



International
JOURNAL OF SOCIAL, HUMANITIES
AND ADMINISTRATIVE SCIENCES



Open Access Refereed E-Journal & Refereed & Indexed
JOSHASjournal (ISSN:2630-6417)

Architecture, Culture, Economics and Administration, Educational Sciences, Engineering, Fine Arts, History, Language, Literature, Pedagogy, Psychology, Religion, Sociology, Tourism and Tourism Management & Other Disciplines in Social Sciences

Vol:5, Issue:21

2019

pp.1257-1268

journalofsocial.com

ssssjournal@gmail.com

HADİSLERDE ÖFKE KONTROLÜ VE ÖFKE KONTROLÜNÜN TRAFİK AHLAKINA ETKİSİ¹

ANGER MANAGEMENT IN HADITHS AND EFFECT OF THE ANGER MANAGEMENT IN TRAFFIC ETHICS

Doç. Dr. Recep ASLAN

Gaziantep Üniversitesi, İlahiyat Fakültesi, Temel İslam Bilimleri Bölümü, Hadis Anabilim Dalı, Gaziantep/Türkiye
ORCID: 0000-0002-7541-0405



Article Arrival Date : 18.11.2019

Article Published Date : 27.12.2019

Article Type : Research Article

Doi Number : <http://dx.doi.org/10.31589/JOSHAS.214>

Reference : Aslan, R. (2019). "Hadislerde Öfke Kontrolü Ve Öfke Kontrolünün Trafik Ahlakına Etkisi", Journal Of Social, Humanities and Administrative Sciences, 5(21): 1257-1268

ÖZET

Ülkemizde trafik kazalarının sebepleri arasında büyük bir oranla sürücü hataları ilk sırada yer almaktadır. Meydana gelen kazalarda aşırı hız yapma, yorgunluk, uykusuzluk ve alkollü araç kullanımı, öfke ve sabırsızlık, kuralları ihmal ve benzeri hatalar belirleyici rol oynamaktadır.

Biz bu çalışmada trafik kazalarına yol açan hatalar arasında olan öfke olgusunu Hz. Peygamber'in sözleri çerçevesinde değerlendireceğiz. Bilindiği üzere öfke duygusu, insanda doğuştan var olan ve hemen hemen herkesin yaşadığı temel hislerden biridir. Bu his, kontrol edilmediğinde kişilerin bireysel ve toplumsal yaşantısında, ruh ve beden sağlığında olumsuz bir takım sonuçlara yol açabilmekte, kişinin kendisiyle ve çevresindeki insanlarla uyumunu zedeleyebilmektedir. Öfke halinde kendini kaybetmemek, nefsini dizginlemek gerçekten büyük bir gayret gerektirir. Özellikle trafikte, kişinin öfkesine hâkim olması seyir halinde karşı taraftaki sürücü hatalarından kaynaklanan kusurlardan dolayı daha da zor hale gelmektedir. Bu sebeple makalede Hz. Peygamber'in öfkeyi kontrol etmek için yaptığı tavsiyeleri ve bu tavsiyelerin trafik ahlakına etkisini inceleyeceğiz.

Anahtar Kavramlar: Hz. Peygamber, Hadis, Öfke Kontrolü, Trafik Ahlakı

ABSTRACT

Among the reasons for traffic accidents drivers' mistake takes first place on a large scale for our country. Speeding, fatigue, insomnia, driving alcoholic, anger and impatience, neglecting rules and similar errors play a decisive role in accidents.

In this article, we will consider anger that leads to traffic accidents in the context of the prophet's words. As it is known anger is inherent in people and is one of the core feelings that almost everyone has. This feeling, when is not controlled, can lead to some negative results in spiritual and physical health, and can harm the harmony of a person with himself and people around him in individual and social life. Not losing himself/herself when angry, require a great effort to curb the soul. Especially in traffic, person to control the anger during cruising due to defects caused by driver error on the opposite side is becoming more difficult. For this reason, this article will examine Prophet's advice to control his/her temper and the impact of these recommendations on traffic ethics.

Key Words: Prophet, Hadith, Anger Management, Traffic Ethics

¹ Bu makale 07-09 Nisan 2016 tarihinde Malatya'da düzenlenen Din ve Trafik Sempozyumu'nda sunulan bildiriden üretilmiştir.

1. GİRİŞ

1.1. Öfke Nedir?

Sözlükte “kızmak, öfkelenmek; kızgınlık, öfke duygusu” anlamına gelen öfke/gazap genellikle rızâ ve hilm kavramlarının karşıtı olarak kullanılmaktadır. Bir ahlâk kavramı olarak ise acı veren kötü bir davranışın kişinin ruhunda uyandırdığı kızgınlık, intikam alma duygusu ve cezalandırma isteği anlamında kullanılmaktadır.² Öfke, doyurulmamış isteklere, istenmeyen sonuçlara ve karşılanmayan beklentilere verilen, son derece doğal, evrensel ve duygusal bir tepkidir.³ İnsanoğlunda öfkenin yaratılmasının sebebi, onu kendine silah edinin kendisine zarar veren şeylerden korunmaktır.⁴

1.2. Kur’an-ı Kerim’de Öfke Anlamını Taşıyan Kavramlar

Öfke kelimesinin Arapça karşılığı “gazap”tır. Kur’an-ı Kerim’de “gazap” ile “gayz” kelimesi öfke anlamında kullanılmakla birlikte, öfkenin çeşidi ve şiddetine göre “suht, esef ve hidde” kelimeleri de Kur’an-ı Kerim’de geçmektedir.⁵ Gazap, kızılana zarar verme iradesi ve intikam alma hissi ile tesirini yüze yansıtan şiddetli öfke olarak tarif edilmektedir.⁶ Gazap kelimesi insanlar için kullanıldığında, kişiye karşı işlenen bir suç veya haksızlık karşısında kalbinde hissettiği bir duygu olarak, Allah için kullanıldığında ise yaratılmışların Allah’ı inkâr ve O’na isyan etmeleri neticesi ortaya çıkan his olarak ifade edilmiştir.⁷ Gazap kelimesi Kur’an-ı Kerim’de genellikle Allah’ın gazabı şeklinde kullanılmakta ve bu gazabın kimlere yöneldiği ve hangi davranışlar sonucu gerçekleşeceği anlatılmaktadır. Dinden dönme (en-Nahl 16/106), Allah’ın nimetini beğenmeme (el-Bakara 1/61), kasten bir mümini öldürme (en-Nisâ 4/93), savaştan kaçma (el-Enfâl 8/16), Allah’ın emrini dinlemeyip O’ndan başkasına tapma (el-A’râf 7/71) gibi eylemlerin Allah’ın öfkesine sebep olduğu görülmektedir.

Gazap kelimesi Kur’an-ı Kerim’de Allah için kullanıldığı yerlerin dışında Hz. Yunus’un öfkeli bir durumda kavminden uzaklaşmasını anlatan âyette (el-Enbiyâ 21/87) ve iki yerde Hz. Musa’nın Tur-i Sina’da bulunduğu esnada buzağıya tapmaya başlayan kavmine üzüntülü ve öfkeli bir şekilde karşı gelmesini ifade ederken (el-A’râf 7/150, Tâhâ 20/86) kullanılmaktadır. Bu âyetlerin dışında Kur’an-ı Kerim’de gazap kelimesi, eş-Şûrâ sûresinde müminlerin üstün vasıfları sayılırken öfkelenmelerinde gösterdikleri davranış tarzını açıklamada kullanılır. Bu âyette, müminlerin üstün vasıfları sayılırken kızdıkları zaman bile kusurları bağışladıklarından övgüyle söz edilir. (eş-Şûrâ 42/37).

Gazaba yakın anlam ifade eden gayz kelimesi de öfkeden daha büyük sırf kalpte ve kızgınlık şeklinde cereyan eden bir duyguyu ifade eder. Gayz, hoşlanmadık bir şeye ani öfkelenmedir. Gazap, Allah’a isnat edilen bir duygu olduğu halde gayz, yalnızca kullara isnat edilen bir duygudur.⁸ Kalbin kanının yanaklara hücum etmesi veya başına sıçraması sonucu insanın yaşadığı hararet olarak tarif edilir.⁹ Kur’an’da, hadislerde ve diğer İslâmî kaynaklarda *gazap* ve *sahat* hem Allah’a hem de insanlara, *gayz* ise sadece insanlara nispet edilmiş, ayrıca ılımlı bir gazap duygusu fazilet sayılırken gayz daima yerilmiştir.¹⁰ “Gayz” kelimesi Kur’an-ı Kerim’de kâfirlerin öfkesi (et-Tevbe 9/120, el-Hacc 22/15, el-Ahzâb 33/25), münafıkların müminlere karşı kını (Âl-i İmrân 3/119), müminlerin kontrol etmesi gereken öfke (Âl-i İmrân 3/134) ve cehennemün öfkesi (el-Mülk 67/8, el-Furkân 25/12) şeklinde yer almaktadır.

²Komisyon, Dinî Kavramlar Sözlüğü (Ankara: DİB Yayınları, 2010), 201; Mustafa Çağrırcı, “Gazap”, Türkiye Diyanet Vakfı İslâm Ansiklopedisi (İstanbul: TDV Yayınları, 1996), 13: 436.

³Çiğdem Soykan, “Öfke ve Öfke Yönetimi”, Kriz Dergisi 11/2: 20.

⁴Ebü Hâmid Muhammed b. Muhammed el-Gazzâlî, Kimyâ-yı Saâdet, çev. Ali Arslan (İstanbul: Yeni Şafak, 2004), 2: 544.

⁵Ayşe Nur Özkan, Dini Motiflerin Öfke Kontrolü Üzerindeki Etkisi (Yüksek Lisans Tezi, Marmara Üniversitesi, 2008), 36. Ayrıca bkz. Necmi Karşlı, Öfke Kontrolü ve Dindarlık İlişkisi (Erzurum Örneği) (Doktora Tezi Atatürk Üniversitesi, 2011), 97.

⁶Râgıb İsfahânî, Müfredâtü Elfâzi’l-Kur’an, thk. Sefvan Adnan Davudî (Dımaşk: Dâru’l-Kalem, 2002), 608; Karşlı, Öfke Kontrolü ve Dindarlık İlişkisi (Erzurum Örneği), 97.

⁷Ebü’l-Fazl Cemâlüddîn Muhammed b. Mükerrrem İbn Manzûr, Lisânu’l-Arab (Beyrut: Dâru’s-Sadr, ts.), 1: 649; Karşlı, Öfke Kontrolü ve Dindarlık İlişkisi (Erzurum Örneği), 98.

⁸Mehmet Yaşar Soyalan, Elmalılı Tefsirinde Kur’ânî Terimler ve Deyimler (İstanbul: Ağaç Yayınları, 2003), 130.

⁹İsfahânî, Müfredâtü Elfâzi’l-Kur’an, 619.

¹⁰Çağrırcı, “Gazap”, 13: 436.

Razı olmamayı ifade eden *suht* kelimesi cezalandırmayı gerektirecek tarzda, şiddetli bir şekilde öfkelenmek, kızmak manasına gelmektedir.¹¹ Bu kelime aynı zamanda yüz çevirmeyi ve ilgi göstermemeyi de ifade eder. Kur'an-ı Kerim'de 4 yerde geçer. Üç âyette Allah'ın öfkесinden (Âl-i İmrân 3/162, el-Mâide 5/80, Muhammed 47/28) söz edilmekte, bir âyette (et-Tevbe 9/58) de kendilerine sadaka verilmeyen kişilerin öfkесini anlatmak için kullanılmaktadır.

Esef kelimesi hem hüzünlenme, kederlenme, tasalanma hem de öfkelenme anlamına gelir. Yerine göre her iki anlamda bazen aynı, bazen de ayrı olarak kullanılır. Gerçekte esef, damarlardaki kanın intikam arzusuyla yüzde belirmesi, yüze sıçramasıdır. Esef, nefsin hoşlanmadığı kötü ve çirkin bir şey karşısında takındığı tavidir ki, bu durum üstlerinden gelirse öfke ve kızgınlık, astlarından gelirse hüzün sebebi olur.¹² Kur'an-ı Kerim'de esef kelimesi, Allah'a isnat edildiğinde gazap (ez-Zuhruf 43/55), kullara isnat edildiğinde hüzün anlamını ifade eder. (el-Kehf 18/6, Tâhâ 20/86).

Arapçadan dilimize geçmiş olan *hiddet* kelimesi, mücadele etme, karşı gelme, öfkelenme, düşman olma anlamlarına gelmektedir.¹³ Kelime Kur'an-ı Kerim'de Allah ve Resul'üne karşı gelen ve onlara düşmanlık eden kişileri anlatırken kullanılmaktadır. (et-Tevbe 9/63, el-Mücadele 58/5, 20).

Kur'an-ı Kerim müminlere ağır başlı, sabırlı ve yerine göre hareket eden bireyler olmalarını emrederken, cahillerin cahiliye hamiyetiyle davrandıklarını, öfke ve gazaba kapıldıklarını belirtir. Yersiz öfke ve gazap, nefse ve hevaya uymanın sonucudur. Kur'an nefislerine yenilen, öfkelerine kapılan, hareketlerinde daimi aceleci davranan, ifrat ve tefritten kurtulamayıp, orta yolu benimsemeyen kişilerin, bu türden hareketlerini cahili hamiyetler olarak görmektedir.

Kur'an'da eş-Şûrâ suresi 37. âyette: "O iman edenler, büyük günahlardan ve hayâsızlıktan kaçınırlar. Onlar öfkelendikleri zaman da kusurları bağışlarlar" buyrulmaktadır. Bu âyette kişinin tabiatında öfke duygusu olduğu için müminlerin de öfkelenebilecekleri belirtilmekte, âyetin devamında ise sadece dini değerleri içselleştirmiş, inançlarında samimi olan müminlerin, öfke anında intikam almak yerine bağışlayıcılık yolunu tuttukları veya tutmaları gerektiği ifade edilmektedir. Kur'an-ı Kerim'de Hz. Peygamber'in şahsında bütün inananlara, "(Resûlüm!) Sen af yolunu tut, iyiliği emret ve cahillerden yüz çevir" (el-A'râf 7/199) buyrulmaktadır. Yine başka bir âyette ise: "Kim affeder, barışırsa onun mükâfatı Allah'a aittir. Doğrusu O, zalimleri sevmez" (eş-Şûrâ 42/40) buyrulmaktadır kaba ve çirkin hareketlerde bulunanlara, kusur işleyenlere karşı hoşgörü ve af ile davranılması tavsiye edilmektedir.

Başka bir âyette, "Onlar, bollukta ve darlıkta Allah için harcarlar, öfkelerini yutarlar, insanları affederler..." (Âl-i İmrân 3/134) buyrulmaktadır. Âyette öfkeye karşı takınılması gereken tutumu ifade etmek için kullanılan *كظم* "kezm" kelimesi, dolu bir kırbanın ağzını bağlama anlamına gelir ki, burada öfkесini yutup tutmak, zarar gördüğü kimselere karşı gücü olduğu halde oç almaya yeltenmemek ve hatta hoş olmayan bir tavır göstermeyip tahammül etmek ve sabretmek manasında kullanılmıştır.¹⁴

Psikoloji literatüründe sabrın özellikle nefret, öfke ve düşmanlık gibi üzücü bütün hisler için genel bir panzehir içeren özel bir uygulama olduğu müşahede edilmektedir. Öfke anında sabırlı olmak, kişiye akli etkin bir biçimde kullanma ve ayırım yapabilme imkânı sağlamaktadır.¹⁵

1.3. Hadislerde Öfke ve Öfke Kontrolü

Kur'an-ı Kerim'den sonra ikinci temel kaynak olan hadisler Müslümanlar için dinin anlaşılması ve yaşanması açısından çok büyük öneme sahiptir. Hz. Peygamber insanlığın kurtuluşu için gönderilmiş bir peygamberdir. Çağımızda insanlığın içinde bulunduğu şiddet, öfke ve kaos ortamında Hz. Peygamber'in örneğine hayatın her aşamasında daha fazla ihtiyacımız vardır. Kur'an'da "büyük

¹¹İsfahâni, Müfredâtu Elfâzi'l-Kur'an, 402; Özkan, Dini Motiflerin Öfke Kontrolü Üzerindeki Etkisi, 38.

¹²İsfahâni, Müfredâtu Elfâzi'l-Kur'an, 75.

¹³İsfahâni, Müfredâtu Elfâzi'l-Kur'an, 75.

¹⁴Elmalılı Muhammed Hamdi Yazır, Hak Dini Kur'an Dili (İstanbul: Emir Yayınevi, 2000), 2: 409; Abdülcelil Bilgin, Kur'an'ın Sözcükleri (Ankara: Araştırma Yayınları, 2011), 35.

¹⁵Karsh, Öfke Kontrolü ve Dindarlık İlişkisi (Erzurum Örneği), 101.

bir ahlak üzere” (el-Kalem 68/4) olduğu bildirilen Hz. Peygamber, yine Kur’an-ı Kerim’in ifadesiyle “âlemlere rahmet olarak” (el-Enbiyâ 21/107) gönderilmiş ve insanlığa, örnek alacağı ilkeler koymuştur.

Hz. Peygamber, İslâm dinini tebliğde ve beşerî münasebetlerinde Kur’an’dan ilham alarak insanlara her zaman hoşgörüle yaklaşmış ve onlara yumuşak davranarak gönüllerini fethetmiştir. “Eğer kaba, katı yürekli olsaydın, çevrenden dağılır, giderlerdi.” (Âl-i İmrân 3/159) âyetinde buyrulduğu gibi O, insanlara merhametli davranmış, onları korkutacak ve nefret ettirecek hal ve hareketlerden kaçınmıştır.¹⁶ İnsanlarla iletişimde saygı ve sevgi ilkesine bağlı kalan Hz. Peygamber, söz ve davranışlarında aşırılığa kaçmadan orta yolu takip etmiş ve insanlara değer vermiştir.

Hz. Peygamber’in duygular içinde önemli bir yeri olan öfke ile ilgili tavsiyeleri, “öfke anında yapılması gerekenler” ve “öfke kontrolü ile ilgili ifadeler” şeklinde rivâyetlerde geçmektedir.

Öfke kavramı hadislerde hem Allah’a hem de Hz. Peygamber’e ve diğer insanlara nispet edilerek kullanılmıştır. Bir kudsi hadise göre Allah, “Rahmetim gazabımı geçmiştir (kuşatmıştır)” buyurur.¹⁷ Rivâyetlerde Hz. Peygamber’in -tutum ve davranışlarında aşırılığa yol açmasa da- özellikle dinî, ahlâkî ve toplumsal konulardaki yanlışlık ve haksızlıklar karşısında zaman zaman öfkelenildiği ve bu durumun yüzünün kızarması gibi fizyolojik belirtilerden anlaşıldığı ifade edilir.¹⁸

Bazı rivâyetlerde öfke duygusunun yok edilmesinden ziyade bu hissin tesiriyle yanlış hüküm veya karar verilmesinden kaçınılması gerektiği üzerinde durulur. Abdullah b. Mes’ûd’un (r.a.) anlattığına göre, Hz. Peygamber bir gün: “Siz aranızda kimi pehlivan sayarsınız? diye sordu. Ashâb: “Erkeklerin yenmeye muvaffak olamadığı kimseyi” dediler. Bunun üzerine Hz. Peygamber: “Hayır, gerçek pehlivan öfkelenildiği zaman nefesine hâkim olabilen kimsedir” buyurdu.¹⁹ Başka bir rivâyette de Hz. Peygamber şöyle buyurmuştur: “Pehlivan/Yiğit dediğin güreşte rakibini yenen kimse değildir, asıl yiğit kızdığı zaman öfkesini yenen kimsedir.”²⁰ Bu iki rivâyette Hz. Peygamber kişinin zor kontrol edebileceği duygulardan biri olan öfkenin, bu konuda gösterilen çaba ile kontrol altına alınabileceğini belirtmiştir. Yoksa Hz. Peygamber öfkelenmeyi yasaklamamakta, aksine öfkelenildiği zaman kendine hâkim olmayı tavsiye etmektedir.

Ebû Hureyre (r.a.)’den nakledildiğine göre, “Bir kimse Hz. Peygamber’e gelerek: Bana kısa ve özlü bir şey söyle ki hatırımda tutabileyim dedi. Rasûlullah (s.a.v.) “kızma/öfkelenme” buyurdu. O kimse bu sorusunu birkaç kez tekrarladı. Rasûlullah (s.a.v.)’de her seferinde “Öfkelenme” buyurdular.²¹ Buhârî’nin (ö. 256/870) ilk şârihlerinden olan Hattâbî (ö. 388/998) bu rivâyeti değerlendirirken şöyle bir değerlendirme yapmıştır: “Öfkelenme!”nin anlamı, “Öfke sebeplerinden sakın, öfkeyi celbedecek şeylere yer verme!” demektir. Öfkenin bizzat kendisinin yasaklanması söz konusu olamaz. Çünkü öfke fitrî/tabîî bir durum olup insanın yaratılışından yok edilemez.”²²

Hz. Peygamber de öfkenin tabîî bir durum olduğunu şöyle ifade etmiştir: “Dikkat edin! Öfke, insanın kalbindeki bir kor parçası gibidir. Bu halde insanı görmez misiniz, gözleri kızarır, boyun damarları şişer...”²³

Gazzâlî’ye (ö. 505/1111) göre iç kuvvetlerin hayvanla ortak ve ıslah edilmesi gerekli olanlardan biri de öfke kuvvetidir. “Kalp zararlı şeyleri defetmek için iki kuvvete muhtaçtır: Bunlardan birisi bâtıdır ki buna öfke denir. Bu sayede tehlikeli şeylerden korunmuş olur; düşmanlarına karşı korunarak onlardan intikam alır. Zâhirî kuvvet de yine el ayak gibi vücut organlarıdır.”²⁴

¹⁶Yusuf Ziya Keskin, Nebevi Hoşgörü (İstanbul: Timaş Yayınları, 1997), 18.

¹⁷Buhârî, “Bed’u’l-halk”, 1; Müslim, “Tevbe”, 14-16.

¹⁸Buhârî, “İlim”, 28; “Lukata”, 9; “Edeb”, 75; Müslim, “Salât”, 182.

¹⁹Ebû Dâvûd, “Edeb”, 3; Ahmed b. Hanbel, Müsned, 6: 129.

²⁰Buhârî, “Edeb”, 76; Müslim, “Birr”, 107; Muvatta’, “Hüsnü’l-hülûk”, 3; Ahmed b. Hanbel, Müsned, 12: 153; 13: 79; 16: 411.

²¹Buhârî, “Edeb”, 76; Tirmizî, “Birr”, 73; Muvatta’, “Hüsnü’l-hülûk”, 3.

²²Bedruddîn Mahmud b. Ahmed el-Aynî, Umdetu’l-Kârî Şerhu Sahîhi’l-Buhârî (Beyrut: Dârü’l-Kütübü’l-İlmiyye, 2001), 22: 254.

²³Tirmizî, “Fiten”, 26.

²⁴Ebû Hâmid Muhammed b. Muhammed el-Gazzâlî, İhyâ Ulûmi’l-Dîn, çev. Mehmed A. Müftüoğlu (İstanbul: Tuğra Neşriyat, 1989), 3: 365; Hasan Mahmut Çamdibi, “Gazzâlî’de Ahlak Terbiyesi”, Teorik ve Pratik Yönleriyle Ahlâk (İstanbul: Dem Yayınları, 2007), 239.

Âlimler öfkeyi üç kategoriye ayırmışlardır:

1. Tefrit (Ölmesi): Öfke duygusunun tamamen körelmesidir ki, insanın bu şekilde hayatta kalma şansı yoktur. Hayvanlarda bile öfke vardır ki kendilerini ve yavrularını koruyabilmektedirler. Yavrularına karşı yapılan işlerde saldırıya geçmeleri bu dürtüden kaynaklanmaktadır.

2. İfrât (Aşırı): Bu duygunun akıl ve iradenin dışına çıkmasıdır. Böyle bir durumda kişinin basireti ve düşüncesi kalmaz, adeta kan beyne sıçrar, kişinin gözü kararır ve belki de sahibinin ölümüne sebep olabilir. Düşünme ve muhakeme olmadığından neticeleri genellikle pişmanlık ve hüsrandır. Bu dürtünün birdenbire harekete geçmesiyle çoğu kez cinayetler işlenmektedir.

3. Mu'tedil: Her insanda bulunması gereken öfkedir. Gerektiği yerde, gerektiği kadar tepki göstermektir.²⁵

Said Nursî (ö.1960) de Gazzâlî'den esinlenerek öfke duygusunun mertebelerini şu şekilde açıklamıştır: “Kuvve-i gadabiyenin tefrit mertebesi, cebanettir ki korkulmayan şeylerden bile korkar. İfrat mertebesi tehevürdür ki, ne maddi ve ne manevi hiçbir şeyden korkmaz. Bütün istibdatlar, tahakkümler, zulümler bu mertebenin mahsulüdür. Vasat mertebesi ise şecaattir ki, hukuk-u diniye ve dünyeviyesi için canını feda eder, meşru olmayan şeylere karışmaz.”²⁶

Öfke duygusu hayatî önemi olan başlıca amaçlarımızı gerçekleştirmeye veya şahsî olgunluğumuzu gerçekleştirecek güzel hedeflerden birine ulaşmaya çalışırken, buna mani olan bir engel ortaya çıktığında, övülmüş bir öfke halini alır. Bu gibi durumlarda öfke zorunlu bir vazife olur. Yüce Allah, Hz. Peygamber ve ashâbını, İslâm davetinin yayılması yolunda yaptıkları mücadelede kâfirlere karşı duydukları öfkeyi övmüştür: “Muhammed, Allah'ın elçisidir. Onunla beraber olanlar da kâfirlere karşı sert, kendi aralarında merhametlidirler.” (el-Fetih 48/29). Kâfirlere karşı şiddet gösterme, İslâm'a ve Müslümanlara düşmanlıkları nedeniyle ortaya çıkan öfkenin normal sonucudur.²⁷

Önemli bir sebebi olmayan, zorunluluğu bulunmayan veya dünyalıkla ilgili geçici bir sebep yüzünden öfkelenmek, övülen bir öfke değildir. Zaten Hz. Peygamber de şahsı için hiç kızmamış; sadece hak için, Allah'ın koyduğu sınırlardan biri çiğnendiğinde öfkelenmiştir. Hz. Aişe'nin ifadesine göre, “Rasûlullah (s.a.v.), kendi şahsı için kimseden intikam almamıştır. Ancak, Allah'ın mukaddes kıldığı şeyler çiğnenmişse, o zaman Allah için onların intikamını alırdı.”²⁸

Hz. Peygamber toplum psikolojisini göz ardı edip insanları rahatsız eden ve İslâm'dan nefret ettirenlere karşı öfkelenmiştir. Bu konuyla ilgili Hz. Peygamber'den şu hadis rivayet edilmektedir:

“Bir adam, Hz. Peygamber'e gelerek, Ya Rasûlallah, filân imamın namazı aşırı uzatmasından dolayı sabah namazına gidemiyorum” dedi. Hz. Peygamber görülmemiş şekilde sinirlendi ve şöyle buyurdu: “Ey insanlar! Sizden (İslâm/ibadetten) nefret ettirenler vardır. Kim imamlık yaparsa hafif kıldırın. Çünkü arkasında zayıf olanlar, yaşlı olanlar ve işi olanlar bulunmaktadır.”²⁹

Dünyevî meselelerde çok sakin olan ve öfkelenmeyen Hz. Peygamber de bir insandır ve her insanın yaratılışındaki hislere sahiptir.³⁰ Bu sebeple kendisi şöyle buyurmaktadır: “Allah'ım! Ben de insanım ve insanların öfkelendikleri gibi öfkelenirim. Hangi Müslümanın aleyhinde konuşmuş, onu lanetlemiş veya onu dövmüşsem, bunu ona duam, onun (günahlarını) temizlemem ve kıyamette sana yaklaşılacak bir vesile yap.”³¹

²⁵Abdullah Ünal, Resûlullah'ın Davetinde Psikolojik Boyut (İstanbul: Kitâbi Yayınevi, 2009), 206. Ayrıca bkz. Gazzâlî, İhyâu Ulûmi'd-Dîn, 3: 365-369; Hayati Hökelekli, Din Psikolojisi (Ankara: Türkiye Diyanet Vakfı Yayınları, 2010), 40-41; Hüseyin İbrahim Yeğin, “Öfke Duygusu ve Dinî Açılan Baş Edebilme Yolları”, Din Bilimleri Akademik Araştırma Dergisi 10/2, (2010): 244-247.

²⁶Bediüzzaman Said Nursî, İşârâtü'l-İcâz, çev. Abdülmecid Nursi (İstanbul: Tenvir Neşriyat, ts.), 24.

²⁷ Muhammed Osman Necati, Hadis ve Psikoloji, çev. Mustafa Işık (Ankara: Fecr Yayınları, 2000), 103.

²⁸Buhârî, “Menâkıb”, 23; “Edeb”, 80; “Hudûd”, 10; Müslim, “Fedâil”, 77; Ebû Dâvûd, “Edeb”, 5; Ahmed b. Hanbel, Müsned, 41: 329, 343, 450; 42: 311-312; 43: 57-58, 109, 303.

²⁹Buhârî, “Ezân”, 63.

³⁰Ünal, Resûlullah'ın Davetinde Psikolojik Boyut, 207.

³¹Müslim, “Birr”, 90; Ahmed b. Hanbel, Müsned, 12: 262; 13: 520; 17: 392.

Rivâyetlerde görüldüğü gibi öfkelenmek tabii olmakla beraber, müminlerin Hz. Peygamber'i örnek alarak -avam tabiriyle- "fındık kabuğunu doldurmayan" meseleleri problem haline getirmemeleri, küskünlük vesilesi yapmamaları ve gönül ilişkilerinin kopmasına, münasebetlerin soğumasına sebep olmamaları gerekmektedir. Zira bu durum, toplumda büyük yaraların açılmasına, birlik, beraberlik ve gücün dağılmasına neden olmaktadır.³²

1.4. Hadislerde Öfkeyle Başedebilme Yolları

Kendimizi kontrol edemediğimiz, ne zaman ortaya çıkacağını bilemediğimiz çok güçlü bir duygunun tüm benliğimizi kuşattığını hissettiğimiz zamanki öfke, bizim kendisiyle baş etmeye çalışacağımız öfkedir. Yani bu öfke, kontrolden çıkıp, yıkıcı bir duruma dönüşüp, iş hayatında, aile hayatında, okul hayatında, sosyal münasebetlerimizde hayat kalitemizin düşmesine neden olan öfkedir.

Öfke duygusu, sağlıklı bir şekilde ifade edilmediğinde ve kontrol edilmediğinde, bedensel ve ruhsal bir takım rahatsızlıklara neden olur. Yoğun olarak yaşanan, ama ifade edilmeyen öfke kişinin enerjisini bitirdiği gibi davranışlarını kontrol etmesini de zorlaştırır. Bastırılarak içe atılan öfke, yüksek tansiyon, migren vb. psikosomatik hastalıklara sebep olmaktadır.³³

Öfke kontrolünü gerçekleştirebilmenin ilk basamağı, kişinin olumsuz öfke tepkilerinden rahatsızlık duyması ve daha iyi bir insan olma yolunda gayret göstermek istemesidir. Bu bilinç aşamasında olan kişi, öfke ve neticeleri hakkında sağlam bilgilere ulaştığında niçin bu kontrolü yapması gerektiğinin de cevabını bulur.³⁴ Hz. Peygamber öfke konusundaki bir hadisinde, "İnsanlar farklı mertebelerde yaratılmıştır... Kimisi geç öfkelenir, çabuk yatıştır. Kimisi çabuk öfkelenir, çabuk yatıştır. Bazısı da çabuk öfkelenir, zor yatıştır ki, en şerhileri bunlardır. En hayırlıları ise, geç öfkelenip çabuk yatışanlardır."³⁵ buyurarak iyi bir insan olabilmenin yolunun yeri geldiğinde öfkelenip, kısa zamanda sakinleşebilmekten geçtiğini bildirir.

Öfkeyle başa çıkma konusunda dinî yöntemler genel olarak zihinsel/bilişsel, duygusal ve davranışsal olmak üzere üç kısımda incelenebilir:

2. ZİHİNSEL YÖNTEMLER

Zihinsel yöntemler, bilgiye ve bilince dayalı baş edebilme yollarıdır. Yani öfke duygusunun ne olduğu, faydalı ve zararlı yönlerinin bilinmesi, kontrol ve baş edebilme yollarını bilme ve bu durumun farkında olma halidir. Bunlar, hem öfkelenmeden önce koruyucu tedbirler, hem de öfke anında başvurulacak çareler olarak değerlendirilebilir. Nasıl ki, tıpta koruyucu hekimlik bireyin hastalanmamasını sağlıyorsa, aynen bunun gibi, öfke konusunda bilgili ve bilinçli olma da öfkeyi önlemeyi ve kontrol etmeyi sağlamaktadır.³⁶

2.1. Öfkesini Kontrol Edenlere Allah'ın Vereceği Mükâfatı Düşünmek: Kur'an-ı Kerim ve hadislerde duyguların esiri olmayıp Allah'a ve Hz. Peygambere itaat edenlere sayısız nimetler verileceği ifade edilmektedir. Hz. Peygamber: "Her kim (öfkesinin gereğini) yerine getirmeye gücü yettiği halde öfkesini yenersen Allah, kıyamet gününde onu bütün yaratıkların huzurunda çağırarak, hatta onu cennet hurilerinden dilediğini (almakta) muhayyer bırakacaktır" buyurmaktadır.³⁷

2.2. Öfkesini Kontrol Etmeyenlerin Ahirette Karşılaşacağı Problemleri Düşünmek: Allah'ın her şeye gücü yettiğini düşünerek öfke sonucunda meydana gelecek olumsuzluktan dolayı vereceği cezayı hatırlayarak çekinmektir. Bu konuyla ilgili pek çok âyet ve hadis vardır. Bir hadiste Hz. Peygamber şöyle buyurmaktadır: "Allah'a ve âhîret gününe inanan, komşusuna eza etmesin. Allah'a

³²Ünalın, Resûlullah'ın Davetinde Psikolojik Boyut, 208.

³³Yeğin, "Öfke Duygusu ve Dinî Açıdan Baş Edebilme Yolları", 247.

³⁴Ayşenur Özkan, "Şiddetin Önlenmesinde Psikolojik ve Manevi Yaklaşımla Öfke Kontrolü", Din ve Hayat: İstanbul Müftülüğü Dergisi 15 (Şubat 2012): 92.

³⁵Tirmizî, "Fiten", 26.

³⁶Yeğin, "Öfke Duygusu ve Dinî Açıdan Baş Edebilme Yolları", 247.

³⁷Ebü Dâvûd, "Edeb", 3; Tirmizî, "Birr", 74; "Sıfatu'l-Kiyame", 48; İbn Mâce, "Zühd", 18; Ahmed b. Hanbel, Müsned, 24: 398.

ve âhîret gününe inanan, misafirine ikram etsin. Allah'a ve âhîret gününe inanan ya hayır söylesin ya da sussun.”³⁸

2.3. Ölüm Düşüncesi: Ölüm düşüncesi, hayatın geçici ve fâni olduğu ve bir gün herkes gibi kendisinin de öleceği düşüncesi kişinin öfkeyle mücadelesinde önemli bir zihinsel kontrol mekanizması vazifesi üstlenir.³⁹ Bu konuda Hz. Peygamber: “Lezzetleri yok eden ölümü çokça zikrediniz.”⁴⁰ buyurmaktadır.

2.4. Affetmek: İslâm’ın öfke ile başa çıkmada tavsiye ettiği en önemli yaklaşımlardan birisi affedici olmaktır. Âyet⁴¹ ve hadislerde müminlere öfke anında affedici olmalarını tavsiye eden ifadeler bulunmaktadır. Hz. Peygamber: “Allah affeden kulunun şerefini artırır...”⁴² Başka bir hadiste de Rasûlullah (s.a.v.): “Merhametli olanlara, Rahman (olan Allah) merhamet eder. Siz yeryüzündekilere merhamet edin ki, göktekiler de -Allah ve melekler- size merhamet etsin.”⁴³ buyurmuştur. Bu ve buna benzer rivâyetlerde anlaşıldığı gibi Hz. Peygamber öfke vb. yıkıcı hislere karşı bağışlayıcı olmayı tavsiye etmiştir. Gazzâlî, “Öfkenin ilacı” başlığı altında bu çeşit rivâyetler üzerinde tefekkür edip affedici olmak gerektiğini vurgulayarak şöyle demektedir: “Öfkeyi yutmak, affetmek, hilm sahibi olmak, eziyet ve meşakkatlere göğüs germek hakkında zikredeceğimiz haberleri(hadisleri) düşündürür. Öfkeyi yutmaktan elde edilen sevaba kavuşmak isteği, intikam alınmak suretiyle gönlünü rahat ettirmekten insanı alı koyar ve kabaran öfkesini söndürür.”⁴⁴

3. DUYGUSAL YÖNTEMLER

3.1. Sevgi: İnsanlar arasında dostluk ve kardeşlik hislerinin azalması bunun yerine öfke, şiddet, saldırganlık ve intikam duygularının artması kişiler arasındaki sevgi eksikliğinden neşet etmektedir.⁴⁵ Hz. Peygamber: “İman etmedikçe cennete giremezsiniz. Birbirinizi sevmedikçe gerçekten iman etmiş olamazsınız.”⁴⁶ buyurarak Müslümanlar arasında sevgi ortamının yaygınlaşmasını tavsiye etmiştir.

3.2. Empati: Empati, bir insanın kendisini karşısındaki insanın yerine koyarak onun duygularını ve düşüncelerini doğru olarak anlamasıdır.⁴⁷ İletişimde ve duygu kontrolünde önemli bir metot olan empati, Hz. Peygamber tarafından kullanılmıştır. Hz. Peygamber: “Sizden birisi kendisi için sevdiğini Müslüman kardeşi için de sevmedikçe (gerçekten) iman etmiş olmaz.”⁴⁸ buyurarak kişilere empati ile yaklaşmayı önermiştir.

3.3. Nezaket: Sosyal hayatta kişilerin birbiriyle iletişim kurarken yumuşak huylu, nazik ve saygılı olması öfke duygusunun oluşumunu engellemektedir. Hadislerde de Hz. Peygamber nezaket ve yumuşak huyluluğu tavsiye etmektedir: “Yumuşaklıktan mahrum olan hayırdan mahrum olur.”⁴⁹ “...Allah her hususta rıfk /yumuşaklık ile muamele etmeyi sever.”⁵⁰

3.4. Sabır: Eza ve cefalara, musibetlere, ibadetlerin zorluklarına ve her türlü sıkıntıya dayanmak olan sabır, öfkeyi kontrol etmede önemli bir etkidir. Öfke denince akla ilk gelen şey ise onun karşı kutbunda bulunan ve adeta panzehiri olan sabır hasletidir.⁵¹ Hz. Peygamber sabırlı olmayı şöyle tavsiye etmiştir: “Hiç kimseye sabırdan daha geniş ve daha hayırlı bir bağışta bulunulmamıştır.”⁵² “Sabır ancak musibetin ilk anında yapılanıdır.”⁵³

³⁸Buhârî, “Edeb”, 31, 85; “Rikâk”, 23; Ebû Dâvûd, “Edeb”, 134; Ahmed b. Hanbel, Müsned, 16: 45; 40: 466-467.

³⁹Yeğin, “Öfke Duygusu ve Dinî Açından Baş Edebilme Yolları”, 250.

⁴⁰Tirmizî, “Zühd”, 4; İbn Mâce, “Zühd”, 31; Nesâî, “Cenâiz”, 3; Ahmed b. Hanbel, Müsned, 13: 301.

⁴¹Bkz. Âl-i İmrân, 3/134; el-A'râf, 7/199; eş-Şûrâ, 42/37, 40.

⁴²Müslim, “Birr”, 69; Tirmizî, “Birr”, 82.

⁴³Ebû Dâvûd, “Edeb”, 66; Tirmizî, “Birr”, 16.

⁴⁴Gazzâlî, İhyâü Ulûmî'd-Dîn, 3: 376.

⁴⁵Karlı, Öfke Kontrolü ve Dindarlık İlişkisi (Erzurum Örneği), 98.

⁴⁶Müslim, “İmân”, 93; Tirmizî, “Sıfatu'l-Kiyame”, 56; “İsti'zân”, 1; İbn Mâce, “Mukaddime”, 9; “Edeb”, 11.

⁴⁷Yusuf Batar, Empatik Din Eğitimi (Ankara: Elips Yayınları, 2011), 32; Ali Ayten, Empati ve Din (İstanbul: İz Yayıncılık, 2013), 81.

⁴⁸Buhârî, “İmân”, 7; Müslim, “İmân”, 71; Tirmizî, “Sıfatu'l-Kiyame”, 59; İbn Mâce, “Mukaddime”, 9.

⁴⁹Müslim, “Birr”, 74, 75, 76; Ebû Dâvûd, “Edeb”, 11; İbn Mâce, “Edeb”, 9.

⁵⁰Buhârî, “Edeb”, 35; Müslim, “Selâm”, 10; Ebû Dâvûd, “Edeb”, 11; Tirmizî, “İsti'zân”, 12; İbn Mâce, “Edeb”, 9.

⁵¹Yunus Emre Gördük, “Bazı Âyetler Işığında Hz. Peygamber (sas)'ın Öfkesi ve Sabrı, Ekev Akademi Dergisi 19/62 (Bahar 2015): 186.

⁵²Buhârî, “Zekât”, 50; Müslim, “Zekât”, 124; Ebû Dâvûd, “Zekât”, 28; Ahmed b. Hanbel, Müsned, 18: 387-388.

⁵³Buhârî, “Cenâiz”, 31; Müslim, “Cenâiz”, 14; Ebû Dâvûd, “Cenâiz”, 27; Tirmizî, “Cenâiz”, 13; İbn Mâce, “Cenâiz”, 55; Nesâî, “Cenâiz”, 22.

4. DAVRANIŞSAL YÖNTEMLER:

Hz. Peygamber öfkelenen kişilere öfkelerini yenebilmeleri için davranışa yönelik bir takım tavsiyelerde bulunmuştur. Bunları şu şekilde zikredebiliriz.

4.1. Susmak: Hz. Peygamber sınırlı olan insanın susması gerektiğini tavsiye etmektedir: “Biriniz öfkelenildiği zaman sussun.”⁵⁴ Hz. Peygamber’in öfkeli iken karşıdaki insana cevap vermemenin niçin gerekli olduğunu vurguladığı hâdise, rivâyetlerde özetle şöyle geçmektedir: Hz. Peygamber, yanında Hz. Ebû Bekir’e sataşan bir kişiye, Hz. Ebû Bekir’in cevap vermemesinden memnun olmuş, ama daha sonra Hz. Ebû Bekir’in kendisine hakaret eden kişiye karşılık vermesinden hoşlanmayarak oradan ayrılmak istemiştir. Bunun üzerine yaptığı davranışın doğru olup olmadığını kendisine soran Hz. Ebû Bekir’e: “Sen sessizken orada sadece bir melek vardı ve senin adına o kişiye cevap veriyordu. Ama sen de aynı şekilde karşılık vermeye başlayınca melek gitti, şeytan geldi. Şeytanın geldiği bir yerde benim işim olmaz.”⁵⁵

Rivâyette de vurgulandığı gibi, tartışma esnasında taraflardan birinin karşılık vermemesi, sesiz kalması, ortaya çıkabilecek öfkeyi kontrol etmede önemli bir tesir oluşturur.

4.2. İstiâze Etmek: İstiâze, “Eûzu billâhi mine’ş-şeytâni’r-râcîm” demektir. Bu cümle, “Kovulmuş şeytandan Allah’a sığınırım” manasına gelir. Hz. Peygamber’in öfke hakkında söylediği sözlerden biri de öfkenin şeytandan olduğunu ifade etmesidir.

İki kişi Hz. Peygamber’in huzurunda küfürleştiler. Öyle ki öfke yüzlerinden okunuyordu. Hz. Peygamber: “Ben bir kelime biliyorum, eğer onu söyleyecek olsa, kendinde ortaya çıkan öfke giderdi. Bu kelime “Eûzu billâhi mine’ş-şeytâni’r-râcîm”dir.” buyurdu.⁵⁶ Öfke şeytandan olduğu için onun tahriklerinden Allah’a sığınmak en uygun sözselsel bir davranış şeklidir.⁵⁷

4.3. Oturmak veya Yatmak: Hz. Peygamber bu konuda şöyle buyurur: “Öfke insanın kalbindeki bir kor parçası gibidir. Bu halde insanı görmez misiniz, gözleri kızarır boyun damarları şişer. Her kim böyle bir durumla karşı karşıya kalırsa yere yaslansın.”⁵⁸ Başka bir rivâyette de Hz. Peygamber şu tavsiyede bulunmuştur: “Biriniz ayakta iken öfkelenirse otursun. Öfkesi geçerse ne âlâ, öfkesi geçmezse yatsın.”⁵⁹ Bu rivâyetlerde Hz. Peygamber, öfke anında bedeninin konumunu değiştirmeyi önermekte, öfke duygusunun olası saldırıya dönüşmesinin engellenmesi söz konusu edilmektedir.

4.4. Abdest Almak: Hz. Peygamber: “Öfke şeytandandır, şeytan ise ateşten yaratılmıştır. Ateş ise su ile söndürülür. Öyleyse biriniz öfkelenince hemen kalkıp abdest alsın.”⁶⁰ Bu hadiste suyun öfke üzerinde sakinleştirici etkisine dikkat çekilmiştir.

4.5. Toprağa Temas Etmek: Hz. Peygamber’in öfke anında tavsiye ettiği yöntemlerden biri de “...Öfkelenen kimse toprağa yapışsın”⁶¹ ifadesi ile işaret ettiği üzere toprak ile temasa geçmektir. Kişi öfkelenildiğinde vücudundaki statik elektrik miktarında artış olur. Vücuttaki elektriği boşaltmanın en basit yolu ise toprağa temas etme veya banyo yapmaktır.⁶²

4.6. Dua Etmek: Dua insan ile Allah arasında bir haberleşme ya da iletişim olarak tanımlanmıştır. Dua etmenin hem ruhsal hem de bedensel rahatsızlıkların tedavisinde önemli bir tesiri olduğu bilinmektedir.⁶³ Hz. Peygamber de öfkeyi kontrol etmede dua etmeyi eşi Ümmü Seleme’ye şöyle

⁵⁴Ebû Abdillâh Muhammed b. İsmâil el-Buhârî, el-Edebu’l-Müfred. thk. Semîr b. Emîn ez-Zuheyri (Riyad: Mektebetu’l-Maârif, 1998), 1: 129; Ahmed b. Hanbel, Müsned: 4: 39, 338; 5: 413; Ebû Bekr Ahmed b. el-Hüseyin el-Beyhakî, el-Câmi’ li Şuabi’l-İmân, thk. Muhtâr Ahmed en-Nerevî (Riyad: Mektebetü Rüşd, 2003), 10: 527.

⁵⁵Ebû Dâvûd, “Edeb”, 49; Ahmed b. Hanbel, Müsned, 15: 390; Beyhakî, el-Câmi’ li Şuabi’l-İmân, 9: 49-50.

⁵⁶Buhârî, “Edeb”, 44; Ebû Dâvûd, “Edeb”, 4; Tirmizî, “Da’avât”, 52.

⁵⁷Yeğîn, “Öfke Duygusu ve Dinî Açıdan Baş Edebilme Yolları”, 253.

⁵⁸Tirmizî, “Fiten”, 26.

⁵⁹Ebû Dâvûd, “Edeb”, 4.

⁶⁰Ebû Dâvûd, “Edeb”, 4; Ahmed b. Hanbel, Müsned, 29: 505.

⁶¹Tirmizî, “Fiten”, 26.

⁶²Karşlı, Öfke Kontrolü ve Dindarlık İlişkisi (Erzurum Örneği), 113.

⁶³Bkz. Hökelekli, Din Psikolojisi, 212-233.

tavsiye etmiştir: “(Ey Ümmü Seleme) de ki: Ey Nebî olan Muhammed’in Rabbi olan Allah’ım! Günahlarımı bağışla ve kalbimin öfkesini gider...”⁶⁴

Gazzâlî, bu rivâyeti şöyle yorumlamıştır: “Senin bu duayı okuman müstehaptır. Eğer öfken bu duayı okumakla da gitmezse, ayakta isen otur, oturuyorsan uzan, kendisinden yaratılmış olduğun toprağa yaklaş. Yeter ki bununla nefsinin zilletini bilmiş olasın. Oturmak ve uzanmaktan sükûnete kavuşmayı kastet. Çünkü öfkenin sebebi hararettir. Harareti oluşturan harekettir.”⁶⁵

5. ÖFKEYLE BAŞEDEBİLMENİN TRAFİK AHLAKINA YANSIMASI

Toplumda her gün karşılaşılan trafik sorunları aslında bireyler arasında ortaya çıkan ilişki sorunlarının tipik bir örneğidir. Trafik yasası, araç kullanan kişilerin ilişkilerini düzenleyen kuralları içerir. Ama bu kuralların hafif bir ihlali bireye, topluma ciddi anlamda bir külfet getirir. Türkiye’de trafik terörüne bir yakını veya bir tanıdığını kurban vermeyen kimse neredeyse yok gibidir. Bu boyutlara ulaşmış ve insan hayatını büyük bir risk altına sokan trafik probleminin mutlak surette gelişmiş ülkelerde olduğu gibi asgarî düzeye indirilmesi gerekmektedir. Bunun sağlanması için sosyal, psikolojik, teknolojik ve hukukî her türlü tedbir alınmasına ihtiyaç duyulmaktadır.⁶⁶

Ülkemizde trafik kazalarının sebepleri arasında büyük bir oranla sürücü hataları ilk sırada yer almaktadır. Aşırı hız yapma, yorgun, dalgın, uykusuz ve alkollü araç kullanımı, öfke ve sabırsızlık, kuralları ihmal vb. hatalar belirleyici rol oynamaktadır. Bunun yanı sıra yayaların dikkatsizliği, yetersiz yollar, bakımsız araçlar da kazalara sebep olan etkenler arasındadır.⁶⁷

Bir kişinin kendinden hoşlanması ve kendini diğer insanlarla, tabiatla ilişki içinde görmesi, hayatının anlamlı olmasını sağlar. Gergin bir toplum içinde yaşıyoruz; kişileri kuşatan bu gerginliğe esir düşmemek için, bireyin kendisiyle ve çevresiyle, bilinçli ilişki kurması gerekir. Bilinçli iletişim, anlamlı yaşama, anlamlı yaşam da sakin ruh halinin gelişmesine yol açar.⁶⁸

Gergin bir toplum içinde iken; bu gerginlik ya bizden ya da karşı taraftan kaynaklanabilir. Rivâyetlerde ifade edildiği gibi bu gerginliği ve öfkeyi minimize edebilecek ahlakî ilkelere ve tavsiyelere uyulduğu zaman az hasarla olayı atlatabiliriz. Rivâyetlerde kastedilen, öfkeyi yok etmek değildir. Çünkü öfke doğal ve yaşanması gereken bir duygudur.

Öfkeyle baş edebilmek için öfkeyi sakinleştirici ya da öfkeye sebep olmayacak alternatifler üzerinde zihni yormak gerekir. Örneğin yolun hakkını ifade eden rivâyet, üzerinde düşünülmesi gereken bir hadistir: “Hz. Peygamber: “Yollarda oturmaktan sakının” buyurduğunda sahâbe: Ey Allah’ın elçisi! Bizim yollarda oturmamız kaçınılmaz bir şeydir. Çünkü biz oralarda durup konuşuyoruz dediklerinde Hz. Peygamber: “Mademki yolu bu şekilde kullanmak zorundasınız o hâlde onun hakkını verin” buyurdu. Sahâbiler, yolun hakkı nedir? Sorusuna Rasûlullah (s.a.s.) şu cevabı vermiştir: “Yolda seyredenlere karşı gözü indirmek/bakışlarla onları rahatsız etmemek, eziyet verecek şeylerden uzak durmak, selâma mukabelede bulunmak, iyiliği hâkim kılma kötülüğü engelleme çabası içinde olmak.”⁶⁹

Bu rivâyette, günümüzün trafik sorunlarının büyük bir çoğunluğunun çözümüne temel teşkil edecek ahlâkî ilkeleri bulmaktayız. Birinci olarak mecburiyet olmadıkça herkesin kullanımına açık umumi yolları herhangi bir nedenle işgal etmemek gerekir. Mecburi durumlarda da trafik akışını engellemeyecek önlemleri almak, yolun hakkını vermek gerekir. Bu bağlamda kendisini kontrol altında tutup göz göze gelmemek gerekir. Bundan kasıt bakışla taciz etmemek, gözleriyle

⁶⁴Ahmed b. Hanbel, Müsned, 44: 201; Süleyman b. Ahmed b. Eyyüb et-Taberânî, el-Mu’cemu’l-Kebîr, thk. Hamdî b. Abdilmecîd es-Selefi (Kahire: Mektebetü İbn Teymiyye, 1404/1983), 23: 338; Ali b. Ebî Bekr el- Heysemî, Mecmeu’z-Zevâid ve Menbeu’l-Fevâid, thk. Abdullah Muhammed ed-Dervîş (Beyrut: Dâru’l-Fikr, 1994), 7: 46; 10: 278-279.

⁶⁵Gazzâlî, İhyâu Ulûmi’d-Dîn, 3: 379.

⁶⁶Abdulkadir Mahmutoğlu - M. Akif Çukurçayır, “Trafik Sorununa Bir çözüm Önerisi: Trafik İzleme Başkanlığı”, Sayıştay Dergisi 86 (Temmuz-Eylül 2012), 96.

⁶⁷Saffet Köse, “Sosyal Bir Sorun Olarak Trafik (Kur’an-Sünnet Bağlamında Bir Yaklaşım)”, İslam Hukuku Araştırmaları Dergisi 15 (2010), 14.

⁶⁸Doğan Cüceloğlu, Yeniden İnsan İnsana (İstanbul: Remzi Kitapevi, 2002), 17.

⁶⁹Buhârî, “Mezâlim”, 22; “İsti’zân”, 2; Müslim, “Libâs”, 114; “Selâm”, 3; Ebû Dâvûd, “Edeb”, 13; Ahmed b. Hanbel, Müsned, 17: 411.

mahremiyeti ihlal etmemek, basit bir kusurda öfke saçır şekilde bakışlarını sabit tutup kızgınlık ifadesiyle dik dik bakarak olaya neden olmamaktır. Hatta kişiye nazaran göz ne ise araçların da lambaları odur diye bakarsak sürücülerin uzun hüzmeli farlarını indirmeleri, kısa hüzmeli farlara geçmeleri de yani ışıklarının indirmeleri bu hadise dâhil edilebilir. Bu durum insanlara “eziyet verecek davranışlardan uzak durma” prensibinin kapsamına girmektedir.⁷⁰ Ayrıca sürücü ve yayaların kurallara uyması “yolun hakkını veriniz” çağrısına uymanın gereği olarak telakki edilmelidir.⁷¹

Ayrıca selama karşılık vermek, selamı yaymak yolda en fazla ihtiyaç duyulan hususlardan biridir. Hz. Peygamber çokça selamlaşmanın karşılıklı sevgiyi arttıracaklarını söylemiştir.⁷² Selamla başlayan bir diyalogdan kötülük sadır olmaz. Özellikle herhangi bir hatada araçlarından öfkeyle inen sürücülerin -günümüz insanın çok fazla stresli olduğu dikkate alındığında- söze selamla başlamalarının oldukça sorun çözücü bir özelliğe sahip olduğunu, bulunulan yerin öfke/gazap yurdundan selam/esenlik yurduna çevirmede selamlaşmanın etkili olacağını ifade etmemiz gerekir.⁷³

Günümüzde seyir halinde yol vermediği gerekçesiyle suçlar işlendiği veya park kavgası yüzünden insanların öldüğü dikkate alınırca öfke kontrolünde Hz. Peygamber’in tavsiyelerinin hatırlatılmasının trafikte veya normal yaşamda ne denli önemli olduğu anlaşılacaktır.

6. SONUÇ

Bilindiği üzere her yıl binlerce insanımızı trafik kazalarında kaybetmekteyiz. Bunun nedeni olarak, altyapısı yetersiz yolları ve trafik kuralı ihlallerini sayabiliriz. Trafik düzeninin ve kontrolünün öncelikli hedefi, sürücü ve yaya güvenliğinin sağlanması, insan yaşamının muhafaza edilmesi, sosyal ve maddî kayıpların önlenmesi, gürültünün önlenmesi ve insanların psikolojisini bozan zararlı etkenlerin yok edilmesidir.

Trafik kurallarının işleyişi, hayatın her alanını etkilemekte, ahlakî, psikolojik, ekonomik ve fiziki neticeler doğurmaktadır. Trafik kurallarının bu yönüne de önem verilmeli ve olumlu anlamda birtakım önlemler alınmalıdır. Örneğin kazalarda sadece fiziki inceleme ile yetinilmemeli, psikolojik, ahlakî ve sosyolojik neden ve sonuçlar da araştırılmalıdır.

Trafik ahlakının boyutlarından biri de kişinin öfke duygusuna hâkim olmasıdır. Malum olduğu üzere öfkelenmek her insan için doğal, belki de kıvamında yaşanması gereken bir duygudur. Bu his, kontrol edilmediğinde kişilerin ailevî ve toplumsal yaşantısında, ruh ve beden sağlığında olumsuz bir takım sonuçlara yol açabilmekte, kişinin kendisiyle ve çevresindeki insanlarla uyumunu bozabilmektedir. Öfke halinde kendini kaybetmemek, nefsini dizginlemek gerçekten büyük bir gayret gerektirir. Özellikle trafikte, seyir halinde karşı taraftaki sürücü hatalarından kaynaklanan kusurlardan dolayı kişinin öfkesine hâkim olması daha da zor hale gelmektedir.

Hız. Peygamber’in öfkeyle başa çıkma konusunda genel olarak zihinsel, duygusal ve davranışsal açıdan önerdiği tavsiyeleri ve bu tavsiyelerin trafik ahlakına etkisini göz ardı etmemeliyiz. Ayrıca bu bilinci yaymak için okullarda, öğretmenler; camilerde de vaiz ve imam-hatipler tarafından “Trafikte öfke kontrolü” seminerleri ve vaazları verilmesinde fayda vardır.

KAYNAKÇA

Ahmed b. Hanbel. Müsned. Thk. Şuayb el-Arnâvût v.dğr. b.y.: Müessesetü’r-Risâle, 2001.

Aynî, Bedruddîn Mahmud b. Ahmed. Umdetu’l-Kârî Şerhu Sahîhi’l-Buhârî. Beyrut: Dârü’l-Kütübi’l-İlmiyye, 2001.

Ayten, Ali. Empati ve Din. İstanbul: İz Yayıncılık, 2013.

⁷⁰Köse, “Sosyal Bir Sorun Olarak Trafik”, 22.

⁷¹Talat Sakallı, “Hz. Peygamber’in Evrensel Mesajlarındaki Çevre Bilincine Güncel Bir Bakış”, *Çevre ve Ahlak Sempozyum Bildiri Metinleri*, (Gaziantep, 2014), 86-87.

⁷²Müslim, “İmân”, 93; Ebû Dâvûd, “Edeb”, 145; Tirmizî, “İsti’zân”, 1; İbn Mâce, “Mukaddime”, 68; Ahmed b. Hanbel, *Müsned*, 3: 43.

⁷³ Köse, “Sosyal Bir Sorun Olarak Trafik”, 22.

- Batar, Yusuf. Empatik Din Eğitimi. Ankara: Elips Yayınları, 2011.
- Beyhakî, Ebû Bekr Ahmed b. el-Hüseyin. el-Câmi' li Şuabi'l-Îmân, thk. Muhtâr Ahmed en-Nerevî. Riyad: Mektebetü Rüşd, 2003.
- Bilgin, Abdülcelil. Kur'an'ın Sözcükleri. Ankara: Araştırma Yayınları, 2011.
- Buhârî, Ebû Abdillâh Muhammed b. İsmâil. el-Câmiu's-Sahîh. Kahire: el-Matbaatu's-Selefiyye, 1400/1980.
- Buhârî, Ebû Abdillâh Muhammed b. İsmâil. el-Edebu'l-Müfred, thk. Semîr b. Emîn ez-Zuheyri. Riyad: Mektebetü'l-Maârif, 1998.
- Cüceloğlu, Doğan. Yeniden İnsan İnsana. İstanbul: Remzi Kitapevi, 2002.
- Çağrıçı, Mustafa. "Gazap". Türkiye Diyanet Vakfı İslâm Ansiklopedisi 13: 436-437. İstanbul: TDV Yayınları, 1996.
- Çamdibi, Hasan Mahmut. "Gazâlî'de Ahlak Terbiyesi". Teorik ve Pratik Yönleriyle Ahlak. İstanbul: Dem Yayınları, 2007.
- Ebû Dâvûd, Süleymân b. Eş'as es-Sicistânî. es-Sünen. Riyâd: Beytu Efkârü'd-Devliyye, 1999.
- Gazzâlî, Ebû Hâmid Muhammed b. Muhammed. İhyâu Ulûmi'd-Dîn, çev. Mehmed A. Müftüoğlu, İstanbul: Tuğra Neşriyat, 1989.
- Gazzâlî, Ebû Hâmid Muhammed b. Muhammed. Kimyâ-yı Saâdet, çev. Ali Arslan, İstanbul: Yeni Şafak, 2004.
- Gördük, Yunus Emre. "Bazı Âyetler Işığında Hz. Peygamber (sas)'in Öfkesi ve Sabrı, Ekev Akademi Dergisi 19/62 (Bahar 2015): 185-204.
- Heysemî, Ali b. Ebî Bekr. Mecmeu'z-Zevâid ve Menbeu'l-Fevâid, thk. Abdullâh Muhammed ed-Dervîş. Beyrut: Dâru'l-Fikr, 1994.
- Hökelekli, Hayati. Din Psikolojisi. Ankara: Türkiye Diyanet Vakfı Yayınları, 2010.
- İbn Mâce, Ebû Abdullâh Muhammed b. Yezîd. es-Sünen. thk. Muhammed Fuâd Abdülbâkî. Beyrut: Dâru'l-Fikr, ts.
- İbn Manzûr, Ebû'l-Fazl Cemâlüddîn Muhammed b. Mükerrrem. Lisânu'l-Arab. Beyrut: Dâru's-Sadr, ts.
- İsfehânî, Râgîb. Müfredâtu Elfâzi'l-Kur'an. thk. Sefvan Adnan Davudî. Dımaşk: Dâru'l-Kalem, 2002.
- Karşlı, Necmi. Öfke Kontrolü ve Dindarlık İlişkisi (Erzurum Örneği). Doktora Tezi Atatürk Üniversitesi, 2011.
- Keskin, Yusuf Ziya. Nebevi Hoşgörü. İstanbul: Timaş Yayınları, 1997.
- Komisyon, Dinî Kavramlar Sözlüğü. Ankara: DİB Yayınları, 2010.
- Köse, Saffet. "Sosyal Bir Sorun Olarak Trafik (Kur'an-Sünnet Bağlamında Bir Yaklaşım)", İslam Hukuku Araştırmaları Dergisi 15 (2010): 13-38.
- Mahmutoğlu, Abdulkadir - Çukurçayır, M. Akif. "Trafik Sorununa Bir çözüm Önerisi: Trafik İzleme Başkanlığı", Sayıştay Dergisi 86 (Temmuz-Eylül 2012): 79-99.
- Mâlik b. Enes. el-Muvatta'. thk. Muhammed Fuâd Abdülbâkî. Beyrut: Dâru İhyâi't-Türâsi'l-Arabî, 1985.
- Müslim, Ebu'l-Hüseyin b. el-Haccâc el-Kuşeyri. Sahîhu Müslim. Riyâd: Dâru Tayyibe, 2006.

- Necati, Muhammed Osman. Hadis ve Psikoloji, çev. Mustafa Işık. Ankara: Fecr Yayınları, 2000.
- Nesâî, Ebû Abdîrahmân Ahmed b. Şuayb. es-Sünen. thk. Hasan Abdu'l-Menâim Şelbî. Beyrut: Müessesetü'r-Risâle, 2001.
- Nursî, Bediüzzaman Said. İşârâtü'l-İ'câz, çev. Abdülmecid Nursi. İstanbul: Tenvir Neşriyat, ts.
- Özkan, Ayşe Nur. Dini Motiflerin Öfke Kontrolü Üzerindeki Etkisi. Yüksek Lisans Tezi, Marmara Üniversitesi, 2008.
- Özkan, Ayşenur. “Şiddetin Önlenmesinde Psikolojik ve Manevi Yaklaşımla Öfke Kontrolü”, Din ve Hayat: İstanbul Müftülüğü Dergisi 15 (Şubat 2012): 90-93.
- Sakallı, Talat. “Hz. Peygamber’in Evrensel Mesajlarındaki Çevre Bilincine Güncel Bir Bakış”. Çevre ve Ahlak Sempozyum Bildiri Metinleri (Gaziantep, 2014), 79-89.
- Soyalın, Mehmet Yaşar. Elmalılı Tefsirinde Kur’ânî Terimler ve Deyimler. İstanbul: Ağaç Yayınları, 2003.
- Soykan, Çiğdem. “Öfke ve Öfke Yönetimi”. Kriz Dergisi 11/2: 19-27.
- Ünalın, Abdullah. Resûlullah’ın Davetinde Psikolojik Boyut. İstanbul: Kitâbî Yayınevi, 2009.
- Taberânî, Süleyman b. Ahmed b. Eyyûb. el-Mu’cemu'l-Kebîr. thk. Hamdî b. Abdilmecîd es-Selefi. Kahire: Mektebetü İbnTeymiyye, 1404/1983.
- Tirmizî, Ebû İsâ Muhammed b. İsâ. es-Sünen. thk. Ahmed Muhammed Şakir. Beyrut: Dâru İhyâi't-Turasi'l-Arabîyye, ts.
- Yazır, Elmalılı Muhammed Hamdi. Hak Dini Kur’an Dili. İstanbul: Emir Yayınevi, 2000.
- Yeğın, Hüseyin İbrahim. “Öfke Duygusu ve Dinî Açıldan Baş Edebilme Yolları”. Din Bilimleri Akademik Araştırma Dergisi 10/2 (2010): 235-258.