

Bu sayfa Őu linkten yazdırılmıŐtır: [<http://www.risaleonline.com/soru-cevap/nefis-terbiyesi>]

[Güzel Huylar ve Güzel Ahlak](#)

[Ahlak](#)

[İmtihan](#)

[Takva ve Amel-i Salih](#)

[Muhtelif](#)

[Kötü Huylar ve Kötü](#)

[Dünyadaki](#)

Soru

Nefis Terbiyesi

Nefsimi nasıl dizginlerim, neler yapmalıyım?

Cevap

Adem (as)'dan bu yana insanoğlunun en büyük düşmanı kişinin nefis ve şeytanıdır. Ve en büyük mücadele bu iki düşmana karşıdır. Bu mücadeleyi kazanmak için gayretkeş olmanızı tebrik ediyoruz. Cenab-ı Hak cümlemizi en büyük düşmanımız olan nefsimizin şerrinden muhafaza buyursun. Bu düşmanla mücadele etmenin bir çok yontemi vardır. Başta Kur'an'ı Kerim, bizim için müracaat edilecek en güzel bir kaynaktır. daha sonra Peygamberimizin Sünnet-i Seniyesine ittiba etmemiz lazım. Sonra Őunlara dikkat etsek iyi olur:

1- Sağlam bir iman ve itikada sahip olmak (bu hususta asrımızın en büyük manevi doktoru olan Bediüzzaman Hazretlerinin telif ettiği Risale-i Nur eserleri, talebelerine iman-ı tahkikiyi kazandırıyor. buna hal-i alem şahittir. bu hususta risale-i nur eserlerine müracaat edebilirsiniz.)

2- Nurani istikametli bir cemaatin şahsi manevisine intisab etmek. "Zira zaman, cemaat zamanıdır. bir kiŐi evliya dahi olsa ehl-i imana hücum eden dehŐetli entrikalara karşı kendini muhafaza etmesi zordur. fakat bir cemaatin şahsi manevisine intisab ederse arkasından manevi bir güç almıŐ olur."

3- Kendisine iyi arkadaşlar seçmeli. Peygamberimiz (a.s.m) "kiŐi arkadaşının dini üzeredir."

buyurmaktadır. (bunun da en güzel çözümü, bu zamanda bir cemaate intisab etmektir.)
Kötü arkadaş ve kötü çevreyi terk etmek.

- 4- Zararlı -medya,internet vb- alışkanlıklardan kendini muhafazaya çalışmalıdır.
- 5- Dua, tevekkül ve evrad gibi kuvvetli silahlarla kandisini techiz etmelidir.
- 6- Helal lokma meselesi çok önemlidir. Haram veya şüpheliler nefsi azgınlıştırır.
7. Çokça tevbe ve istiğfar etmelidir.
8. Oruç tutmak tavsiye edilir.
9. Başkalarından dua almak.
10. Ölümü düşünmek.
11. Eskiler az yemek, az konuşmak, az uyumak, çok zikretmeyi tavsiye etmişlerdir.