

## **Seyr ü Sülûk**

Lügatte “seyr” gezmek, “sülûk” yürümek ve gitmek anlamınadır. Tasavvuf ıstılâhında ise seyr, cehaletten ilme, kötü çirkin huylardan güzel ahlâka, kendi vücûdundan Hakk’ın vücûduna doğru hareket etmek demektir. Sülûk de tasavvuf yoluna girmiş kişiyi Hakk’a vuslata hazırlayan ahlâkî eğitimidir. Bir başka ifadeyle seyr ü sülûk, tasavvuf ve tarîkata giren kimsenin manevî makamlarını tamamlayıncaya kadar geçirdiği

safahâta verilen isimdir. Seyrin evveli sülûk, nihayeti vusûldur. (Yılmaz, 2010, 182).

Seyr ü sülûk tamamen psikolojik bir olaydır. Müridin tarîkat prensipleri çerçevesinde yapmış olduğu ibadet, dua, riyâzet, mücâhede, halvet, tefekkür neticesinde ruhun tedricî olarak saflaşması ve ilâhî hakikatleri kavramasına mani olan perdelerin kalkıp aslî berraklığını kazanması demektir. Bütünüyle ruhî bir hadise olduğu için, seyr ü sülûk anında yaşadığı halleri kelimelerle tam olarak anlatmak mümkün değildir. Bu yolculukta tedricî bir ruhî tekâmül söz konusudur. (Türer, 1995, s. 133).

#### *Seyr ü Sülûk'un Mertebeleri*

- i. Seyr ilâllah (Allah'a seyir): Nefsin arzularına yüz çevirip, kalben Allah'ın iradesine teslim olmaya yönelmektir. Amelî bakımdan kötü ve çirkin amellerden, iyi amellere yüz çevirmektir. Nihâyet kalpten "vahdet"i örten "kesret" perdelerini kaldırmaktır. Bu seyrin nihayetinde, kalp makamının sonu olan "ufuk-ı mübîn"e ulaşılmış, en yüce ilimler elde edilmiş, kötü ahlâklardan eser kalmayarak iyi ahlâklarla donanmış ve "fenâ fillah" makamına erişilmiş olur. Bu seyir sonunda sâlikte Allah'ın isimleri tecellî eder.
- ii. Seyir fillah (Allah'tan seyir): Hakk'ın sıfatları ile sıfatlanmak, isimlerini tahakkuk ettirmek ve ahlâkı ile ahlâklanmak, böylece ufuk-ı a'lâ'ya ulaşmaktır. Bu mertebeye ulaşan sâlikte beşerî sıfatlardan eser kalmaz. Bu mertebenin sonunda, ledünnî ilim inkişaf eder. Bu mertebeye "bekâ billah" mertebesi denir.
- iii. Seyr maallah (Allah'la seyir): Bu mertebede zâhir-bâtın, âbid-ma'bûd ikiliği ortadan kalkmış, sâlik ehadiyyet" mertebesine ulaşmıştır. Buna "kâbe kavseyni ev ednâ" makamı denir ki, velîlik mertebesinin sonudur. Bu makama ulaşan sâlikin nazarında her türlü zıtlıklar ortadan kalkmış "aynü'l-cem" hali hâsıl olmuştur.
- iv. Seyr anillah (Allah'tan seyir): Bu mertebede sâlik tekrardan tekrar kesrete doğru seyreder. Yani tâlibleri terbiye ve irşad maksadıyla Hak'tan halka döner. Bu mertebeye "bekâ ba'de'l-fenâ", "sahv ba'de'l-mahv" ve "fark ba'de'l-cem" gibi adlar verilir. Bu makama erişen sâlik, vahdeti kesrette, kesreti vahdette görür. Bu mertebeye mertebelerin en üstün olanıdır. (Aynî, 1341, 231-233).

Bu seyirlerden ilk ikisi ile velîlik makamına ulaşılır. Son ikisi ile de davet ve irşada ehliyet kazanılır ki, peygamberlere ve kâmil velîlere mahsustur.

Şu halde Hakk'a vâsıl olmak için, O'ndan başka her şeyden yüz çevirmek, sonra yalnız O'na yönelmek, yani kalbi ve fikri yalnız O'nunla meşgul etmek lazımdır. Ancak böylesine çetin bir yolculuğu sâlimen sona erdirebilmenin de bir takım şartları vardır. Bu şartların birincisi bir mürşid, bir rehber bulmaktır. Aksi halde yolu şaşırabilir. Bu yolculuğun ba-

şarı ile sürdürülebilmesi için ikinci şart, aşk-ı ilâhîdir. Çünkü aşk olmadan hiçbir maksada ulaşamaz. Bir diğer şart da “ihlâs” ve “ihsan”la bütünlüşmüş bir imandır. Bu demektir ki, sadece ilimle bu manevî yolculuk mümkün değildir. Bu iş “hal” işidir. Yani, bütün bu makamları ilmen bilse, fakat “yakîn” ilminden, hâlden ve zevkten yoksun olsa ona sâlik denmez. Onun durumu balın tatlı olduğunu öğrenmiş fakat hiç bal tatmamış olan kimseye benzer. (Türer, 1995, 135).

### *Nefis*

Nefs: Sözlükte “ruh, can, varlık, zât, insan, kişi, hevâ ve heves, bedenden kaynaklanan süflî arzular” gibi manalara gelir. Tasavvufta nefis denilince, şer ve günahın kaynağı olan, “kötü huy ve süflî arzuların tamamı” anlamına gelen ve kötülüğü emreden nefis anlaşılır. Kötülük sebebi olması bakımından şeytanın iş birlikçisi sayılan nefis, insanın içindeki mücadeleye edilmesi gereken bir unsurdur. Süfîler, manevî hayatı yaşamayı esas alırken önlerinde en büyük engel olarak şeytan ve nefsi, yani nefsin süflî ve aşağı arzularını, hevâ ve hevesini görmüşler, bazen nefisten “içimizdeki şeytan” diye söz etmişler ve dikkatlerini bunun üzerinde yoğunlaştırmışlardır. (Uludağ, 2006, 527).

Mutasavvıflara göre kötülük ve günah işlemeye hevesli olan nefis, ibadetten ve hayırlı işlerden ısrarla kaçır. Bu sebeple tasavvufî hayatta sürekli olarak nefse muhalefet etmek ve hiçbir şekilde onunla barışık olmamak esas alınmış, hayra ve kurtuluşa ermek için onu terbiye etmenin gereğine inanılmıştır. Süfîler, nefisle yapılan mücâdeleye “cihâd-ı ekber=büyük cihad” adını vermişlerdir. Bu sebepten tasavvuftaki manevî arınma, iki temel uygulamaya, yani nefis tezkiyesi ve kalp tasfiyesi’ne dayanır. Mutasavvıflara göre, nefsin mutlak anlamda yok edilmesi mümkün olmayıp, sadece terbiyesi mümkündür ve insandan son nefesine kadar ayrılmadığı için, her dem onunla mücadele devam etmektedir.

Mutasavvıflara göre insanda dört türlü nefis vardır:

1. Tabîî Nefis: Bu cismin parçacıklarını muhafaza edip birbirinden ayrılmasına engel olan kuvvettir.
2. Nebatî Nefis: Bu insanın büyümesine ve üremesine sebep olan kuvvettir. İnsanın fizyolojik yönünün devamı için bedeninde ortaya çıkan gıda almak, çiğnemek, hazmetmek, sindirmek gibi faaliyetler bu kuvvet sayesinde olur. Merkezi karaciğerdir.
3. Hayvanî Nefis: İnsanın hareket ve his faaliyetlerini sağlayan kuvvettir. Bundan dolayı insanın iç ve dış duyularının hepsi, bu kuvvetin âleti ve hizmetçisidir. Merkezi akciğerdir.
4. İnsanî Nefis veya Nefs-i Nâtika: Bu aslında ruh’tur. Bu da kendi zatında maddeden mücerret bir cevherdir. Allah’ın emrinden ibarettir. İnsan bedeninin asıl sultanı budur. Ancak bedenün cüzellerindeki tasarruf ve saltanatını hayvanî nefis vasıtasıyla icra eder. Merkezi kalptir.

Burada en yoğun ilişki hayvanî nefisle, Nefs-i Nâtika denilen insanî nefis arasında sürekli bir ilişki, etkileşim vardır. Ancak son derece latîf ve hafif olan Nefs-i Nâtika'yı hayvanî nefsin tasallutundan kurtaramazsak, onun hükmü altında bırakırsak insanlık pâyesine yükselemeyiz. Bu da tasavvufdaki nefis tezkiyesi dediğimiz usulle gerçekleşir.

### *Nefsin Mertebeleri*

Seyr ü sülûk esnasında sâlik'in nefsinde meydana gelen değişimler göz önüne alınarak, nefisle ilgili mükemmele doğru giden bir derecelendirme yapılır. Buna tasavvuf literatüründe "etvâr-ı seb'a=yedi mertebe" denir. Her bir mertebede sâlik'in manevî ve psikolojik durumu, sahip olduğu özellikler farklı farklıdır. Bu mertebelerden her biri, Kur'ân-ı Kerîm'deki bir âyetten mülhem olarak isimlendirilmiştir ve bu mertebeler şunlardır:

1. Nefs-i Emmâre: Nefsin ilk mertebesi olan nefis-i emmâre Kur'ân-ı Kerîm'de; "Muhakkak ki nefis, daimâ kötülüğü emredicidir..." (Yusuf Sûresi, 53) biçiminde geçmektedir, bu âyette bu mertebeye işâret vardır. Bedenin doğal isteklerine meyleden bu nefis, dünyevî lezzetleri ve hissî şehvetleri emredip, kalbi alçak, aşağı yöne doğru çeker. Bütün şerrin barınağı ve kötü huyların kaynağı durumundaki bu tür nefis, kötülüklerle karşı koymayı terk ederek şehvî isteklere ve şeytanın çağrılarına kulak verip itaat eder. Hayvanî lezzetlere düşkünlük ve Allah'ın buyruk ve yasaklarına bağlı kalmama açısından şehevanî tabiatın gerektirdiği şeyleri yapması sebebiyle "nefs-i emmâre=kötülüğü emredici" vasfını alır. Kibir, riyâ, hırs, aç gözlülük, kin, cahillik, cimrilik gibi tüm gazap ve şehvetten doğan tüm çirkin sıfatlar bu nefsin özelliklerindedir.
2. Nefs-i Levvâme: Kur'ân-ı Kerîm'de; "Hayır, daima kendini kınayan nefse yemin ederim" (Kıyâme Suresi, 2) şeklinde geçen nefis-i levvâme, hevâ, heves, kendini beğenme, hile, kahır gibi kötü huyları kınayan nefistir. Her ne zaman bu nefisten bir kötülük ortaya çıksa, yapısı gereği o kendini kınamaya başlar. Bu mertebede sâlikin ruhunda kötülüklerden iyiliklere dönüş arzusu doğar.
3. Nefs-i Mülheme: Nefsin tavırlarından üçüncüsü olan nefis-i mülheme ile ilgili Kur'ân'da; "Ona (nefse) bozukluğunu ve korunmasını (isyânını ve itaatını) ilham edene andolsun" (Şems Sûresi, 8) âyeti geçmektedir. Nefs-i mülheme makamı, iyi ahlâklarla ahlâklanmak sureti ile basîretin açılması, açılan bu basîretle Hakk'ın görülmesi, batinî kulağın da açılarak Rabbânî ilhamların işitilmesi makamıdır. Nefs-i mülheme sahibi sâlikler, Allah'tan gelen ilhamlarla nasiplenerek kalpleri aydınlanır. Yine sâlik bu makamda devam ettiği zikir ve ibadetten tam zevk almaya ve kalbinde ilahî aşk ateşi yanmaya başlar. Bu mertebede olmanın

alâmetleri faydalı ilim, tevazû, tevbe, sabır, şükür, cömertlik, kanaat ve tahammüldür.

4. Nefs-i Mutmainne: Nefsin dördüncü tavrı olan nefis-i mutmainne, Kur'ân-ı Kerîm'de; "Ey huzûra eren nefis!" (Fecir Suresi, 27) biçiminde geçmektedir. Nefs-i mutmainne, kalbin nûruyla nurlanması tamamlanan ve bunun neticesinde kötü özelliklerden uzaklaşarak, güzel ahlâkla donanan nefistir. Bu tür nefse bu ad, Hak'ta sükûna ererek onunla huzura kavuşması dolayısıyla verilmiştir. Bu durum, kötü fiiller ve kötü hatırlarla ilgiyi tamamen kestiği zaman gerçekleşir. Bu mertebede sâlikin kalbinde ilahî aşk yerleşmiş, dünyayı ve masivâyı kalbinden çıkarmış, her şeyde Hakk'ın tecellîlerini görmüş olur. Bu yüzden kalbi itmi'nân içerisinde ve huzurla dolmuş olur. Allah'ın dışında hiçbir şey değer vermediği için son derece cömerttir.
5. Nefs-i Râziye: Seyr ü sülûkun beşinci aşamasını oluşturan nefis-i râziye ile ilgili olarak Kur'ân'da; "Razı olmuş ve kendinden razı olunmuş olarak Rabbine dön!" (Fecir Sûresi, 28) âyet-i kerîmesi geçer. Nefs-i râziye, Allah'ın celâlî ve cemâlî tecellîlerini gönül hoşluğu ile karşılayan ve kaderden şikayeti bulunmayan nefistir. Allah'ın ahlâkı ile ahlâklanmış evliyâ'nın sıfatı olan nefis-i râziyeye, varlıkların tamamından geçmeden ulaşamaz. Manâ âleminde bütün varlıkları yok olmuş gören nefis-i râziye sahibi sâlikin tek yöneldiği varlık Allah, tek istediği de onun rızasına ermektir. Bundan dolayı bu mertebedeki sâlik, kendinde zuhûr eden keşf ve kerâmetin hepsinden geçerek her gördüğü şeyde Cenâb-ı Hak'ın tecellîlerini müşâhede eder.
6. Nefs-i Mardıyye: Nefsin mertebelerinden altıncısı olan bu mertebeye ile ilgili olarak da Kur'ân-ı Kerîm'de nefis-i râziye ile ilgili aynı âyet delil gösterilir. Bu makamdaki sâlik Hakk'a söyler, Hakk'tan işittir, her şeyde Hakk'ı müşâhede eder. Bu mertebede sâlik Allah'tan razı olduğu için Allah'ta ondan razıdır. Bu mertebede sâlik Allah'tan başka her şeyi terk eder, mahlukâta lütufla muamele eder, O'nun taksîmâtına rıza gösterir. Bu makama ulaşan kâmil zât, eşyanın hakikat ve sırlarına vâkif olur.
7. Nefs-i Kâmile: Seyr ü sülûkun son aşamasını oluşturan ve Kur'ân'da; "Nefsini temizleyen kurtuluşa ermiştir" (Şems Suresi, 9) âyetiyle işâret edilen nefis-i kâmile, tam olgunluğa eren nefis olup, nefis-i sâfiye ismiyle de adlandırılmaktadır. Artık bu mertebede sâlik en yüce makama ulaşmış, "kâmil" sıfatını kazanmıştır. Bütün güzel sıfatları kendinde toplamış, âdetâ cisimleşmiş bir melek haline gelmiştir. Bu makamdaki kimsenin hareket ve davranışları hasenât ve ibadetten ibarettir. Sözleri hikmettir. Yüzündeki nur, bakanlara huzur ve ferahlık bahşeder. Bütün bu özellikleriyle, "mürşid-i kâmil" sıfatıyla insanları irşad etme yetkisini ele almıştır. (Ögke, 2001, 183-198).