tahakküm kurulabilen, yönetilebilen ve eğitilebilen bir yapıya sahiptir. Dolayısıyla ayette de belirtildiği üzere nefsini kötülüklerden arındırıp temizleyen kimsenin kurtuluşa erişeceği, nefsini kötülüklerle kirleten kimselerin ise ziyana uğrayacağı bildirilmektedir.¹⁵³

Kur'an'da nefsin eğitilmesi ve terbiye edilmesi ile ilgili birçok yöntem bulunmaktadır. Özellikle ibadetler vesilesiyle nefsin eğitilmesi bu yöntemlerden en çok göze çarpanıdır. Namaz, oruç ve hac ibadetleri bu meyanda önemli rol oynamaktadır. Örneğin namazların ve tesbihatların, özellikle de gece yapılanlarının, nefse hâkimiyet kurmada ve onu terbiye etmedeki fonksiyonu Kur'an'da ve hadislerde açık bir şekilde dile getirilmektedir. Kur'an'da *“... Şüphesiz namaz, hayasızlıktan ve kötülükten alıkoyar. Allah’ı anmak elbette en büyük ibadettir. Allah yaptıklarınızı bilir.”*¹⁵⁴ buyrularak namaz kılmanın ve bu vesileyle Allah’ı anmanın nefsi kötülüklerden alıkoyacağı ifade edilmektedir.¹⁵⁵ Buna binaen *“Sabah akşam Rabbinin adını an. Gecenin bir kısmında O’na secde et, uzun bir kısmında da O’nu tesbîh et!”*¹⁵⁶ *“(O müttakiler) geceleri pek az uyurlar, seher vakitlerinde bağışlanmayı dilerler.”*¹⁵⁷ türünden ayetlerle bu ibadetlerin ifa edilmesi, nefsin eğitilmesi ve terbiye edilmesinde gerektiği belirtilmektedir. Bu ibadetlerin faydaları bir hadisi şerifte ise *“Gece ibadetine dikkat ediniz! Çünkü o, sizden önceki sâlih kimselerin âdetidir. Şüphesiz gece ibadete kalkmak, Allah’a yaklaşılmaya vesiledir. O sizi günahlardan alıkoyar, hatalara*

¹⁵⁰ Çakmak, *Tasavvufî Eğitimde Kişilik Gelişimi ile Günümüz Kişisel Gelişiminin Karşılaştırılması*, 102.

¹⁵¹ Yûsuf 12/51-53.

¹⁵² eş-Şems 91/7-10.

¹⁵³ İbn. Ebî Hâtim, *Tefsîru'l-Kur'âni'l-'Azîm*, thk. Es'âd Muhammed et-Tayyib (Riyad: Mektebetu Nizâr Mustafa el-Bâz, 1997), 10/3436; Ebû'l-Hasen 'Alî b. Muḥammed el-Basrî el-Mâverdî, *en-Nuket ve'l-uyûn*, nşr. es-Seyyid b. 'Abdilmaksûd b. 'Abdirrahîm (Beyrût: Dâru'l-Kutubi'l-'İlmiyye ts.), 1/327.

¹⁵⁴ el-Ankebût 29/45.

¹⁵⁵ Taberî, *Câmi'u'l-bevân*, 18/408-411; Fahreddin er-Râzî, *Mefâtîhu'l-gayb* (Beyrût: Dâru'l-Fikr, 1401/1981), 25/72-75.

¹⁵⁶ el-İnsan 76/25-26.

¹⁵⁷ ez-Zâriyât 51/17-18.

kefarete olur ve bedenden dertleri giderir.”¹⁵⁸ şeklinde zikredilmektedir.

Oruçta da yine nefsi terbiye ve tezkiye etmeye yönelik faydalar bulunmaktadır. “Ey müminler! Sorumluluk (Takvâ) sahibi olmanız için sizden evvelki ümmetlere farz kılındığı gibi sizin üzerinize de oruç farz kılındı.”¹⁵⁹ ayetinde orucun farz kılınması “takvâ sahibi olmak” ile gerekçelendirilmektedir. Hz. Peygamber ise orucun nefsi tezkiye ve terbiye fonksiyonuna¹⁶⁰ şu şekilde değinmektedir:

“Oruç bir kalkandır. Oruçlu, ahlâksızca konuşmasın, bağırıp çağırmasın. Eğer biri kendisiyle münakaşa etmeye veya küfürlü konuşmaya kalkışırsa iki defa ‘Ben oruçluyum.’ desin. Bu canı bu tende tutan Allah’a yemin ederim ki oruçlunun ağız kokusu Allah nezdinde, misk kokusundan daha hoştur. Allah, oruçlu için; ‘O, yemesini, içmesini ve cinsel isteklerini benim için terk ediyor. Oruç benim içindir. Onun mükâfatını bizzat ben vereceğim. Öyle ki bir iyiliğe on misli mükâfat vardır.’ buyurur.”¹⁶¹

Psikoloji alanında yapılan çalışmalarda, hazzın ötelenmesi ya da ertelenmesi şeklinde bir tabir bulunmaktadır. Buna göre insan fitraten haz peşinde koşabilir ancak meşru olmayan hazlar ile karşılaştığında, meşru olanı elde edinceye kadar bunu ertelemesi gerekir.¹⁶² Aksi takdirde meşru olmayan işleri yaparak hem Rabbi hem de toplum ya da kanun nezdinde suçlu duruma düşer. İşte oruç insana, bu hazları erteleyebilme iradesi kazandırmaktadır. Zira oruç, bir ibadet olmasının yanında aynı zamanda nefsi terbiye etme metodudur.

Hac ibadetinde de yine birçok hikmetler bulunmakla birlikte nefis terbiyesi ve irade eğitimi kazandırmaya yönelik birçok ritüel bulunmaktadır. Tavaf, say, vakfe gibi rükünlerin her biri uygulamalı olarak bilinçaltına manevi mesajlar göndermektedir. Yapılması dinen yasak olan ve kerih görülen birçok davranış, hac için ihrama girildikten sonra daha da kesin bir surette men edilmektedir. Hatta normal zamanlarda meşru olan tıraş olma, tırnak kesme, koku sürünme, avlanma, eşler arası cinsel yakınlaşma gibi birçok şey de haram kabul edilmektedir.¹⁶³ Bu yasak ve uygulamaların tüm dünyevi istek, arzu ve kaygılardan sıyrılarak dikkatleri belirli bir noktada yoğunlaştırıp nefsi terbiye, tezkiye ve nefse irade gücü kazandırmaya yönelik uygulamalar olduğu görülmektedir.¹⁶⁴ Zira Kâbe’yi tavafın, Allah’ın şiarının merkeze alınıp O’nun çizdiği daire içerisinde çeşitli amaçlara matuf olarak dönüp dolaşmaya; sa’yın, Hz. Hacer’den mülhem olarak hayatî ihtiyaçların arayışı içerisinde olunması gerektiğine; şeytan taşlamanın, Hakk’ın yanında olup batılın karşısında fiili olarak tavır alınmasına; ihrama girip vakfe yapmanın, dünyadaki tüm sıfatlardan sıyrılarak mahşerin provasının yapılmasına delalet ettiği söylenebilir.¹⁶⁵

Mutasavvıfların, nefis tezkiyesi/terbiyesi için Kur’an’ın emrettiği ibadetlerden ve sünnetten ilham alarak ortaya koyduğu birçok yöntem bulunmaktadır. Virdler, zikirler, halvet, uzlet, tefekkür gibi uygulamalar ile nefsin tezkiyesi ve terbiyesi hedeflenmektedir.¹⁶⁶ Tüm bunlar, insanın nefsinin kontrol altında tutabilmesine katkı sunan, nefsin mertebeleri arasında yükselme

¹⁵⁸ Tirmizî, “Deavât”, 101.

¹⁵⁹ el-Bakara 2/183.

¹⁶⁰ Karaman vd., *Kur’an Yolu Türkçe Meâl ve Tefsir*, 1/276-279.

¹⁶¹ Buhârî, “Savm”, 2.

¹⁶² Detaylı bilgi için bk. M. Scott Peck, *Az Seçilen Yol, Sevginin Geleneksel Değerlerin ve Ruhsal Tekâmülün Yeni Bir Psikolojisi* (İstanbul: Akaş Yayınları, 2016), 15.

¹⁶³ el-Bakara 2/196-197; el-Mâide 5/95; Buhârî, “Hac”, 21, “Libas”, 8, 13, 14; Müslim, “Hac”, 1, 2; Ebû Dâvûd, “Menâsik”, 32; Ahmed b. Hanbel, *el-Müsneid*, 2/4, 8.

¹⁶⁴ Seyyid Kutub, *fi Zılâli'l-Kur’ân*, 1/196.

¹⁶⁵ Benzer ifadeler için bk. Ebû Hâmid Muhammed b. Muhammed b. Muhammed b. Ahmed el-Gazzâlî, *Kimyâ-yı Saâdet: Mutluluğun Formülü*, çev. Ali Arslan (İstanbul: Yeni Şafak Gazetesi Kültür Yayınları, 2004), 1/210.

¹⁶⁶ Geniş bilgi için bk. Gazzâlî, *Kimyâ-yı Saâdet*, 1/219-239, 361-376, 391-396, 2/857-874.

imkânı sağlayan ibadet ve uygulamalardır.¹⁶⁷

Nefse hâkimiyet kişisel gelişim literatüründe öz disiplin, içsel disiplin gibi kavramlar ile karşılanmaktadır. Nitekim kişisel gelişim çalışmalarında, istenilen hedeflere ulaşmada insan iradesini zorlayan değişim önerileri ile sık sık karşılaşmaktadır.¹⁶⁸ Bu değişimlerin ise içsel disiplin ile başarılabileceği ifade edilmektedir.¹⁶⁹ Örneğin kontrol edilemeyen öfke,¹⁷⁰ yoğun duygular,¹⁷¹ kökleşmiş inançlar, alışkanlıklar, bağımlılıklar,¹⁷² rahata düşkünlük¹⁷³ ve benzeri hususlar genelde değiştirilmesi zor olan özelliklerdir. Dolayısıyla bu değişimle başa çıkabilmek için içsel disiplini sağlamanın zorunlu olduğu dile getirilmektedir. Ancak birçok insan için bunu çabucak başarmak oldukça zordur. İşte Kur'an'da böylesine köklü değişim gerektiren ancak bir anda başarılabilen hususlar için bahsedilen ibadetler ve uygulamalar ile irade gücü kazandırılarak pozitif yönde değişim sağlanabilmesi hedeflenmektedir. Zira bilinçli bir şekilde her yapılan ibadet ve uygulama bilinçaltına pozitif mesajlar göndermektedir. Gönderilen bu mesajlar zaman içerisinde davranışlara yansımaktadır. Ayrıca güzel davranışlar ve düşünceler pekiştirilerek bunlarda istikrar kazandırılmaktadır.¹⁷⁴ Bu sayede kişiliğin gelişimine katkı sağlanmaktadır.

Nefse hâkimiyetin ilgili olduğu bir diğer husus da nefsin aşırı isteklerinin denetim ve kontrol altına alınmasıdır. Zira nefis, meşru şeyleri isteyebildiği gibi meşru olmayan birçok şeyi de talep edebilmektedir. Nefsin bu aşırı ve meşru olmayan isteklerine ise ihtiras denir. Bu kelime “bir şeyi şiddetle arzu etme, ona aşırı derecede tutkun olma, şiddetli ve sonu gelmeyen istek, taşkın arzu, aç gözlülük, tamahkârlık” gibi anlamlara gelen hırs kökünden türetilmiştir.¹⁷⁵ İslâmî literatürde ise mal, mevki, şöhret, ilim gibi maddi veya manevi imkânları elde etme veyahut da genel bir tabirle, belli bir gayeyi gerçekleştirme hususunda kişinin bütün benliğini saran tutkuları ifade etmek için zikredilir.¹⁷⁶

Meşru olması kaydıyla insanın dünyadaki nimetleri istemesinde bir sakınca yoktur. Bu duruma Kur'an'da “*Rabbimiz'in nimetlerinin peşinden koşmanızda bir sakınca yoktur...*”;¹⁷⁷ “*Namazı kıldıktan sonra yeryüzüne dağılın ve Allah'ın lütfundan nasibinizi arayın...*”¹⁷⁸ gibi ayetlerle işaret edilmektedir. Ancak dünyanın merkeze alınıp ahiretin göz ardı edildiği veya gayrimeşru olarak talep edilen istekler hem Kur'an'da hem de hadislerde sık sık tenkit edilmiştir. Örneğin, Tekâsür Sûresinde ahiret inancından müstağni bir şekilde çoklukla övünenler yerilmektedir.¹⁷⁹ Bir başka

¹⁶⁷ Detaylı bilgi için bkz. Mustafa Badem, *Kur'an'a Göre Kişisel Gelişim* (Kahramanmaraş: KSÜ, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Doktora Tezi, 2024), 16-19.

¹⁶⁸ Maxwell, *İçinizdeki Lideri Geliştirmek*, 65-97.

¹⁶⁹ Maxwell, *İçinizdeki Lideri Geliştirmek*, 207-214.

¹⁷⁰ Tahsin Akyıldız, *Başarı Taktikleri* (İstanbul: Etap Yayınları, 2016), 104.

¹⁷¹ Akyıldız, *Başarı Taktikleri*, 101-104.

¹⁷² Hyrum W. Smith, *Hayatı ve Zamanı Yönetmenin 10 Doğal Yasası*, çev. Adalet Çelbiş (İstanbul: Sistem Yayıncılık, Şubat 1998), 213-226.

¹⁷³ Smith, *Hayatı ve Zamanı Yönetmenin 10 Doğal Yasası*, 98-124.

¹⁷⁴ Ebû Mansûr Muhammed b. Muhammed el-Mâtürîdî es-Semerkindî, *Te'vîlâtü'l-Kur'ân*, thk. Ahmet Vanlıoğlu (İstanbul: Mizan Yayınevi, 2005-2010), 1/269; Osman Oral, *Mâtürîdî'nin Hikmet Anlayışı* (Kayseri: Erciyes Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Doktora Tezi, 2014), 166, 168; Hüseyin Certel, “İslâmî İbadetlerin Psiko-Sosyal İşlevleri”, *Ekev Akademi Dergisi* 1/3 (Kasım 1998), 154; İsmail Cerrahoğlu, “Hacc'ın Amacı ve Hikmetleri”, *Diyanet İlmî Dergi* 27/3 (1991), 17.

¹⁷⁵ Ebû Nasr İsmâîl b. Hammâd el-Cevherî, *eş-Şîhâh*, thk. Ahmed Abdülgafûr Attâr (Beyrût: Dâru'l-İlmî'l-Melâyîn, 1990), “hırs”, 1032; İbn Manzûr, “hırs”, 835-836.

¹⁷⁶ Mustafa Çağrı, “Hırs”, *TDV İslâm Ansiklopedisi* (İstanbul: TDV Yayınları, 1998), 17/383-384.

¹⁷⁷ el-Bakara 2/198.

¹⁷⁸ el-Cum'a 62/10.

¹⁷⁹ bk. et-Tekâsür 102/8; Taberî, *Câmi'u'l-beyân*, 24/598-599.

ayet-i kerimede de “Kuşkusuz onlar, gelip geçici olan dünya hayatını istiyor; çetin bir hesabın sorulacağı ahiret hayatını önemsemiyorlar.”¹⁸⁰ diye buyrulmaktadır. Böylece dünya endeksli bir hayat yaşayanlar eleştirilmektedir. Bu gerçeğe diğer bir ayette “... Siz dünyanın geçici menfaatlerine tamah ediyorsunuz. Oysaki Allah sizler için ebedi olan ahiret hayatını istemektedir...”¹⁸¹ şeklinde vurgu yapılmaktadır. Müddessir Sûresinde ise Velid b. Muğire hakkında inen ve onun şahsında ona benzeyen karakterdeki insanların ihtiraslarına dair bazı atıflarda bulunmaktadır.¹⁸² İlgili ayetlerde, “Bir birey olarak yarattığım o kimseyi bana bırak. Ben ona, alabildiğine geniş kapsamlı bir servet verdim. Kendisinin gözü önünde dönüp dolaşan çocuklar bahşettim. Üstelik sayısız imkân ve fırsatları onun önüne serdim. Buna rağmen doyumsuzca daha da fazlasını vermeme diler.”¹⁸³ buyrulmaktadır. Bir başka ayette de “Allah’ın bir kısmınıza diğerlerinden fazla verdiği şeylere göz dikmeyin. Erkeklerin de kadınların da kazandıklarından nasipleri vardır. Siz Allah’ın lütfundan isteyin. Şüphesiz Allah her şeyi bilmektedir.”¹⁸⁴ buyrulmaktadır. Bir diğer ayette de “Cimrilik eden ve insanları da cimriliğe teşvik eden kimseler, Allah’ın kendilerine lütfundan verdiğini gizleyen kimselerdir. Biz, inkârcılar için aşağılayıcı bir azap hazırladık.”¹⁸⁵ buyrulmaktadır. Bu ve benzeri ayetlerde Allah’ın emir, yasak ve rızasının gözetilmeyerek sadece dünya hayatına dair doyumsuzca talep edilen istekler eleştirilmiştir. Çünkü ahiret inancı göz ardı edildiğinde haksız kazanca meyletme, cimrilik, kıskançlık, dünyevileşme gibi kötü hasletler kişilerin karakterlerinde vücut bulabilmektedir. Hz. Peygamber’in “İnsanoğlunun iki vadi dolusu altını olsa mutlaka bir üçüncüsünü ister; onun gözünü ancak toprak doyurur...”¹⁸⁶; “Senin bir şeye duyduğun aşırı sevgi gözünü kör eder, kulağını da sağırlaştırır.”¹⁸⁷ mealindeki hadislerinde de ihtirasa ve ihtirasın neden olduğu problemlere dikkat çekilmektedir.

İhtirasları kontrol edici hasletlerin insan benliğine yerleştirilmesi ve çeşitli insanî teşekküllerin oluşturulması, kişisel gelişim açısından önemlidir. Zira çalışkanlık, azim, istikrar kişisel gelişimde teşvik edilen hasletlerdendir. Ancak ihtiraslar bu güzel hasletlerin kötüye kullanımına sebebiyet verebilir. Gözünü hırs bürüyen bir insan başkalarının hakkını gasp edebilir. Mal, makam ve şöhret elde etme hırsıyla kamu menfaatine ya da başkalarının hayatlarına zarar verebilecek işler yapabilir. Daha çok mal elde etme arzusuyla cimrileşebilir.

Sonuç olarak Kur’an’ın, meşru olan istekler hususunda olumsuz bir yaklaşımı söz konusu değildir. Burada karşı çıkılan husus, dünyaya dair isteklerin ön plana alınıp ahlâkî meziyetlerin umursanmayarak ahiretin göz ardı edilmesidir. Bunun çözümü, isteklerin kontrol altına alınıp ihtirasların törpülenmesinden geçmektedir. Bu sayede kişisel gelişim adına telkin edilen başarı ve kazanımlara yönelik çalışmaların meşru bir zeminde yürütülmesi mümkün olacaktır.

2.5. Öfke Kontrolü

Nefse hakimiyetin sağlanmasındaki önemli hususlardan bir diğeri de öfke kontrolüdür. Nitekim öfke, insan fitratında doğal olarak bulunur. Tatmin edilmemiş isteklere, istenmeyen neticelere verilen insani bir tepkidir.¹⁸⁸ Kontrol altına alınabildiğinde hayat açısından önemli bir

¹⁸⁰ el-İnsân 76/27.

¹⁸¹ el-Enfâl 8/67.

¹⁸² Râzî, *Mefâtîhu'l-gayb*, 29/302-303.

¹⁸³ el-Müddessir 74/11-15.

¹⁸⁴ en-Nisâ 4/32.

¹⁸⁵ en-Nisâ 4/37.

¹⁸⁶ Buhârî, “Rikâk”, 10; Müslim, “Zekât”, 116, 119; Tirmizî, “Menâkıb”, 32.

¹⁸⁷ Ahmed b. Hanbel, *el-Müsned*, 5/94, 6/450; Ebû Dâvûd, “Edeb”, 116.

¹⁸⁸ Çiğdem Soykan, “Öfke ve Öfke Yönetimi”, *Kriz Dergisi* 11/2 (1 Haziran 2003), 20.

savunma aracıdır. Çünkü doğru yerde ve zamanda gösterilen öfke, insanı ona zarar veren şeylerden koruyabilir.¹⁸⁹ Ancak ifrat ve tefrit noktasındaki öfke, tasvip edilmemektedir. Zira öfkenin fazlası, kişinin kendisine ve etrafındakilere çok ciddi zararlar verebilmektedir. Çünkü kontrolsüz öfke, çoğu zaman akli ve sağduyuyu devre dışı bırakmaktadır. Bunun neticesinde en sakin kişiler bile acımasız bir insana dönüşebilmektedir. Öfkesine hâkim olamayan insanların nasıl cinnet geçirerek cinayetler işlediğine, çoğu zaman telafisi mümkün olmayan hatalar yaptığına; öfkesi dinince nasıl pişmanlıklar yaşadığına zaman zaman şahit olunmaktadır.¹⁹⁰ Bu yüzden “Öfkeyle kalkan zararlar oturur.” denilmiştir. Bunun tam tersi de tasvip edilen bir durum değildir. Tepki vermesi gereken yerde tepkisini ortaya koyamayan bir insan, kendisini ve sorumluluğu altında olan kimseleri çeşitli zararlarla karşı koruyamayabilir. Bu sebeple dozajı iyi ayarlanmış bir öfke, kişilerin lehine olan şeyleri elde etmesinde gayet etkilidir.¹⁹¹

Kur’an’da öfkenin fitratta bulunan bir özellik olduğu kabul edilmekle birlikte kontrol altına alınması gerektiği bildirilmektedir. Bir ayette “...O kimseler ki öfkelerine hâkim olurlar ve insanları affederler. Allah iyilik edenleri sever.”;¹⁹² başka bir ayette ise “...Onlar öfkelendiklerinde bağışlarlar.”¹⁹³ buyrulurken iyi bir insan olabilmek adına haklı bir gerekçe olsa dahi öfkeye hâkim olunması, intikam almaya muktedir olduğu halde tercihin affetmekten yana kullanılması teşvik edilmektedir.¹⁹⁴ Bununla birlikte Kur’an’da eğer hak ve adaletin yerini bulması için uygun görülen bir hüküm verilmişse ve gereği yapılmışsa daha fazla ileri gidilmemesi de telkin edilmektedir.¹⁹⁵ Bir ayette “Bir topluluğa olan kin ve nefret, sizi adaletten alıkoyarak suç işlemeye sürüklemesin. Adil olun; bu, sorumluluk sahibi (takvâlı) olabilmeniz için daha uygun bir davranıştır. Allah’a karşı sorumluluklarınızı yerine getirin. Zira Allah yaptıklarınızdan haberdardır.”¹⁹⁶ buyrulurken öfkeyi celp eden, kin ve nefretin neden olabileceği hataların önüne geçilmesi hedeflenmektedir.¹⁹⁷ Nitekim yaygın kişisel gelişim çalışmalarında da öfkenin neden olabileceği sorunlara dikkat çekilerek öfkenin kontrol altında tutulması gerektiği ifade edilmektedir.¹⁹⁸

Hadislerde de öfkeye hâkim olunması konusunda birçok telkin ve tavsiyelerde bulunmaktadır.¹⁹⁹ Bir hadiste “Asıl pehlivan, gürüşte insanları yenen değil; öfke anında kendisine hâkim olandır.”²⁰⁰ buyrulmaktadır. Öfkeye hâkimiyet, haddi zatında zor bir iştir. İnsan buna muvaffak olamadığı zaman ciddi sıkıntılar yaşayabilmektedir. Bu nedenle Hz. Peygamber öfkenin dindirilmesi konusunda yardımcı olabilecek bazı tavsiyelerde bulunmaktadır. Öfkelenildiğinde istiâzede bulunularak Allah’a sığınılması,²⁰¹ abdest alınması, ayakta ise oturulması, daha da

¹⁸⁹ Gazzâlî, *Kimyâ-yı Saâdet*, 2/544.

¹⁹⁰ Ahmet Öz, *Kur’an’ın Önerdiği Vasat Ümmet* (İstanbul: Çıra Yayınları, 2018), 273.

¹⁹¹ Recep Aslan, “Hadislerde Öfke Kontrolü ve Öfke Kontrolünün Trafik Ahlakına Etkisi”, *İnönü Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dekanlığı Din ve Trafik Sempozyumu*, ed. Hulusi Arslan vd. (Malatya: İnönü Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Yayınları, 2016) 97-100.

¹⁹² Âl-i İmrân 3/134.

¹⁹³ eş-Şûrâ 42/37.

¹⁹⁴ Yazır, *Hak Dini Kur’an Dili Tefsiri*, 2/514.

¹⁹⁵ el-Bakara 2/178.

¹⁹⁶ el-Mâide 5/8.

¹⁹⁷ İbn Kesîr, *Tefsîru’l-Kur’âni’l-Azîm*, 5/128; Zemahşerî, *el-Keşşâf*, thk. ‘Âdil Ahmed ‘Abdulmevcûd vd. (Riyad: Mektebetu’l-‘Ubeykân, 1998), 2/212.

¹⁹⁸ Tim Kimmel, *Güçlü Kişilikler* (İstanbul: Beyaz Yayınları, 1998), *Güçlü Kişilikler*, 119-134; Acar - Zuhâl Baltas, *Stres ve Başa Çıkma Yolları* (İstanbul: Remzi Kitabevi, Nisan 1990), 248-254; Metin Koçak, *Olumlu Düşüncenin Gücü* (İstanbul: Etap Yayınları, 2016), 47.

¹⁹⁹ Buhârî, “Cenâiz”, 31, Edeb “76”; Müslim, “Cenâiz”, 15 vd.

²⁰⁰ Müslim, “Birr”, 107.

²⁰¹ Müslim, “Birr ve Silâ”, 109.

geçmez ise yatağa uzanılması bu tavsiyelerden bazılarıdır.²⁰²

Öfke, fıtratta doğuştan bulunan karakteristik özelliklerden dolayı ortaya çıkabileceği gibi sonradan edinilen anlayışlara bağlı olarak da oluşabilir. Örneğin bir babanın, dinî ve kültürel hassasiyetlerinden dolayı evlilik dışı bir birlikteliğe sıcak bakmayarak öfkelenmesi, müntesibi olduğu dinin emir ve yasaklarından kaynaklanabilir. Aynı şekilde dinî hassasiyetleri gözetmeyen bir insanın da bu durumu gayet normal görüp tepki vermemesi söz konusu olabilir. Dolayısıyla Kur'an'a göre öfkelenilmesi ve hoşgörülmesi gereken birtakım konular bulunmaktadır. Toplumsal düzene ve adalete zarar veren ya da Allah'ın kurallarının çiğnendiği meseleler mümin için öfke sebebidir. Zira Allah'ın öfkesini ve gazabını celbeden her mesele; bir müminin öfkelenmesi gereken hususlar hakkında birtakım ipuçları vermektedir. Örneğin; bir mümini bilerek ve isteyerek öldüren katiller,²⁰³ Allah'ın Resul'üne muhalefet edenler,²⁰⁴ mazeretsiz olarak mücadeleden kaçanlar,²⁰⁵ zorlama olmaksızın küfre dalanlar,²⁰⁶ doğruyu inkâr edenler²⁰⁷ ve Allah hakkında ileri geri fikir yürütenler²⁰⁸ Allah'ın öfkelenildiği kimselerdir. Dozajını iyi ayarlamakla birlikte bir Müslüman bu konulara kıyas yaparak benzer durumlara kızıp öfkelenebilir. Nitekim Mü'min Sûresinde *"Onlar, Allah'ın ayetleri hakkında ellerinde bir delil bulunmaksızın tartışıp dururlar. Bu yaptıkları, Allah katında da iman edenler katında da büyük bir öfke sebebidir. İşte Allah, her kibre kapılmış zorba kimsenin kalbini böyle mühürler."*²⁰⁹ buyrulmaktadır. Burada Allah'ın vahyettiği ayetler hakkında bir delile dayanmaksızın ileri geri konuşup yalanlayanlara, kibirlenerek kendini olduğundan üstün gören zorba kimselere Allah'ın duyduğu gibi müminlerin de öfke duyacağı belirtilmektedir.²¹⁰

Öfke, iki ucu keskin bir bıçak gibidir. Doğru yerde ve zamanda kullanıldığında pozitif sonuçlar doğurabilir. Kişinin akli melekeleri yerindeyken dozu iyi ayarlanmış bir öfke, yeri geldiğinde bir kötülüğü engelleyebilir. İş ve ticaret hayatında disiplin aracı olabilir. Bir konuşmada dinleyiciler üzerindeki etkiyi artırabilir. Ancak kontrol altına alınamamış bir öfkenin sonuçlarının nereye varacağı kestirilemez. Maddi ve manevi birçok kayba neden olabilecek sonuçlar doğurabilir. Dolayısıyla öfke kontrolü, sağlıklı bir kişisel gelişim sürdürmenin gereklerinden ve kişisel gelişim uzmanlarının da önemle üzerinde durduğu hususlardandır. Örneğin, öfke duymaya neden olabilecek çıkışlarda bulunan bir kimseye karşı öncelikle sakin olunması, kısa bir süre sessiz kalınarak verilecek en makul cevabın ve tepkinin düşünülmesi, karşıdaki kişinin söylediği sözlerin irdelenerek mantıklı olup olmadığının ortaya konulması ve olayların büyümemesi için uygun bir espri ile ortamın yumuşatılması öfke kontrolü ile alakalı öne sürülen bazı ipuçlarıdır.²¹¹ Aslında öfke duyulan nedenlerin birçoğunun öfke nedeni olamayacak kadar önemsiz olması da ayrı bir sorundur. Bununla ilgili de birtakım tavsiyelerde bulunmaktadır. Örneğin; arabasının anahtarını evde unuttuğu için bir insanın kendi kendine öfkelenmesi, gelecekteki hayatı için öğrenim gören bir öğrencinin derslerin zorluğundan şikâyet etmesi, daha iyi standartlarda yaşam sürmek isteyen birinin çok çalışmaktan yakınması, özünde kızıp öfkelenilecek hususlardan değildir. Çünkü bunlar ya telafisi mümkün olan şeyler ya da kabullenilmesi gereken şeylerdir. Bu

²⁰² Ebû Dâvûd, "Edeb", 11.

²⁰³ en-Nisâ 4/93.

²⁰⁴ el-A'râf 7/71.

²⁰⁵ el-Enfâl 8/16.

²⁰⁶ en-Nahl 16/106.

²⁰⁷ en-Nûr 24/8-9.

²⁰⁸ eş-Şûrâ 42/16; el-Fetih 48/6.

²⁰⁹ el-Mü'min 40/35.

²¹⁰ Seyyid Kutub, *fî Zılâli'l-Kur'ân*, 5/3081.

²¹¹ Fatih Ünlü, *Hedef Belirleme ve Stresle Baş Etme* (İstanbul: Etap Yayınları, 2016), 94-95.

nedenle böylesi durumlarla ilgili olarak telafisi mümkün olan olaylar üzerinde durmayarak çözüm yoluna gidilmesi, hayattan beklentilerin yüksek tutulmaması ve mükemmeliyetçi olunmaması önerilmektedir. Zira duygu ve davranışları ortaya çıkaran şeyin dış faktörler olmadığı, zihinde kaydedilmiş kalıp düşünceler olduğu öne sürülmektedir.²¹² Buradan yola çıkılarak kişisel gelişimini gerçekleştirmek isteyen bir kimsenin, öfkesini kontrol altında tutarak yönetilebilir kıldığı sürece daha mutlu ve başarılı olacağı söylenebilir.

2.6. Suizan, Tecessüs, Nemîme, Gıybet ve Alaydan Kaçınma

Suizan, tecessüs, nemime, gıybet ve başkalarıyla alay etmek birbirine zincirin halkaları gibi bağlı olan kötü hasletlerdendir. Bunların toplumun birliği ve beraberliğinin bozulmasında, kişiler arası iletişimin kopmasında önemli etkileri vardır. Zan, şüpheli durumlarda ihtimallerin içerisinde tercih edilen görüştür. Başka bir tanıma göre de şüpheli taraflardan birinin baskın gelen tarafıdır.²¹³ Hucurât Sûresindeki “*Zannın birçoğundan uzak durun. Çünkü bazı zanlar günaha sürükler...*”²¹⁴ ayetinde bahsedilen günaha sürükleyen zanlar ise kesin bir delil olmadan birisi hakkında beslenen kötü düşüncelere yani suizanna işaret etmektedir. Prensip olarak dışarıdan bakıldığında iyi görülen bir kimse hakkında suizan beslemek haram kabul edilmiştir.²¹⁵ Bir ayette bu görüşle mutabık olarak “*Hakkında yeterli bilgiye sahip olmadığın şeyin peşine düşme. Çünkü kulak, göz ve kalp, bunların hepsi yaptığın bu işten sorumludur.*”²¹⁶ buyrulmaktadır. Seyyid Kutub bu ayetle ilgili olarak insana verilen vicdan ve duyu organlarının ona ağır bir yük yüklediğini; onun bir söz söylediğinde, bir olayı anlattığında, bir hüküm verdiğinde vicdanının titremesi gerektiğini ifade etmektedir.²¹⁷ Dolayısıyla genel kaide, suizandan olabildiğince uzak kalmak ve aksini gösteren bir emare bulunmadığı müddetçe hüsnüzanda bulunmaktır.

Tecessüs, bir ahlâk terimi olarak “Bir kimsenin özel durumunu merak edip öğrenmek için onun bilgisi ve rızası dışında gizlice araştırma yapmayı ifade eder.”²¹⁸ Gıybet; bir insanın bir başkasını, onun bulunmadığı yerlerde hoşuna gitmeyeceği kötü sözlerle anması anlamında kullanılan bir terimdir.²¹⁹ Nemîme ise insanlar arasında düşmanlık çıkarmak ve bozgunculuk yapmak gayesiyle laf taşımaktır.²²⁰ Birbiriyle bağlantılı ve iç içe olan bu kötü hasletler, Kur’an’da etkileyici ifadelerle yasaklanmıştır. Hucurât Sûresinde,

*“Ey iman edenler! Bir topluluk bir başka toplulukla alay etmesin. Alay ettikleri o topluluk belki de kendilerinden daha iyidir. Aynı şekilde kadınlar da diğer kadınlarla alay etmesin. Kim bilir alay ettikleri o kadınlar, kendilerinden daha iyidir. Birbirinizin kusurlarını öne sürerek kötü lakaplarla çağırmayın. İman ettikten sonra günaha düşmek ne kötüdür! Kim bu hatalardan dönüp tövbe etmezse işte onlar karanlığa mahkûmdurlar. Ey iman edenler! Zannın birçoğundan uzak durun. Çünkü bazı zanlar günaha sürükler. Birbirinizin özel hallerini araştırmayın. Birbirinizin dedikodusunu yapmayın. Herhangi biriniz ölmüş olan bir kardeşinin etini yemekten hoşlanır mı? İşte bundan tiksindiniz! O vakit böyle konularda Allah’a karşı sorumluluk sahibi olun. Şüphesiz Allah, çokça merhamet sahibi olup tövbeleri kabul edendir.”*²²¹

²¹² Üstün Dökmen, *Küçük Şeyler* (İstanbul: Sistem Yayıncılık, 2005), 103.

²¹³ Cürcânî, “zann”, 149.

²¹⁴ el-Hucurât 49/12.

²¹⁵ et-Taberî, *Câmi’u’l-beyân*, 21/373-374.

²¹⁶ el-İsrâ 17/36.

²¹⁷ Seyyid Kutub, *fi Zılâli’l-Kur’ân*, 4/2227.

²¹⁸ Mustafa Çağrı, “Tecessüs”, *TDV İslâm Ansiklopedisi* (İstanbul: TDV Yayınları, 2011), 40/246-247.

²¹⁹ İbn Manzûr, “gayb”, 3323; Cürcânî, “gıybet”, 169.

²²⁰ İbn Manzûr, “nemime”, 4551.

²²¹ el-Hucurât 49/11-12.

şeklindeki pasajda bütün bu kötü hasletlerin hepsine değinilmesi, bunların birbiriyle olan bağına ortaya koymakta ve neden olduğu sosyal problemlerin ortak olduğuna işaret etmektedir. Öyle ki zan, insanı başkalarının özel hallerini araştırmaya sevk eder. Böyle bir şeye tevessül eden insan elde ettiği özel bilgileri kullanarak başkalarının dedikodusunu yapmaktan ve onlarla alay etmekten pek imtina etmez. Doğal olarak bu davranışlar insanlar arasındaki muhabbeti zedeleyerek düşmanlığa neden olur.²²² Oysaki Allah, bu ayetlerde de belirtildiği üzere insanlar arası sosyal ilişkilerin zedelenmemesi için müminleri bu davranışlardan men etmektedir.²²³ Kişisel gelişim uzmanlarından Smith, dedikodunun o an için insanı önemli hissettirip hayranlık uyandırabileceğini ancak uzun vadede dedikodusu yapılan birçok insanın, dedikodu yapana düşmanlık besleyebileceğini ifade eder. Bu durumun, toplumsal yaşamın olmazsa olmazlarından olan iletişime, yardımlaşma ve birlikte iş yapma olgusuna zarar vermesinin kaçınılmaz olduğunu belirtir.²²⁴ Sonuçta bu davranışların kişisel gelişim ile ilişkisi de bu noktada devreye girer. Zira kişisel gelişim çalışmalarında çevreyle iyi ilişkiler kurmaktan çokça bahsedilir. Bunun hem iş hayatında hem de sosyal hayatta önemli kazanımlara ve başarılarla vesile olacağı ifade edilir.²²⁵ Diğer insanlarla alay etmek yerine onure etmek, kötü zanda bulunmak yerine hüsnü zanda bulunmak, lakap takmak yerine motive edici sözler söylemek, gizli hallerin araştırılmayıp özel hayata saygı duymak pozitif davranışlar olarak değerlendirilir. Bu türden pozitif davranışlar ise çevreyle iyi ilişkiler kurmanın ve bu ilişkileri sağlıklı bir biçimde yürütmenin önemli unsurlarındandır. Nitekim bu türden pozitif davranışlar yönetimde, ticaretle, iş birliğinde ve diğer alanlardaki başarılarla büyük oranda katkı sağlayan motivatörlerdir.²²⁶

Kur'an'da toplumsal hayata zarar veren kötü davranışlar yasaklandığı gibi bunları sergileyen kimselere karşı da boyun eğilmemesi ve tavır alınması gerektiğine değinilmektedir. Bir ayette "*Sürekli yemin eden, aşağılık, daima kusur arayıp kınayan, laftaşıyan, iyiliği engelleyip günah işlemekte haddi aşan, kabalık eden, soysuzlukla nam salmış kimselerden hiçbirinin yoluna sakın ha serveti ve evlatları var diye tâbi olma!*"²²⁷ buyrulur bu karakterdeki kişilerin varlıklı olmaları nedeniyle toplumda nüfuz sahibi olmalarının önüne geçilmek istenmektedir. Bu ayette Velid. B. Muğire, Ebu Cehil gibi cahiliye toplumunda imtiyaz sahibi olan kötü karakterli kimselerin şahsında müminler uyarılmaktadır.²²⁸ Zira böylesi kötü hasletlere sahip olan insanların, toplum içerisindeki imtiyazları aracılığıyla toplum yapısının ve huzurunun bozulmasında hızlandırıcı bir etkisi bulunmaktadır. Bu ve benzeri sıkıntıların baş göstermemesi için Kur'an'da ve hadislerde bu olguya her fırsatta vurgu yapılmaktadır.²²⁹ Bu hususlara dikkat eden bir kimse, kişisel gelişim yolunda sağlam bir adım atmış olacak; bu da onu beşerî ilişkilerde bir adım öne taşıyacaktır.

2.7. Tatlı Dil, Yumuşak Huy ve Alçakgönüllülük

Tatlı dilli, yumuşak huylu ve alçakgönüllü olmak birbiriyle mündemiç hususlardır. İletişim

²²² İbn 'Âşûr, *et-Tahrîr ve't-tenvîr*, 26/214.

²²³ Râzî, *Mefâtîhu'l-gayb*, 28/132-133.

²²⁴ Smith, *Hayatı ve Zamanı Yönetmenin 10 Doğal Yasası*, 214-215.

²²⁵ Andreas - Faulkner, *NLP Başarının Yeni Teknolojisi*, 143-166; John C. Maxwell, *Liderlik Yasaları*, çev. İbrahim Şener (İstanbul: Beyaz Yayınları, Eylül 1999), 117-128; Haas - Tamarkin, *İnsan Lider Doğmaz*, 103-131, 204-209; Akyıldız, *Başarı Taktikleri*, 118-128 vd.

²²⁶ Kimmel, *Güçlü Kişilikler*, 57-58; Maxwell, *Çevrenizdeki Lideri Geliştirmek*, 140; Maxwell, *Hayatınızda Fark Yaratmanın 10 Sırrı*, 170; Garib, *İş Hayatında Motivasyon*, 40; Koçak, *Olumlu Düşüncenin Gücü*, 60 vd.

²²⁷ el-Kalem 68/10-14.

²²⁸ İbn 'Âşûr, *et-Tahrîr ve't-Tenvîr*, 29/59.

²²⁹ el-Bakara 2/78; el-En'âm 6/116, 148; el-Kasas 28/55; el-Mü'min 40/3; ez-Zâriyât 51/10; el-Hümeze 104/1-2; Buhârî, "Edeb", 57, 58, "İkrâh", 7, "Vesâyâ", 8; Müslim, "Birr", 27, 28, 30, 32; Tirmizî, "Şalât", 148; Ebû Dâvûd, "Edeb", 35, 37, 49; Ahmed b. Hanbel, *el-Müsned*, 2/277, 285, 360, 4/66, 69 vd.

ve insanlar arası ilişkiler bakımından toplumsal hayatta önemli bir yer tutmaktadır. Doğal olarak Kur'an'ın da önemle üzerinde durduğu hususlardandır. Kur'an'da "sabırlı, acele ve kırgınlıkla muamele etmeyen, yumuşak huylu"²³⁰ gibi anlamlara gelen ve "حلم" kökünden türeyen Allah'ın el-Halîm ismi birçok ayette geçmektedir.²³¹ Ayrıca bir hadisi şerifte Allah'ın, "رفق" kökünden türeyen ve "yumuşak huyluluk" anlamındaki "er-Rıfk" sıfatı olduğu belirtilerek O'nun, yumuşak huyluluğu sevdiğine dikkat çekilmektedir.²³² Allah'ın övgüyle bahsettiği hilm sıfatı Sâffât Sûresinde Hz. İbrâhîm'in oğlu Hz. İshak²³³ için de şöyle zikredilmektedir: "*Biz de onu, yumuşak huylu bir erkek çocukla müjdeledik.*"²³⁴

Kişisel gelişimde sözü yumuşak ve yerinde kullanmanın, kibar, mütevazı bir eda ile konuşmanın iletişim açısından önemli bir yeri vardır. Bu hasletler; ticaret, siyaset, çalışma hayatı, eğitim vb. alanlarda önemli kazanımların ve başarıların kapılarını aralamada etkin rol oynamaktadır. Çünkü başarıya giden bazı yollar, başkalarının desteğinden, onayından ve kabulünden geçebilmektedir. Bunun için de gönül köprüleri kuracak bir tarzda yaklaşım önem arz etmektedir. Diğer insanlar ile gönül köprüsü oluşturacak en etkili iletişim yollarından birisi de yumuşak huylu, tatlı dilli ve mütevazı olmaktır.²³⁵ Kur'an'da bu gerçeği destekler nitelikte birçok tavsiye bulunmaktadır. Nisâ Sûresinde "*Size selam verildiği zaman siz de daha güzeli veya aynıyla karşılık verin.*"²³⁶ buyrulmaktadır. İsrâ Sûresinde de "*Kullarıma söyle, en güzel şekilde konuşsunlar. Aksi takdirde şeytan aralarını bozar. Çünkü şeytan, insanın apaçık düşmanıdır.*"²³⁷ buyrularak doğru iletişimin önemine ve değerine vurgu yapılmaktadır. Zira aksi yönde bir yaklaşım sergileme durumunda, toplumsal faaliyetlerde başarılı olmak zordur. Bu durumun izahı mahiyetinde olan "*Allah'ın bahsetmiş olduğu merhamet duygusu ile onlara nazik davrandın! Şayet sen kaba ve katı yürekli birisi olsaydın kesinlikle onlar senin çevrenden uzaklaşırlardı...*"²³⁸ ayeti bu anlamda gayet dikkat çekicidir. Nitekim insanlara karşı iyi davranmanın meyvesi, insanların sevgi ve muhabbetini kazanmaktır. Bunun neticesinde de insanların birbiriyle kaynaşarak sosyalleşmesi gerçekleşir. Ayette belirtildiği üzere insanlara sert davranıldığı takdirde sosyalleşme olgusu zarar görecektir,²³⁹ insanlar birbirinden uzaklaşacak ve yalnızlaşacaktır. Bu da toplumsal yaşam açısından olumsuz bir durumdur.²⁴⁰

Kur'an'da yumuşak ve kibar davranma ile alakalı bir tavsiye de muhtaçları gözetme konusunda dile getirilmektedir. İhtiyaç sahiplerinin beklentilerinin karşılanamadığı durumlarda en azından onlara gönül alıcı sözler söylenmesi gerektiği vurgulanmaktadır.²⁴¹ Bununla birlikte "*Mallarını Allah yolunda harcayan, sonra da harcadıklarının arkasından başa kalkarak*

²³⁰ el-İsfahânî, "hilm", 129-130.

²³¹ el-Halîm için bk. el-Bakara 2/225, 235, 263; Âl-i İmrân 3/155; en-Nisâ 4/12; el-Mâide 101; el-İsrâ 17/44; el-Hac 59; el-Ahzâb 33/51; Fâtır 35/41; et-Tegâbün 64/17.

²³² Mustafa Çağrı, "Rıfk" TDV İslâm Ansiklopedisi (İstanbul: TDV Yayınları, 2008), 35/51-52. bk. Müslim, "Birr", 77; Celâlüddîn Ebî Abdurrahmân es-Süyûtî, *el-Câmiu's-sağîr fî ehâdisi'l-beşîru'n-nezîr* (Kahire: Matbaatü'l-Hayriyye, ts.), 1/59.

²³³ Taberî, *Câmi'u'l-beyân*, 19/578. Bir diğer rivayete göre de Hz. İsmail'dir. bk. Ebu'l-Berekât Ahmed b. Mahmûd en-Nesefî, *Medâriku't-tenzîl ve hakâiku't-te'vîl*, thk. Yusuf Ali Budeyvi (Beyrût: Dâru'l-Kelîmî't-Tayyib, 1998), 3/132.

²³⁴ es-Sâffât 37/101-102.

²³⁵ Kimmel, *Güçlü Kişilikler*, 194-202; Richard Carlson, *Ufak Şeyleri Dert Etmeyin*, çev. Esat Ören (İstanbul: Alkım Yayınevi, 1999), 96-97; Burg, *Birlikte Kazanmak*, 25; Maxwell, *Liderlik Yasaları*, 119-122; Ziglar, *Zirveye Çıkan Basamaklar*, 27; Tarık Işıksağan, *Etkili İletişim* (İstanbul: Etap Yayınları, 2016), 125 vd.

²³⁶ en-Nisâ 4/86.

²³⁷ el-İsrâ 17/53.

²³⁸ Âl-i İmrân 3/159.

²³⁹ Ebû Hayyân, *Tefsîru'l-bahri'l-muhîd*, 3/104.

²⁴⁰ Zemahşerî, *el-Keşşâf*, 1/647.

²⁴¹ el-İsrâ 17/28.

*incitmeyenlere rablerinin katında bir mükafaat vardır...”*²⁴² ayetinde de yapılan bir iyiliğin peşine düşerek o iyiliğin başa kalkılmaması öğütlenmekte, sonraki ayette de “*Güzel bir söz ve bağışlama, verdikten sonra gurur incitilen bir sadakadan daha hayırlıdır...”*²⁴³ buyrularak başa kalkmanın, muhabbeti zedeleyeceğine dikkat çekilmektedir. Ayetin devamında “*Allah zengindir, halîmdir.*” buyrularak “hilm” sıfatına vurgu yapılması da Allah’ın yumuşak konuşmayı ve davranmayı tasvip ettiğine işarettir. Yine Allah Teâlâ’nın Hz. Musa’yı Firavun’a gönderirken ona yumuşak bir dille konuşmasını telkin etmesi, iletişim adabı açısından model ve örneklik teşkil etmektedir.²⁴⁴ Burada öncelikle tebliğ hususunda muhatap kazanma amacı güden tarzda yaklaşmak gerektiğine bir işaret vardır. Bu yaklaşım tarzı, hayırlı ve meşru olan işlerin yoluna koyulmasında önemli faydalar sağlayacaktır. Aksi takdirde Hz. Peygamber’in “*Yumuşak davranmayan kimse, bütün hayırlardan mahrum kalmış sayılır.*”²⁴⁵ hadisinde de belirttiği gibi elde edilebilecek güzelliklerden mahrum kalınması olası bir durumdur. Nitekim bu gibi nedenlerle sert ve kaba konuşmalar, Kur’an’da zaman zaman eleştirilmektedir.²⁴⁶

İletişim adabı açısından bir başka örnek ise Hz. Nuh’un yanlış yolda olan oğluna, “*...Oğulcuğum, sen de bizimle birlikte gemiye bin. İnkârcılar ile birlikte olma.*”²⁴⁷ şeklinde hitap etmesidir. Burada dikkat çekici husus, Hz. Nuh’un “*Yâ büneyye*” yani “*Ey oğulcuğum*” şeklinde hitap etmesidir. Zira “büneyye” lafzı ismi tasvir olup merhamet ve şefkatin göstergesi olarak terennüm edilmiştir.²⁴⁸ Nitekim bir babanın doğru yoldan ayrılmış olan evladına böylesine hassas bir iletişim tarzıyla yaklaşması, tatlı ve yumuşak bir dil kullanmanın güzel örneklerindendir. Ayet, bu yönüyle de ayrı bir öneme sahiptir. Yine rollerin değiştiği benzer bir örnek de Hz. İbrahim’in müşriklerden olan babasına,

*“...Babacığım! İşitemeyen, göremeyen ve sana hiçbir faydası dokunmayan bu şeylere niçin tapıyorsun? Babacığım! Bana, kendisi hakkında senin bilgi sahibi olmadığın bir ilim bahşedildi. Söylediklerime kulak ver, seni doğru yola ulaştırayım. Babacığım, şeytanın kölesi olma! Zira şeytan, Rahmân’a isyân etmiştir. Babacığım! Şeytanın yoluna tâbî olmandan dolayı sana Rahman’dan bir azap dokunacak olmasından korkuyorum!”*²⁴⁹

şeklinde “babacığım” diyerek hitap etmesidir. Bu hitap tarzı öncelikle babaya karşı bir taltif niteliği taşımaktadır. Ayrıca Hz. İbrahim’in, babası her ne kadar yanlış yolda olsa da onu cahillikle nitelendirmeyip “*Bana, kendisi hakkında senin bilgi sahibi olmadığın bir ilim bahşedildi.*” şeklinde seçici bir üslupla hitap etmesi büyüklere karşı hitap tarzıyla alakalı önemli ipuçları vermektedir.²⁵⁰ Nitekim bir evladın babaya nasıl hitap etmesi gerektiğini Hz. İbrahim’in babası ile yaptığı bu konuşmadan öğrenmek mümkündür. Bu yaklaşım, iletişim hususunda ortaya çıkabilecek olası krizleri bertaraf etmede önemli bir yaklaşımdır.

Yumuşak bir tabiata ve nezakete sahip olmak sadece insanlarla olan iletişimde ya da ilişkilerde geçerli olan bir durum değildir. Çevredeki canlı cansız tüm varlıklar, insanın bu özelliğinden nasibini almalıdır. Zira yaratılan her varlık, insanlığın menfaatlerine hizmet etmektedir. Bu durum Kur’an’da da “*Allah’ın, göklerde ve yerde bulunan şeyleri size hizmet etmek*

²⁴² el-Bakara 2/262.

²⁴³ el-Bakara 2/263.

²⁴⁴ Tâhâ 20/43-44.

²⁴⁵ Müslim, “Birr”, 74-76. Ayrıca bk. Ebû Dâvûd, “Edeb”, 10; Tirmizî, “Birr”, 67.

²⁴⁶ bk. İbrâhîm 14/26; Lokman 31/19; el-Hucurât 49/2, 4-5; el-Hümeze 104/1.

²⁴⁷ Hûd 11/42.

²⁴⁸ İbn ‘Âşûr, *et-Tahrîr ve’t-tenvîr*, 12/76.

²⁴⁹ Meryem 19/42-45.

²⁵⁰ İbn ‘Âşûr, *et-Tahrîr ve’t-tenvîr*, 16/115.

üzere verdiğini, nimetlerini gizli ve açık olarak önünüze bolca serdiğini görmez misiniz?...”²⁵¹ ayetinde açıkça belirtilmektedir. İnsanın hizmetine verilen bu nimetlerden insanların faydalanması ve bu nimetlerin devamlılığının sağlanması için doğanın dengesinin bozulmaması gerektiğine “Göğü Allah yükseltti ve düzeni O koydu, sakın dengeyi bozmayınız!”²⁵² ayetiyle işaret edilmektedir.²⁵³ Ayrıca Kur’an’da, doğanın düzenini bozanlar da şiddetle eleştirilmektedir.²⁵⁴ Yine çevredeki varlıklara karşı hassas davranmanın somut bir göstergesi mahiyetinde Hz. Peygamber, hırçın bir deveye binen eşi Hz. Aişe’ye, o deveye yumuşak davranmasını telkin etmiştir.²⁵⁵ Yine hurma ağacını taşıyarak meyve düşürmeye çalışan bir çocuğa yumuşak bir üslupla: “Yavrucuğum, ağaçları taşlama, dibine düşmüş olanlarından al da ye!” buyurduğu rivayet edilir.²⁵⁶ Kendisini Kur’an ahlâkıyla donatmış olan Hz. Peygamber, canlı ve cansız çevreye karşı duyarlılığın önemini, “Nerede rıfk varsa orada güzellik vardır. Onun bulunmadığı her şey çirkindir.”²⁵⁷ hadisinde de görüldüğü üzere her fırsatta belirtmektedir.

Mütevazı yani alçakgönüllü olmak da Kur’an’da övülen hasletlerdendir. Furkan Sûresinde “Rahmân’ın kulları, yeryüzünde tevazu ile yürürler ve kendini bilmezler onlara sataştıklarında ‘Selam’ der, geçerler.”²⁵⁸ buyrulurken tevazu sahibi olmak övülmektedir. Ayette geçen “hevn” kelimesi Allah için insanlara karşı mütevazı bir yürüyüş tarzına işaret eder. Aynı zamanda insanın kişiliğindeki yüksek ahlâkın, beden diliyle ortaya konulmuş bir göstergesidir. Yine bu kelime cahiliyedeki kibirli yürüyüş tarzının yanlışlığına karşı bir müminin yürüyüşünün nasıl olması gerektiğine işaret etmektedir.²⁵⁹ Burada ortaya konulan bedensel tavırlar tevazunun toplum içerisindeki önemini göstermektedir. Çünkü mütevazı bir yaklaşım tarzı hem tevazu sahibine hem de tevazu ile yaklaşılan kimselerin kendisine pozitif duygular yüklemektedir. Pozitif duygular ise kişiye yaşama sevinci kazandırır. Kalpleri birbirine ısındırır. Böylece çevreyle iyi ilişkiler kurmaya ve daha aktif bir insan olmaya vesile olur. Nitekim iç huzurun temini ve insanlar arası iyi ilişkiler kurabilme, kişisel gelişim çalışmalarının kişiler üzerinde ulaşmak istedikleri hedeflerdendir. Bu nedenle kişisel gelişim adına yapılan kimi çalışmalarda tevazu sahibi olunması gerektiği önerilmektedir. Amerika’da geçmiş yıllarda 5.7 milyon satış rakamına ulaşan Dr. Richard Carlson’un *Ufak Şeyleri Dert Etmeyin* kitabında alçak gönüllülük ve iç huzurun birbirinden ayrılmaz bir bütün olduğu belirtilmektedir.²⁶⁰ Anlaşıldığı üzere pratik hayatta önemli bir yeri olan mütevazılık, Kur’an’da ve hadislerde övülürken²⁶¹ bu hasletin zıddı olan böbürlenme, diğer bir ifadeyle kibirlenme ise yerilmektedir.²⁶²

Tatlı dil, yumuşak huy, alçakgönüllülük gibi ahlâkî meziyetlerin gerek sosyal ilişkilerde gerekse iş hayatında birçok sorunun çözümüne, birçok sıkıntının aşılmasına katkı sunabileceği söylenebilir. “Tatlı dil yılanı deliğinden çıkarır.” sözü bu anlamda söylenegelen bir atasözüdür. Ayrıca bu meziyetleri doğru yerde ve doğru zamanda gösterebilen kimseler genel olarak diğer insanlar tarafından sevilabilmekte ve toplumda saygınlık kazanabilmektedirler. Bu da kişisel

²⁵¹ Lokmân 31/20.

²⁵² er-Rahmân 55/7-8.

²⁵³ Karaman vd., *Kur’an Yolu Türkçe Meâl ve Tefsir* 5/198-200.

²⁵⁴ el-Bakara 2/205; er-Rûm 30/41.

²⁵⁵ Müslim, “Birr”, 79.

²⁵⁶ Tirmizî, “Büyü”, 54; Ebû Dâvûd, “Cihad”, 92.

²⁵⁷ Müslim, “Birr”, 78. Ayrıca bk. Ebû Dâvûd, “Edeb”, 10.

²⁵⁸ el-Furkân 25/63.

²⁵⁹ İbn ‘Âşûr, *et-Tahrîr ve’t-Tenvîr*, 19/63.

²⁶⁰ Carlson, *Ufak Şeyleri Dert Etmeyin*, 39.

²⁶¹ el-İsrâ 17/24; el-Mâide 5/54; Müslim, “Cennet”, 64, “Edeb”, 61; Ebû Dâvûd, “Edeb”, 40.

²⁶² el-A’râf 7/48-49; el-İsrâ 17/111; Lokmân 31/18.

gelişimini gerçekleştirmek isteyen kimseleri başarıya ulaştırmada önemli bir araçtır.

2.8. Sevgi, Merhamet ve Hoşgörü

Sevgi, Allah'ın kalplere yerleştirdiği ilahi bir rahmettir. Kalplere yerleştirilen bu sevgi vesilesiyle insanlar birbirlerine karşı muhabbet beslerler. İnsanlar şerî açıdan veya kanunen zorunlu olmadıkları birçok meşakkate bu sevgi vesilesiyle katlanırlar. Anneler çocuklarının, eşler birbirlerinin kahrını bu sevgi vesilesiyle çekerler. İnsanlar arası ilişkiler, bu sevgi vesilesiyle daha az sıkıntılarla yürütülür. Sevgi hem sosyal hem fiziki çevreye karşı kanunun zorlayamadığı ya da işlevini yerine getiremediği yerlerde bir lokomotif görevi üstlenerek sosyal hayattaki tıkanmaların birçoğunun önüne geçer. Normal yollardan açılmayan kapılar, sevginin gücü vesilesiyle ardına kadar açılır. Halis bir sevgiye sahip olan bir insan, bu sevginin tezahürü olarak kendinden zayıf olanlara merhamet eder; onların hatalarını hoş görüp affeder. Çevresindeki canlı cansız tüm varlıkları menfaat aramaksızın gözetip kollar. Sevginin hayata anlam katmada ve onu yaşanılır kılmada önemli bir gücü vardır. Bu gücün farkında olan kişisel gelişim uzmanları her fırsatta sevginin bu etkisine değinmektedirler.²⁶³ Çünkü sevgi, kişisel gelişim yolculuğunda önemli bir motivatördür. Koçak, *Olumlu Düşünmenin Gücü* kitabında ünlü psikolog Erich Fromm'un, sevgi hakkında "Sevgiye yer vermeyen toplumlar gelecekte yok olacaktır." dediğini aktarır. Yine aynı kitapta, Dr. Freitag'ın "Sevgi terapidir, sevginin olduğu yerde korku yoktur. Sevgi her derde devadır, sevgi hayatı uzatan bir iksirdir. Sevdikçe istediğiniz her şeyi fazlasıyla elde edersiniz. Ne mutlu sevgide müsrif olabilenlere." ifadelerine yer verir. Emmet Fox'un ise "Yeterince sevebilirsen, dünyanın en güçlü insanı olabilirsin." sözlerini aktarır.²⁶⁴ Mevlâna da "Sevgiden acılar tatlı olur. Sevgiden bakırlar altın olur. Sevgiden tortular berrak olur. Sevgiden dertler şifa bulur. Sevgiden ölümler dirilir. Sevgiden padişah köle olur." şeklinde sevgi hakkında sözler sarf etmiştir.²⁶⁵ Hz. Peygamber ise "*Canım kudret elinde olan Allah'a yemin ederim ki sizler iman etmedikçe cennete giremezsiniz. Birbirinizi sevmedikçe de iman etmiş olmazsınız...*"²⁶⁶ buyurarak dinî açıdan sevginin ne denli önemli olduğuna işaret etmektedir. Haddi zatında sevginin yer ettiği kalpte merhamet, hoşgörü ve affetme gibi nice güzel hasletler yeşerecektir. Kur'an'da bu hasletleri ön plana çıkaran dolaylı ve dolaysız birçok telkinde bulunulur. Dahası bu kavramlar ile ilgili Allah'ın isimleri veya sıfatları her fırsatta vurgulanır.²⁶⁷ Nitekim sevgi hakkında en vurgulu ifade Kur'an tarafından ortaya konularak sevginin Allah'ın varlığının delillerinden olduğuna dikkat çekilir. Bahsedilen ayette, "*Kendisiyle huzur bulduğunuz eşler yaratması, aranızda sevgi ve merhameti var etmesi, O'nun varlığının delillerindendir...*"²⁶⁸ buyrulmaktadır. Buradan anlaşıldığı üzere sevgi ve merhamet Allah'ın varlığına delil olacak kadar ulvi bir haslettir. Zira sevginin olduğu yerde bir huzur ve düzen vardır. Sevginin ve muhabbetin olmadığı yerde de nefret ve ayrılık vardır.²⁶⁹

Kur'an'a göre sevginin kaynağı ve onu insanların kalbine yerleştiren Allah'tır. Bu durum, "*...Sen yeryüzündeki her şeyi versen yine de onların gönüllerini birbirine ısındıramazdın. Fakat Allah*

²⁶³ Ali Bulut, *İslam Medeniyetinden Örneklerle Kişiliği İnşa Etme Sanatı* (İstanbul: Çamlıca yayınları, 2017), 66-70; Carlson, *Ufak Şeyleri Dert Etmeyin*, 102-103; Işıksaçan, *Etkili Motivasyon*, 160 vd.

²⁶⁴ Koçak, *Olumlu Düşüncenin Gücü*, 14-15.

²⁶⁵ Mevlâna Celâleddin-i Rûmî, *Mesnevî-i ma'nevî*, çev. Derya Örs - Hicabi Kırılancı (İstanbul: Türkiye Yazma Eserler Kurumu Başkanlığı Yayınları, 2015), 229.

²⁶⁶ Müslim, "İmân", 93-94. Ayrıca bk. Tirmizî, "Et'ime", 45, "Kıyamet", 56.

²⁶⁷ el-Bakara 2/163; el-Fâtiha 1/2-3; Hûd 11/90; en-Neml 27/30; Fussilet 41/2; el-Haşr 59/22; el-Burûc 85/14 vd.

²⁶⁸ er-Rûm 30/21.

²⁶⁹ Ebu's-Suud, *İrşâd-ı akli selim ila mezay-ı kitâbî'l-kerîm*, thk. 'Abdulkâdir Ahmed 'Atâ' (Riyad: Mektebetu'r-Riyâdî'l-Hadîse, ts.) 4/357.

*onları birbirine ısındırıp kaynaştırmıştır.”*²⁷⁰ mealindeki ayette açıkça belirtilmektedir. Bu ayetin indiği ortama bakıldığında kabileciliğin, kan davasının ve ırkçılığın tebarüz ettiği görülür. Ayrıca ahiret inancına sahip olunmadığı için ilişkiler dünyevi menfaatlere endekslidir. Sevgi ve muhabbet de dünyevî ilişkiler üzerine kurulu olduğu için en küçük problemlerde dahi kabileler birbiri ile savaşıma yoluna gidebilmişlerdir. Bunun en bariz örneklerinden bir tanesi de Evs ve Hazrec adlı iki kabilenin birbiri arasında geçen anlaşmazlıklardır. Bu kabileler İslâm’a girip Kur’an’ın hükümlerine tabi olduklarında aralarındaki husumet de ortadan kalkmıştır. Bu ayette sevginin ve muhabbetin kaynağı olan Allah’ın, o kabilelerin kalplerini birbirine ısındırmasıyla düşmanlığın ortadan kalktığı ima edilmektedir.²⁷¹ Bir başka ayette de bu gerçeği ifade eder mahiyette *“İman edip güzel işler yapanların gönüllerine Rahmân bir sevgi yerleştirecektir.”*²⁷² buyrulmaktadır. İman edenlerin ve bu imanın gereği olarak güzel işler yapanların kalpleri, merhamet sahibi Allah’ın kalplere yerleştirdiği sevgiyle yeşerecektir.²⁷³ Bir diğer yoruma göre de Allah’ın rızasını kazanan kulların toplum içerisinde sevilen, sayılan; huzurlu ve mutlu bir insan olacağı bildirilir.²⁷⁴ Bu ayette dikkat çeken bir başka husus da Allah’ın “merhamet” sıfatını vurgulayan “er-Rahmân” isminin zikredilmesidir. Ayette geçen Allah’ın “er-Rahmân” ismi, sevginin Allah’ın merhamet sıfatının tezahürü olarak ortaya çıktığına işaret etmektedir.

Sevgi, akrabalık ve dostluk bağlarını güçlendiren bir haslettir. Bu hususla alakalı olarak Kur’an’da, *“...De ki: ‘Yaptığım tebliğin karşılığında akrabaya karşı muhabbet duymanızdan başka bir karşılık beklemiyorum.’ Kim güzel bir iş yaparsa onu yaptığı bu güzel işin karşılığında fazlasıyla mükâfatlandırırız...”*²⁷⁵ buyrularak yakınlarla karşı muhabbet duyulması teşvik edilmekte ve güzel işlerde sevginin rolüne dikkat çekilmektedir. Aslında gerçek müminler; kalbinde kötü duygular beslemeyen, başkalarının iyiliğini isteyen ve kalbinde sevgi besleyen kimseler olarak nitelendirilmektedir.²⁷⁶ Nitekim sevgi, diğer güzel hasletlerle birlikte toplumdaki rolünü en iyi şekilde yerine getirir. Zira sevgi; iyilik, fedakârlık, hoşgörü ve affetme gibi hasletlerle de yakından ilişkilidir. Bu hasletler, sevginin canlı ve daimî kalmasını sağlayarak onun toplumdaki rolünü güçlendirirler. Bu durum karşılıklı olarak devam eder. Kalbinde sevgi ve merhamet olan bir kimsenin bu özelliği davranışlarına da yansır. İnsan kimi zaman Allah’a olan sevgisinden dolayı yaratılanı yaratandan ötürü sever ve bu sevgiden kaynaklanan faydalı işler yapar. Kimi zaman da kalbindeki muhabbetin tezahürü olarak bizzat kendi istek ve iradesiyle çevresine fayda sağlar. Böylece kişisel gelişimini gerçekleştirmede kendisine yardımcı olabilecek birtakım ahlâkî hasletleri de kuşanmış olur.

İnsan, toplumsal hayatta genel kabul görmüş kurallara ya da kendi dünya görüşüne aykırı birçok davranış veya sözlerle karşılaşır. Bu durumlar karşısında birlikte yaşama olgusuna ters düşmemek adına yanlış olduğunu düşündüğü davranış ya da sözlere hoşgörüyle yaklaşır. Bazen de içindeki sevginin ve merhamet duygusunun tecellisi gereği kendi hakkından feragat ederek yapılan kusurları hoşgörür ve affeder. Bu davranış hak ve adalete ters düşmediği müddetçe Kur’an tarafından da teşvik edilir. Bir ayette *“Sen affetmeyi tercih et, doğru olanı emret ve kendini bilmezlere aldırma.”*²⁷⁷ buyrulurken başka bir ayette *“Her kim sabreder ve kusurları affederse işte*

²⁷⁰ el-Enfâl 8/63.

²⁷¹ Râzî, *Mefâtîhu’l-gayb*, 15/195.

²⁷² Meryem 19/96.

²⁷³ İbn ‘Âşûr, *et-Tahrîr ve’t-Tenvîr*, 16/175.

²⁷⁴ Taberî, *Câmi’u’l-beyân ‘an te’vîli âyi’l-Kur’ân*, 15/642-644.

²⁷⁵ eş-Şûrâ 42/23.

²⁷⁶ Âl-i İmrân 3/119; Buhârî, “İmân”, 7; Müslim, “İmân”, 71-72. Ayrıca bk. Tirmizî, “Kıyâmet”, 59; Nesâî, “İmân”, 19, 33.

²⁷⁷ el-A’râf 7/199.

onun bu hareketi, ancak büyüklere yaraşan örnek davranışlardandır.”²⁷⁸ buyrulmaktadır. Zaman zaman önemine binaen ebeveynler, kardeşler ve evlatlar için merhamet, hoşgörü ve bağışlama çeşitli ayetlerde gündeme getirilerek teşvik edilmektedir.²⁷⁹ Hadislerde de bu hasletlere dair birçok örnek davranış ve tavsiyeler bulunmaktadır. Öyle ki Mescid-i Nebeviye küçük abdestini yapan bir bedeviyi dahi Hz. Peygamber hoş görüp bağışlayarak nasihat etmiş; oradakilere, oranın suyla yıkanıp temizlenmesini emretmiştir.²⁸⁰ Kur'an'ın emirlerinin en büyük tatbik edicisi olan Hz. Peygamber, diğer meselelerde olduğu gibi bu hasletlerin tatbiki hususunda da örnek olmuştur. Bu husus, kişisel gelişimin toplumsal ilişkiler yönünü ve birlikte yaşama olgusunu ilgilendiren önemli bir husustur. Çünkü hoşgörü sahibi olan bireyler, bu sayede kendi iç dünyasında mutluluğu; dış ilişkilerinde ise işlerinin yolunda gitme imkânını elde edebilirler. Zira hoşgörü sahibi bireyler, hedefledikleri başarılarla ulaşmada bu hasleti edinemeyen insanlara göre bir adım daha önde olacaktır.

Her şeyin bir sınırı olduğu gibi hoşgörü ve merhametin de bir sınırı vardır. Örneğin, insanların temel hak ve özgürlüklerini hukuksuzca sınırlayan müdahaleler, değerleri aşağılayıcı söylemler ve eylemler bu kapsamda değerlendirilebilir. Bu haklar hemen hemen tarihin her döneminde çeşitli vesilelerle gündeme getirilmiştir. Temel hakları ihlal eden durumlar ortaya çıktıkça da bu duruma çeşitli tepkiler geliştirilmiştir.²⁸¹ Kur'an'da da hoşgörü sınırını zorlayan durumlara çeşitli tepkiler geliştirilmesi ve hatta hak etmeyen kimselere sevgi ve merhamet gösterilmemesi birçok ayette dile getirilmektedir. Örneğin, toplumun kurallarını hiçe sayarak huzuru bozmak suretiyle fitne çıkaranlara karşı fitne ve fesat son buluncaya kadar mücadele edilmesi emredilmiştir.²⁸² Bir yandan hiç kimsenin kutsalına dil uzatılmaması gerektiği belirtilirken²⁸³ diğer yandan Müslümanların kendi kutsallarına dil uzatan kimselerin yanlarından uzaklaşılması emredilmiştir.²⁸⁴ Bu gibi örnekler çoğaltılabilir. Dolayısıyla Kur'an'da hoşgörü, sevgi, merhamet gibi değerler önemle vurgulanmaktadır; ancak bu hoşgörü, sevgi ve merhamet sınırsız değildir.

Sonuç olarak insanlar, toplumsal hayatta her türlü can sıkıcı durumla karşılaşabilmektedirler. Dozu iyi ayarlanmış bir hoşgörü, sevgi ve merhamet, toplumsal ilişkilerde önemli faydalar sağlayacak, sosyal ilişkileri önemli ölçüde düzene koyacaktır. Dolayısıyla bu gibi erdemler, kişisel gelişim açısından da önemli faydalara kapı aralayan güzel hasletlerdendir.

Sonuç

Kişisel gelişime dair genel kabul görmüş bilgilerin, doğru bir şekilde tatbik edilmesi durumunda fayda sağlayacağı umulur. Nitekim tarihin derinliklerine doğru seçici bir irdeleme yapıldığında insanlığın gelişimine katkıda bulunan, her ne kadar bugünkü usulde yazılmış olmasa da bol miktarda kişisel gelişim müktesebatı olduğu görülür. Bunun yanında gelişimi engelleyen, yavaşlatan ya da sekteye uğratan bilgi kirliliği mahiyetinde öğretiler de mevcuttur. Doğru bilgiyi elde etme adına çeşitli öneriler ve tashihler diyalektik tarzında ortaya konularak günümüze kadar süregelmiştir. Bugünkü haliyle kişisel gelişim öğretilerinin güncel bilgiler ışığında kritiği

²⁷⁸ eş-Şûrâ 42/43.

²⁷⁹ el-İsrâ 17/ 24; Yûsuf 12/92; el-Kehf 18/81.

²⁸⁰ Buhârî, “Vudû”, 58, “Edeb”, 80. Ayrıca bk. Müslim, “Tahâret”, 98-100; Ebû Dâvûd, “Tahâret”, 136; Tirmizî, “Tahâret”, 112; Ahmed ibn Hanbel, “Zühd”, 6 vd.

²⁸¹ Nevzat Tarhan, *Değerler Psikolojisi ve İnsan* (İstanbul: Timaş Yayınları, 2019), 202-204.

²⁸² el-Enfâl 8/39; Detaylı bilgi için bk. İbn 'Âşûr, *et-Tahrîr ve't-tenvîr*, 9/346-348.

²⁸³ el-En'âm 6/108.

²⁸⁴ el-En'âm 6/68.

yapıldığında ise problem olarak tanımlanabilecek birtakım yönlerinin olduğu görülmektedir. Bu problemler, üslup ve yöntemde olabileceği gibi içerik açısından da olabilmektedir. Örneğin, gerçek hayatta karşılığı olmayan abartılı motivasyon ifadeleri, bencilliğe sevk eden telkinler, ahlâkî hasletleri göz ardı eden tavsiyeler, hak ve adaleti hiçe sayan kutsanmış başarı anlayışı bunlardan bazılarıdır. Görüldüğü üzere kişisel gelişim, ahlâkî hasletlerle yakından ilişkilidir. Dolayısıyla muhataplara sunulan kişisel gelişim öğretilerinin, ahlâkî hasletlerden bağımsız olarak sunulmaması gerekmektedir.

Ahlâk, toplumsal hayatın her alanını kuşatan geniş bir yelpazenin konusudur. İnsani ilişkilerin düzenlenmesinde ve geliştirilmesinde önemli roller oynar. Ancak nelerin ahlâkî olup olmadığı konusu, üzerinde mutabakat sağlanmış bir konu değildir. Bununla birlikte evrensel sayılabilecek ahlâkî ilkeler de yok değildir. Dürüstlük, adalet, sevgi, saygı, merhamet, hoşgörü gibi hususlar ana hatlarıyla üzerinde ahlâkî mutabakatın sağlandığı hususlardır. Kur'an'da, evrensel kabul edilebilecek bu hususları destekleyen birçok bildirim bulunmaktadır. Bununla birlikte Kur'an'ın kendine özgü olarak ortaya koyduğu orijinal bir ahlâkî anlayışı da vardır. Aynı zamanda bu anlayış, itikadî ve amelî konularla da iç içedir.

İnsanın meşru olması kaydıyla kendi nefesine yönelik kazanımları talep etmesi, gayet doğaldır. Ancak gerektiğinden fazlasının talep edilmesi, bu meşruiyeti sorgulanır hale getirmektedir. Zira bir insanın sürekli kendi nefsi için çalışması, başkalarının menfaatlerini göz ardı etmesi bencilliğin göstergelerindendir. Bencillik ise insanı, nefsinin kölesi haline getiren kötü bir haslettir. Kişisel gelişim çalışmalarının birçoğunda bencilliği körükleyen yoğun miktarda telkin bulunmaktadır. İnsanlar her şeyin en iyisini hak ettiğine ikna edilmeye çalışılmaktadır. Tek dünyalı bir anlayışın hâkim olduğu öğretiler empoze edilerek egolar şişirilmektedir. Kazanç, mutluluk, başarı gibi insanın ilgisini çeken kavramlar üzerinden öne sürülen bu telkinler neticesinde bencil ve kanaatsiz bireyler türetilmektedir. Bu telkinler kişisel gelişim kitaplarında o kadar yoğundur ki en masum tavsiyeler dahi bir zaman sonra bireyler üzerinde önemli tahribatlara neden olabilmekte ve onları giderek narsist bir insan haline dönüştürmektedir. Üstelik başarının ahlâkî yönünün ihmal edildiği çalışmalardan beslenen zihinler, istediklerini elde edemediklerinde meşru olmayan yollara tevessül edebilmektedir. Bu durum Kur'an'da meşru görülmemektedir.

Kur'an'da yapılması ve yapılmaması istenen her şey dünya hayatının gerçekleriyle uyumludur. Yapılması emredilen ya da kısıtlanan şeyler, insanların kendi menfaatine olan hususlardır. Örneğin; namaz, oruç, hac, zekât gibi nefsi terbiye ve tezkiye edici, kişileri Allah'a bağlayıcı ve birbirine kaynaştırıcı birtakım ibadetler farz kılınmıştır. Nitekim bilinçli bir şekilde namaz kılan bir insan, terennüm ettiği ayet ve tesbihatlardan aldığı mesajlar ile kendisini Allah'ın huzurunda kabul ederek nefis muhasebesi yapma imkânına kavuşur. Oruç tutarak nefsinin istek ve arzuları ile başa çıkabilme iradesi kazanır. Zekât ile mal hırsını törpülemeyi öğrenir. Malına haram bulaşmış olma ihtimalini ortadan kaldırarak helal kazanç elde etme bilincine ulaşır. Hac ile Allah'ın şiarları dairesinde hareket etmeyi, tevekkülü, yanlış işlere karşı tavır almayı, birlik ve beraberliği öğrenir. Aynı zamanda ölümden sonra dirilişin provasını yaparak ahiretteki hesaba çekilme bilincini pekiştirir. Yaptığı ibadet niteliği taşıyan her ritüelde de zikredilen bu kazanımları ya da daha fazlasını elde etme imkânına kavuşur. Böylece tüm bu ibadetler ve ibadet niteliğindeki işler, ahlâken onu olgunlaştırır ve dünya hayatını da olumlu yönde şekillendirir.

Kur'an'da ahlâkî açıdan en çok önemsenen hasletlerin başında dürüstlüğün geldiği söylenebilir. Zira iletişimde, ticaretle, yapılan işlerde, verilen sözlerde daima dürüst olunması emredilmektedir. Çünkü dürüstlük, başarının meşruiyet kazanmasında önemli bir haslettir.

Bununla birlikte dürüstlük, adalet ve samimiyet gibi erdemlerle de yakından ilişkilidir. Bu nedenle Kur'an'da adalet ve samimiyetin taalluk ettiği konularda dürüstlük temel ilkeyi oluşturmaktadır. Örneğin, adaletin yerini bulması için gerçeği çarpıtmadan şahitlik etme ya da bir işi yaparken riyaya kaçmadan samimiyetle sadece Allah rızası için yapma dürüstlüğü de bir gereğidir. Nitekim dürüstlük, adalet ve samimiyet birbiri ile mündemiç kavramlardır. Bu hasletlerin birbiriyle olan bağını koparmadan hareket eden bir insan da kişisel gelişim yolculuğunda önemli başarıların ve kazanımların kapılarını aralayacaktır.

Kur'an'da ahlâkî meziyetlerin insan benliğine sağlam bir şekilde yerleştirilmesi için önemle üzerinde durulan hususlardan bir tanesi de nefsin terbiyesi ve tezkiyesidir. Zira kötü hasletlerden arındırılmamış bir nefiste, iyi huyların yerleştirilmesi ve barınması da pek mümkün değildir. Bu nedenle birtakım emir ve yasaklarla nefsin kötü hasletlerden arındırılması ve ahlâkî erdemlerin edinilmesi hedeflenmektedir. Bu amaca matuf olarak namaz, oruç, hac, zikir, dua gibi birtakım ibadetlerle de nefsin terbiyesi ve tezkiyesi desteklenmektedir. Böylece tatlı dillilik, güler yüzlülük, alçak gönüllülük, sevgi, merhamet, hoşgörü gibi güzel hasletler benliğe yerleştirilirken; kötü zan, gizli hallerin araştırılması, gıybet, alay, kontrolsüz öfke gibi kötü hasletler tezkiye edilmektedir. Böylece hedeflenen başarı ve kazanımlara meşru yoldan ulaşma imkânı elde edilebilmektedir. Aynı zamanda bu hasletler insanlarla iyi ilişkiler kurmaya ve ulaşılmak istenen hedeflerin gerçekleştirilmesine vesile olabilecek etkenleri de bünyesinde barındırmaktadır. Kötü huylarını törpüleyip ahlâkî erdemleri edinen bir insan, toplumda sevilip itibar görecektir ve bu sayede hedefe giden yolda birtakım engelleri daha kolay aşabilecektir. Kur'an'ın ahlâkî öğretileri ve emrettiği ibadetlerden mülhem olan tasavvuftaki nefis terbiyesi/tezkiyesi ile ilgili uygulamalar da bu amaca hizmet etmektedir. Tüm bunlar, kişisel gelişim açısından tasvip edilebilecek hususlardır.

Netice itibarıyla daha sağlıklı ve tutarlı bir kişilik eğitimi gerçekleştirmek için kişisel gelişimin Kur'an'ın ortaya koyduğu ilkeler ışığında yeniden ele alınması gerekmektedir. Yaygın kişisel gelişim öğretileri, yeniden gözden geçirilerek içeriğindeki yanlış ve zararlı düşünceler arındırılmalı; iman, ahlak ve amel bütünlüğü gözetilerek insanlara sunulmalıdır. Bununla birlikte Kur'an'ın ortaya koyduğu hükümler göz önünde bulundurularak toplumun kültürü ve hayatın gerçekleri gözetilmeli, pratiğe hitap eden bir kişisel gelişim modeli ortaya konulmalıdır. Pratiğe hitap etmeyen, inanç ve itikada zarar veren kişisel gelişim öğretilerinden uzak durulmalıdır. Ayrıca İslâm medeniyetinin bugüne kadar biriktirmiş olduğu kişisel gelişim müktesebatı, Kur'an ve sünnet ışığında derlenerek daha bütüncül, kapsayıcı ve güncel çalışmalar ortaya konulmalıdır.

Kaynakça

- Abay, Ahmet. *Kur'an'da Kişilik Eğitiminin İlkeleri*. İstanbul: Düşün Yayıncılık, 2012.
- Abdülbâkî, Muhammed Fûâd. *el-Mu'cemu'l-mufehres li elfâzi'l-Kur'âni'l-Kerîm*. thk. Muhsin Bidârfur. Kum: İntişarât Bidâr, 1412/1991.
- Adaklı, Aydın. *Kur'an Işığında Kişisel Gelişim*. Nevşehir: Simtel Ofset, 2017.
- Ahmed b. Hanbel. *Müsned*. Beyrût: Mektebetu'l-İslamiyye, ts.
- Akalın vd., Şükrü Haluk. *TDK Türkçe Sözlük*. Ankara: Türk Dil Kurumu Yayınları, 2011.
- Akyıldız, Tahsin. *Başarı Taktikleri*. İstanbul: Etap Yayınları, 2016.
- Andreas, Steve - Faulkner, Charles. *NLP: Başarının Yeni Teknolojisi*. çev. Alican Azeri. İstanbul: Beyaz Yayınları, 2001.

- Aslan, Mecbure - Doğan, Selen. “Dışsal Motivasyon, İçsel Motivasyon ve Performans Etkileşimine Kuramsal Bir Bakış”. *Süleyman Demirel Üniversitesi Vizyoner Dergisi* 11/26 (2020), 291-301.
- Aslan, Recep. “Hadislerde Öfke Kontrolü ve Öfke Kontrolünün Trafik Ahlâkına Etkisi”. *İnönü Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dekanlığı Din ve Trafik Sempozyumu*. ed. Hulusi Arslan vd. Malatya: İnönü Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Yayınları, 2016.
- Aşkın, Pertev. “Doğu-Batı Arasındaki Kişisel Gelişim Buluşması”. *Kişisel Gelişim Dergisi* 10/1 (Kasım 2003).
- Ateş, Süleyman. “İhlâs”, *TDV İslâm Ansiklopedisi*. 21/535-537. İstanbul: TDV Yayınları, 2000.
- Avcı, Meryem. *Kişisel Gelişimin Kur'an'daki Yeri*. Ankara: Mana Kitap Yayınları, Ocak 2019.
- Aydın, Vedat. *İslam'a Göre Kişisel Gelişim*. İstanbul: Çıra Yayınları, Ocak 2016.
- Badem, Mustafa. *Kur'an'a Göre Kişisel Gelişim*. Kahramanmaraş: KSÜ, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Doktora Tezi, 2024.
- Baltaş, Acar - Zuhal. *Stres ve Başa Çıkma Yolları*. İstanbul: Remzi Kitabevi, 8. Basım, Nisan 1990.
- Beyzâvî, Nâsirüddîn Ebû Saîd Abdullâh b. Ömer b. Muhammed. *Envâru't-tenzîl ve esrâru't-te'vîl*. thk. Muhammed Subhî Hasen Hallâk, Muhammed Ahmed el-Etraş. Beyrût: Dâru'r-Reşîd, 2000/1421.
- Buhârî, Ebû Abdullah Muhammed b. İsmail. *Sahîh-i Buhârî*. haz. Sâlih b. Abdülazîz. Arabistan: Dâru's-Selâm, 2000.
- Bulut, Ali. *İslam Medeniyetinden Örneklerle Kişiliği İnşa etme Sanatı*. İstanbul: Çamlıca yayınları, 2. Basım, 2017.
- Bulut, Hasan. “Tasavvufî Bir Bakış Açısıyla Nefis”. *Mesned İlahiyat Araştırmaları Dergisi* 11/1 (Bahar 2020), 165-188.
- Burg, Bob. *Birlikte Kazanmak*. çev. Selim Yeniçeri. İstanbul: Beyaz Yayınları, 1. Basım, Ağustos 1999.
- Carlson, Richard. *Ufak Şeyleri Dert Etmeyin*. çev. Esat Ören. İstanbul: Alkım Yayınevi, 4. Basım, 1999.
- Casson, Herbert N. *Başarı Yolunda Adım Adım*. İstanbul: Etap Yayınları, 2016.
- Cerrahoğlu, İsmail. “Hacc'ın Amacı ve Hikmetleri”. *Diyanet İlmi Dergi* 27/3 (1991), 13-22.
- Certel, Hüseyin. “İslâmî İbadetlerin Psiko-Sosyal İşlevleri”. *Ekev Akademi Dergisi* 1/3 (Kasım 1998), 149-156.
- Cevherî, Ebû Nasr İsmâîl b. Hammâd. *eş-Şihâh*. thk. Ahmed Abdülgafûr Attâr. Beyrût: Dâru'l-İlmi'l-Melâyîn, 4. Basım, 1990.
- Cüceloğlu, Doğan. *İnsan ve Davranışı: Psikolojinin Temel Kavramları*. İst.: Remzi Kitabevi, 1997.
- Cürcânî, Alî b. Muhammed eş-Şerîf. *et-Ta'rifât*. Beyrût: Mektebetü Lübnân, 1985.
- Çakmak, Müberra. *Tasavvufî Eğitimde Kişilik Gelişimi ile Günümüz Kişisel Gelişiminin Karşılaştırılması*. Sakarya: Sakarya Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Yüksek Lisans Tezi, Haziran 2019.

- Çağrı, Mustafa. "Ahlâk". *TDV İslâm Ansiklopedisi*. 2/1. İstanbul: TDV Yayınları, 1989.
- Çağrı, Mustafa. "Hırs". *TDV İslâm Ansiklopedisi*. 17/383-384. İstanbul: TDV Yayınları, 1998.
- Çağrı, Mustafa. "Rıfk". *TDV İslâm Ansiklopedisi*. 35/51-52. İstanbul: TDV Yayınları, 2008.
- Çağrı, Mustafa. "Riya". *TDV İslâm Ansiklopedisi*. 35/137-138. İstanbul: TDV Yayınları, 2008.
- Çağrı, Mustafa. "Sıdk". *TDV İslâm Ansiklopedisi*. 37/98-100. İstanbul: TDV Yayınları, 2009.
- Çağrı, Mustafa. "Tecessüs". *TDV İslâm Ansiklopedisi*. 40/246-247. İstanbul: TDV Yayınları, 2011.
- Dameğânî, Huseyn b. Muhammed. *Kâmûsu'l-Kur'ân*. Beyrût: Dâru'l-İlm, 1983.
- Demir, Esat. *Kur'an ve Kişisel Gelişim*. İstanbul: Bizim Kitaplar Yayınları, 2017.
- Demir, Şehmus. *Kur'an'ın Temel Hedefi*. Ankara: Fecr Yayınları, 2009.
- Demirel, Özcan. *Eğitim Sözlüğü*. Ankara: Pegem Akademi Yayıncılık, 2005.
- Demirkıran, Erdal. *Ben Dünyanın En Akıllı Çocuğuyum*. İstanbul: Kashna Eğitim Danışmanlık, 1. Basım, Ekim 2017.
- Demirkıran, Erdal. *Ben Dünyanın En Akıllı İnsanıyım*. İstanbul: Kashna Eğitim Danışmanlık, 2011.
- Dökmen, Üstün. *Küçük Şeyler*. İstanbul: Sistem Yayıncılık, 2005.
- Ebû Dâvûd es-Sicistânî, Süleyman b. Eş'as b. İshak el-Ezdî. *Sünen-i ebû Dâvûd*. haz. Sâlih b. Abdulazîz. Arabistan: Dâru's-Selâm, 2000.
- Ebû Hayyân. *Tefsîru'l-bahri'l-muhît*. thk. 'Âdil Ahmed 'Abdulmevcûd vd. 8 Cilt. Beyrut: Dâru'l-Kutubi'l-İlmiyye, 1993.
- Ebu's-Suud. *İrşâd-ı aklı selim ila mezay-ı kitâbi'l-kerîm*. thk. 'Abdulkâdir Ahmed 'Atâ'. 5 Cilt. Riyad: Mektebetu'r-Riyâdî'l-Hadîse, ts.
- Ekberî, Selâeddin ed-Dimekşi. *Metinlerle Tasavvuf Terimleri Sözlüğü*. nşr. Zafer Erginli. İstanbul: Kalem Yayınları, 2006.
- Ekşi, Füsün. *Kritik Bir Bakış Açısıyla Kişisel Gelişim Kitapları*. İstanbul: Kaknüs Yayınları, 1. Basım, 2012.
- Elik, Hasan - Coşkun, Muhammed. *Tevhit Mesajı*. İstanbul: Fikir Yayınları, Temmuz 2013.
- Erşahin, Cengiz. *Gerçek Sır*. Ankara: Tutku Yayınevi, 69. Basım, Ocak 2011.
- Erşahin, Cengiz. *Zorluklara Karşı Kendini Ateşle*. Ankara: Tutku Yayınevi, 2009.
- Erzurumlu İbrahim Hakkı. *Ma'rifetnâme*. sad. Cafer Durmuş ve Kerim Kara. Konya: Erkam Yayınları, 2011.
- Ezherî, Muhammed b. Ahmed. *Tehzîbu'l-luğa*. thk. 'Abdusselâm Muhammed Hârûn. Kahire: Dâru'l-Mısriyye, 1384-87/1964-67.
- Fîrûzâbâdî, Ebû't-Tâhir Mecduddîn Muhammed b. Ya'gûb. *el-Kâmûsu'l-muhît*. Beyrût: Mu'essesetu'r-Risâle, 2006.
- Garih, Üzeyir. *İş Hayatında Motivasyon*. İstanbul: Hayat Yayıncılık, 2000.
- Gazzâlî, Ebû Hâmid Muhammed b. Muhammed b. Muhammed b. Ahmed et-Tûsî. *Kimyâ-yı saâdet: Mutluluğun Formülü*. çev. Ali Arslan. 2 Cilt. İstanbul: Yeni Şafak Gazetesi Kültür Yayınları,

2004.

Haas, Howard - Tamarkin, Bob. *İnsan Lider Doğmaz*. çev. Sinan Köseoğlu. İstanbul: Beyaz Yayınları, 1. Basım, Eylül 2000.

Halîl b. Ahmed. *Kitâbu'l-'ayn*. thk. 'Abdulhamîd Hindâvî. 4 Cilt. Beyrût: Dâru'l-Kutubi'l-'İlmiyye, 1424/2003.

Işıksaçan, Tarık. *Etkili İletişim*. İstanbul: Etap Yayınları, 2016.

Işıksaçan, Tarık. *Etkili Motivasyon*. İstanbul: Olympia Yayınları, 2016.

İbn Cinnî, Ebû'l-eth Uşmân. *el-Haşâiş*. thk. Muhammed Ali en-Neccâr. Beyrût: Âlemu'l-Kutub, ts.

İbn Ebî Hâtîm. *Tefsîru'l-Kur'âni'l-'Azîm*. thk. Es'âd Muhammed et-Tayyib. Riyad: Mektebetu Nizâr Mustafa el-Bâz, 1997.

İbn Fâris, Ebû'l-Huseyn Ahmed. *Mu'cemu mekâyisi'l-luğa*. thk. 'Abdusselâm Muhammed Hârûn. Beyrût: Dâru'l-Fikr, 1979.

İbn Kesîr, Ebû'l-Fidâ' İmâdüddîn İsmâîl b. Şihâbiddîn Ömer b. Kesîr. *Tefsîru'l-Kur'âni'l-'Azîm*, thk. Mustafâ es-Seyyid Muhammed vd. 15 Cilt. Kahire: Mu'essesetu Kurtuba, Mektebetu'l-Evlâdi'sh-Şeyh li't-Turâs, 2000.

İbn Manzûr. *Lisânü'l-Arab*. thk. Abdullah Ali el-Kebîr Muhammed Ahmed Hasebullah Hâşim Muhammed eş-Şâzelî. Kahire: Dâru'l-Maarif, ts.

İsfahânî, Ebu'l Kasım Hüseyin b. Muhammed Ragıp. *el-Müfredat fî garîbü'l-Kur'ân*. thk. Muhammed Seyid Keylânî. Beyrût: Dâru'l-Ma'rife, ts.

Kara, Mustafa. "Kur'ân'da 'Adâlet Kavramı ve Güncel Değeri". *Ondokuz Mayıs Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi* (2013), 34/1, 137-172.

Kara, Osman. "Kur'ân'a Göre İnsan Şahsiyetine Etki Eden Faktörler". *Sakarya Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi*, 14/25 (2012), 1-24.

Karaman, Hayrettin vd. *Kur'an Yolu Türkçe Meâl ve Tefsir*. Ankara: DİB Yayınları, 2007.

Karayılan, Abdurrahman Hakan. *Tevhit Düşüncesi Ekseninde Kişisel Gelişim Kitapları*. İstanbul: Beyan Yayınları, 2015.

Kâşânî, Abdürrezzak. *Tasavvuf Sözlüğü*. çev. Ekrem Demirli. İstanbul: İz Yayıncılık, 2004.

Kayıklık, Hasan. *Tasavvuf Psikolojisi*. Ankara: Akçağ Yayınları, 2011.

Kimmel, Tim. *Güçlü Kişilikler*. İstanbul: Beyaz Yayınları, 1998.

Koca, Suat. "Ahlak Kavramı Üzerine Etimolojik ve Semantik Bir Araştırma". *Ankara Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi* 57/2 (2016), 121-135.

Koçak, Metin. *Olumlu Düşüncenin Gücü*. İstanbul: Etap Yayınları, 2016.

Koyuncu, Arzum. *Kur'an'ın Işığında Surelerin İniş Sırasına Göre Kişisel Gelişim Yorumları*. İstanbul: Cinus Yayınları, Mayıs 2018.

Kuşeyrî, Abdulkerîm. *Letâifu'l-işârât*. çev. Mehmet Yalar. İstanbul: İlk Harf Yayınevi, Temmuz 2013.

Kutub, Seyyid. *fî Zılâli'l-Kur'ân*. 6 Cilt. Beyrût: Dar'üş-Şûruk, 1982.

- Kutub, Seyyid. *Fîzılâl-il Kur'an: Kur'an'ın Gölgesinde*. çev. İ. Hakkı Şengüler vd. İstanbul: Beyan Yayınları, ts.
- Mâtürîdî, Ebû Mansûr Muhammed b. Muhammed es-Semerkindî. *Te'vîlâtü'l-Kur'ân*. thk. Ahmet Vanlıoğlu. 14 Cilt. İstanbul: Mizan Yayınevi, 2005-2010.
- Maxwell, John C. *Çevrenizdeki Lideri Geliştirmek*. çev. Selim Yeniçeri. İstanbul: Beyaz Yayınları, 1. Basım, Haziran 1999.
- Maxwell, John C. *Hayatınızda Fark Yaratmanın 10 Sırrı*. çev. Enver Ünsel. İstanbul: Nokta Yayıncılık, 1. Basım, Mayıs 2008.
- Maxwell, John C. *İçinizdeki Lideri Geliştirmek*. çev. Selim Yeniçeri. İstanbul: Beyaz Yayınları, 1. Basım, Aralık 1998.
- Maxwell, John C. *Liderlik Yasaları*. çev. İbrahim Şener. İstanbul: Beyaz Yayınları, 1. Basım, Eylül 1999.
- Mâverdî, Ebû'l-Hasen 'Alî b. Muḥammed el-Basrî. *en-Nuket ve'l-'Uyûn*. nşr. es-Seyyid b. 'Abdılmaḥsûd b. 'Abdirrahîm, 6. Cilt. Beyrût: Dâru'l-Kutubî'l-'İlmiyye ts.
- Mehmedoğlu, Ali Ulvi. *Dindarlarda ve Dindar Olmayanlarda Kişilik Üzerine Karşılaştırmalı Bir Araştırma (İstanbul Örneği)*. İstanbul: Marmara Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Doktora Tezi, 1999.
- Mevdûdî, Ebu'l Al'â. *Tefhimu'l-Kur'an*. çev. Muhammed Han Kayanî vd. İstanbul: İnsan Yayınları, 1996.
- Mukâtil, Ebû'l-Hasen b. Süleymân. *el-Eşbâh ve'n-nezâir fi'l-Kur'âni'l-Kerîm*. Kahire: el-Hey'etu'l-Mısriyyeti'l-Âmme li'l-Kitab, 1994.
- Mursî, Ebû'l-Hasen b. Sîde. *el-Muḥaṣṣaṣ*. thk. Ḥalîl İbrâhîm Ceffâl. Beyrût: Dâru İhyâi't-Turâşî'l-Arabî, 1996.
- Nesâî, Ebû Abdurrahman Ahmed b. Ali b. Şuayb. *Sünen-i Nesâî*. haz. Sâlih b. Abdülazîz. Arabistan: Dâru's-Selâm, 2000.
- Nesefî, Ebu'l-Berekât Ahmed b. Mahmûd. *Medâriku't-tenzîl ve hakâiku't-te'vîl*. thk. Yusuf Ali Budeyvî. Beyrût: Dâru'l-Kelimi't-Tayyib, 1998.
- Oral, Osman. *Mâtürîdî'nin Hikmet Anlayışı*. Kayseri: Erciyes Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Doktora Tezi, 2014.
- Öz, Ahmet. *Kur'an'ı Anlamada Bağlam*. İstanbul: Hikmet Yayınevi, 2016.
- Öz, Ahmet. *Kur'ân'ın Ana Konuları*. İstanbul: Ensar Neşriyat, 2021.
- Öz, Ahmet. *Kur'an'ın Önerdiği Vasat Ümmet*. İstanbul: Çıra Yayınları, 2. Basım, 2018.
- Özdemir, İlker. "Kişisel Gelişim Kitaplarının Eleştirel Bir Değerlendirmesi". *Ankara Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi* 1/2 (2010), 63-95.
- Özkan, Zülfikar. *Bilgeliğe Yöneliş Kişisel Gelişim Dinamikleri*. İstanbul: Hayat Yayıncılık 4. Basım, 2003.
- Peale, Norman Vincent. *Olumlu Yaşamın Gücü*. çev. Şahin Cüceloğlu. İstanbul: Sistem Yayıncılık, 4. Basım, Kasım 2000.

- Peck, M. Scott. *Az Seçilen Yol, Sevginin Geleneksel Değerlerin ve Ruhsal Tekâmülün Yeni Bir Psikolojisi*. İstanbul: Akaşa Yayınları, 2016.
- Peker, Hüseyin. *Allah'ın Boyası ile Boyanmak: Kur'an'da Kişisel Gelişim*. İstanbul: Timaş Yayınları, 2015.
- Peker, Hüseyin. *Din Psikolojisi*. İstanbul: Çamlıca Yayınları, 2016.
- Râzî, Fahreddin. *Mefâtîhu'l-gayb*. 32 Cilt. Beyrût: Dâru'l-Fikr, 1401/1981.
- Rûmî, Mevlânâ Celâleddin. *Mesnevî-i ma'nevî*. çev. Derya Örs - Hicabi Kırlangıç. İstanbul: Türkiye Yazma Eserler Kurumu Başkanlığı Yayınları, 2015.
- Sekman, Mümin. *Limit Sizsiniz*. İstanbul: Alfa Yayınları, 1. Basım, Mart 2008.
- Semerkandî, Ebu'l-Leys. *Tefsîru'l-Kur'an*. sad. Mehmet Karadeniz. İstanbul: Özgü Yayınları, Eylül 2008.
- Sezik, Nejat. *Kişisel Gelişim El Kitabı*. İstanbul: Hayat Yayıncılık, 4. Basım, Aralık 2003.
- Smiles, Samuel. *Başarmanın Gücü*. çev. Arzu Özdemir. İstanbul: Etap Yayınları, 2016.
- Smith, Hyrum W. *Hayatı ve Zamanı Yönetmenin 10 Doğal Yasası*. çev. Adalet Çelbiş. İstanbul: Sistem Yayıncılık, 1. Basım, Şubat 1998.
- Soykan, Çiğdem. "Öfke ve Öfke Yönetimi". *Kriz Dergisi* 11/2 (1 Haziran 2003), 19-27.
- Sürücü, İbrahim. "Kur'an'da Kişilik Eğitimi Üzerine". *Bitlis Eren Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 6/2 (Aralık 2017), 406-425.
- Süyûtî, Celâlüddîn Ebî Abdurrahmân. *ed-Dürri'l-mensûr fi't-tefsîr bi'l-me'sûr*. Beyrût: Dâru'l-Fikr, ts.
- Süyûtî, Celâlüddîn Ebî Abdurrahmân. *el-Câmiu's-sağîr fî ehâdîsi'l-beşîru'n-nezîr*. Kahire: Matbaatü'l-Hayriyye, ts.
- Şengül, Serkan - Acar, Osman Kürşat. "Türkiye'de Kişisel Gelişim Alanının Özgünlüğü: Kişisel Gelişim Kitaplarının İçerikleri ve Alanın Türk İslam Medeniyeti Bağlamında Değerlendirilmesi". *Bartın Üniversitesi İktisadi ve İdari Bilimler Fakültesi Dergisi* 12/24 (2021), 413-435.
- Şirin, Turgay. *Kişisel Gelişim Medeniyeti*. İstanbul: Armoni Yayıncılık, 1. Basım, 2005.
- Taberî, Ebû Ca'fer Muhammed b. Cerîr b. Yezîd el-Âmülî. *Câmi'u'l-beyân 'an te'vîli âyi'l-Kur'ân*. thk. 'Abdulmuhsîn et-Turkî. Kahire: Dâru Hecr, 2001.
- Tarhan, Nevzat. *Değerler Psikolojisi ve İnsan*. İstanbul: Timaş Yayınları, 14. Basım, 2019.
- Tirmizî, Ebû İsa Muhammed b. İsa b. Sevre es-Sülemî. *Sünen-i Tirmizî*. haz. Sâlih b. Abdülazîz. Arabistan: Dâru's-Selâm, 2000.
- Tokur, Behlül. *Kişisel Gelişim (NLP) – Din İlişkisi Üzerine Bir Araştırma*. Erzurum: Atatürk Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Yüksek Lisans Tezi, 2006.
- Topçu, Kemal. *Ayet ve Hadislerle Kişisel Gelişim*. İstanbul: Gülhane Yayınları, Eylül 2011.
- Uludağ, Süleyman. "Nefis". *TDV İslâm Ansiklopedisi*. 32/526-529. İstanbul: TDV Yayınları, 2010.
- Ünlü, Fatih. *Hedef Belirleme ve Stresle Baş Etme*. İstanbul: Etap Yayınları, 2016.

Ünver, Mustafa. "Kur'an'da Yaratma Konulu Bir Kavram: "Haleqa" ". *İslâmî Araştırmalar Dergisi* 15/4 (2002), 497-511.

Yazır, Elmalılı M. Hamdi. *Hak Dini Kur'an Dili Tefsiri*. sad. Lutfullah Cebeci vd. 10 Cilt. Ankara: Akçağ Yayınları, 5. Basım, 2015.

Yeğin vd., Abdullah. *Osmanlıca-Türkçe Ansiklopedik Büyük Lûgat (Eski ve Yeni Harflerle)*. İstanbul: Tükdav Yayınları, 1978.

Zebîdî, Ebü'l-Feyd el-Murtađâ. *Tâcu'l-'arûs min cevâhiri'l-kâmûs*. Beyrût: Dâru'l-Hidâye, ts.

Zemahşerî. *el-Keşşâf*. thk. Âdil Ahmed 'Abdulmevcûd vd. Riyad: Mektebetu'l-'Ubeykân, 1998.

Ziglar, Zig. *Zirveye Çıkan Basamaklar*. çev. Tayfur Keskin. İstanbul: Beyaz Yayınları, 1. Basım, Kasım 2000.