

Moral, Allah'la İrtibatın Bir Unvanıdır!

Merhaba Dr. Deva! Bendeniz otuz beş yaşında, iki çocuk annesi, üniversite mezunu, kariyerli bir kadını. Ne yazık ki yaşadığım olumsuzluklar beni çok etkiliyor. Moralim çabucak bozulabiliyor ve sürekli depresyon hâlinde yaşıyorum. Tavsiyelerinize ihtiyacım var! Rumuz: Moralsizim

Gelin isterseniz yazımıza öncelikle değişmeyen bir kuralla başlayalım:

Moral, Allah'la irtibatın bir unvanıdır!

Bediüzzaman Hazretleri;

“Hayatımın bana bakması bir ise, Allah'a bakması yüzdür, bana ait neticesi bir ise beni yaratana ait bindir, sana hayatı veren Hayy-ı Kayyûma göre hayata bak.” buyurur. (Lem'alar, Yirmi Altıncı Lem'a)

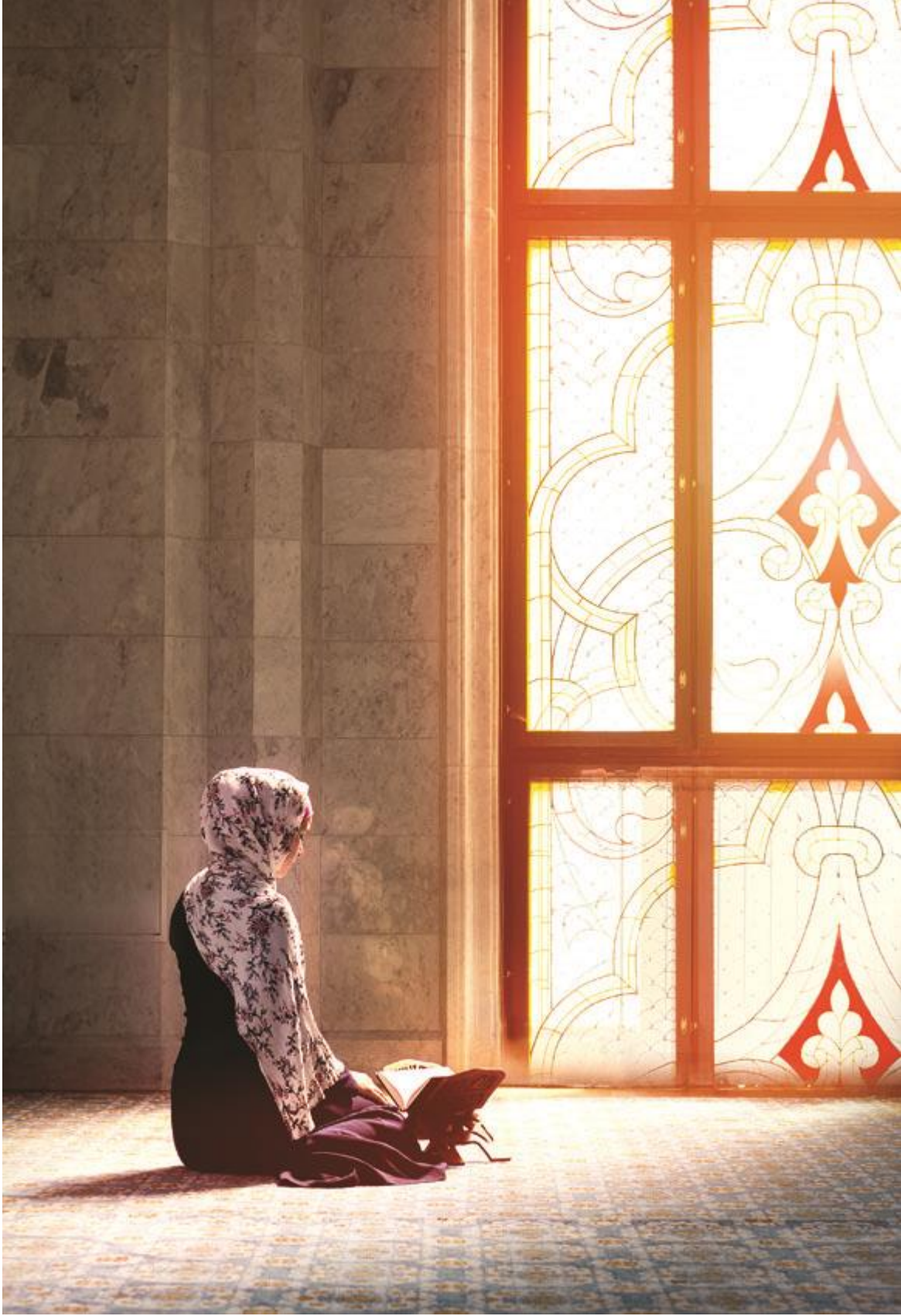
Hayat iksirinin Allah'a bakması; Allah'ın isimlerinden Muhyî (yaşatan, diriltten) isminin insanda tecellisidir. Esas olan hayatı onun koyduğu kurallara göre yaşamak olmalıdır. Bu yaşama şeklinden uzaklaşıp kendimize dönmek, bir bakıma, şahsi düşünmenin; yani egosantrik olmanın startını vermek demektir.

Şahsi ve Anlık Değerlendirmeler

Bizler zayıf insanlarız; moralimiz de mutluluğumuz da şahsi işlerimize, meşguliyetlerimize bağlı. Sizi tenzih ederim ama ne yazık ki benim de moralimin kaynağı çoğu zaman Allah'la irtibatım değil. Moralimiz ekseriyetle şahsi işlerimize endeksli olduğundan, meşguliyetlerimizde yahut şahsi hayatımızda yaşadığımız bir takım problemler, moralimizin çarçabuk bozulmasına o da depresyonlara ve sıkıntılara sebep oluyor. Çevremizden duyduğumuz depresyon ve ruh sıkıntılarının sebebi, genellikle meseleleri sadece şahsi ve anlık değerlendirmelerden kaynaklanıyor. Sanki başımıza gelenler sonsuza kadar devam edecekmiş ve bu sıkıntılardan asla kurtulamayacakmışız gibi hissediyoruz. Aslında pek çoğumuz itibariyle bunun tam olarak böyle olmadığını biliyoruz. Olup bitenlere, tarihin tekerrür kabiliyetini hesaba katarak; basiret ve feraset gözlüklerini takarak bütüncül bir nazarla bakabilirsek cereyan eden hadiselerin arkasındaki hikmetleri az da olsa sezebiliriz.

Sınırlara Dikkat

İnsanız; inişlerimiz çıkışlarımız olabilir. Daha önce anlatmaya çalıştığım gibi önemli olan hastalık sınırlarına vardırmdan, duygu değışikliklerini olması gereken sınırlarda tutabilmektir. Duygu değışiklikleri maksimum ve minimum sınırları aşarsa kesinlikle psikiyatrik destek alınmalıdır.



Moralimizin düzgün olabilmesinin en önemli saiklerinden biri sebeplere riayette bir noksanlık göstermememizdir. Yani yaşadığımız herhangi bir olumsuz hadisenin çözümü için izlenmesi gereken yolların hepsine müracaat edilmeli ve sebepler açısından bir noksan bırakılmamalıdır.

Moralimizi Nasıl Düzelteceğiz?

Öncelikle Üstad Bediüzzaman'ın buyurduğu iki değişmez kuralı hayatımıza hayat yapmalıyız:

Birinci Kural: *“Onu tanıyan ve itaat eden, zindanda dahi olsa bahtiyardır. Onu unutan, saraylarda da olsa zindandadır, bedbahttır.”*

İkinci Kural: *“Güzel gören güzel düşünür. Güzel düşünen, hayatından lezzet alır.”*

Dikkat edilirse bu iki güzel nasihat, iman ve düşünce çevresinde örgülenmiştir. Altın değerindeki bu iki kural çok iyi anlaşılmalı ve hayat, iman ve tefekkür ufkuna göre dizayn edilmelidir. Bütün şubeleri ile tastamam bir iman, düşünce ufkunu da tastamam şekillendirecektir. O zaman kişi Erzurumlu İbrahim Hakkı Hazretleri gibi her şeyi Allah'tan bilip “Mevla görelim neyler, neylerse güzel eyler” diyebilecek tam da olması gerektiği gibi her şeye Allah'ı vekil edebilecektir.

Sebeplere Riayet Etmeli

Moralimizin düzgün olabilmesinin en önemli saiklerinden bir diğeri de sebeplere riayette noksanlık göstermemektir. Yani yaşadığımız herhangi bir negatif hadisenin çözümünde izlenmesi gereken yolların hepsine müracaat edilmeli ve sebepler dünyasında bir eksiğimiz olmamalıdır. Bu manada “Bana düşeni yaptım.” demeliyiz ki kafa olarak rahat olalım. Sebeplere riayet etmez isek Allah'ın kâinatta koyduğu kanunlara da müracaat etmemiş oluruz ki bu da dünyada en nazik tabiriyle “başarısızlık” demektir. Başarı, adetullaha uygun hareket etmekle elde edilir. Eğer adetullaha uygun hareket edilmezse hemen her zaman bunun cezasını çekmek kaçınılmaz olacaktır.

Moralin en önemli kaynaklarından birisi de amellerde eksiklik olmamasıdır. Bunlardan en önemlisi de namazdır. Namaz en önemli moral kaynağı ve dünyalık onca iş arasında adeta bir nefes almadır. Namaz da Allah ile irtibatın bir başka önemli unvanıdır.

Allah ile irtibatınızı kavi tutup, sebeplere riayet ederek moralinizi yükselttiğiniz güzel günlerde yeniden görüşmek temennisiyle “moralsizim” kardeşim. Sağlıcakla kalınız!