

Yorucu və məşəqqətli bir səfərdən sonra böyüklərdən birinə utanaraq: “Əfəndim, sizi çox yorduq, lütfən, bizi üzrlü hesab edin!”. Xidmət və irşad öndəri o gözəl insan da öz növbəsində belə buyurur: “Qardaşlar, Rəbbimiz könül yorğunluğu verməsin, bədən yorğunluğu nədir ki?”. Bəli, “könül yorğunu” olmamaq. Həyəcan və şövqün sönərək, qəlbin tənbelləşməsi.

Üzərində həssaslıqla titrəyəcəyimiz əsas məsələ budur. Enişli-yoxuşlu həyat yollarında əlbəttə ki, xoş anlar da olacaq, pis günlər də. Həyat səfəri dümdüz bir xətt deyil. Xəstəlik, sağlamlıq, zənginlik, kasıblıq, nemətlər, fəlakətlər, sevinclər, hüznlər və bu kimi hadisələr insan üçündür. Bütün baş verənlər qarşısında müvazinəti qoruya bilmək, əlbəttə, asan deyil. Əgər qəlb diridirsə və yenidən həyəcan təzələyəcək səviyyədədirsə, hər bir hadisə qarşısında doğru duruş sərgiləyə biləcək və yorulmadan yoluna davam edəcək. Əks halda dayanacaq və sönəcək. Nəha-yət, yorğun könül bədənə də, sinəyə də yük olacaq və nəticədə həyatın dadı da, mənası da qalmayacaq. Bədən zahirən sağlam olsa və nemətlər içində üzsə də maddi firavanlıq insana dünyada belə səadət verə bilməyəcək. Stress və könül darlığı həyatı zindana çevirəcək. Könül yorulsa, təbəssüm edən nurlu çöhrələr yerini buz kəsilmiş sifətlərə verəcək. Belələrinə xeyriyyəçilik və xidmətdən söz açılsa, tənbel-tənbel ağırlaşmış bədənleri yerlərindən qımıldana bilməzlər. Onlar sönmüş gözlərlə baxan və hissiyatını itirmiş duyğularla ətdən və sümükdən ibarət canlı cənazələr kimidirlər. Bu hala düşməkdən Rəbbimizə sığınırıq. Həzrət Mövlana –quddisə sirruh- buyurur: *“Ağacın gövdə sində kökdə n və daxildə n gələn bir canlılıq və dirilik axıtsan, yenə faydasızdır”*.

Bəs könül nə üçün yorular? Yorulan könül necə yenidən canlanır, özünə gələr? Rəbbimiz belə buyurur:

“İman gələn tirənlin qəlbinin Allahın zikri və haqdan nazil olan(Quran) üçün yumşalması vaxtı gələn çatmadımı?! Onlar özəl rindən vəvvəl kitab verilən kimsələr (yəhudilər və xaçpərəstlər) kimi olmasınlar. Onlarla (öz peyğəmbərləri arasında) uzun bir müddət keçmiş və (öyüd-nəsihi ti unutduqları üçün) qəlbi sərtilmişdir. Onların çoxu (Allaha asi olan) fasiqlərdir!”
”
(əl-Hədid, 16).

Bəli, qəlbin qatılmaşması ən böyük yorğunluq səbəbidir. Zaman içərisində iman və xidmət

həyəcanının verdiş və ülfət kimi iki əhəmiyyətli mənəvi virus tərəfindən təsirsiz hala gətirilişi, bu qatılığın ən əsas səbəbidir. Ancaq qəlb qatılaşmasının başqa səbəbləri də var: Günahlar səbəbində qəlbəki qara nöqtələrin artaraq onu laqeyd hala gətirməsi, Allahı unudaraq lüzumsuz söhbətə dalmaq və ya bu kimi boş sözlərə qulaq vermək, Yetimlərin, kimsəsizlərin və möhtacların yanından uzaqlaşmaq, Allahın zikrindən məhrum qalmaq, Gözünü və könülünü dünya sevdası bürümüş qafil və fasiqlərlə birlikdə olmaq.

Bu və bu kimi bir çox xüsusiyyətlər var ki, qəlbi daşlaşdırır. Həmçinin qəlbi yoran digər xüsusiyyətlər də belə sadalana bilər: Axmaq və anlayışsız kəslərin qəlbə tikan kimi sancılan kobud söz və davranışları. İnciməyəcək bir qəlbi səviyyəyə çatmamış kəslərin könuəllərinə bu kimi söz və davranışlar çox ağır gələr və yorar. Bunun ən gözəl çarəsi belələrdən uzaq durmaqdır. Bu kimi insanlarla birlikdə olmaq məcburiyyəti varsa, incidici sözlərini qəlbə deyil, zibilliyə atmağı bacara bilməkdir. Çünki qəlbə atılan hər bir acı söz və davranış, zamanla dərd olar və sahibini əldən salar.

Yorğun könuəlləri yenidən dirilmək üçün nə etməli? Könuəllərin diriliyi imanla başlayar. Çünki iman bir nurdur ki, ürəyə girincə oranı genişlədər. Elə isə imanı təzə tutmaq və yəqinə nail olmaq üçün vəsilələrə əl atmaq ən kəsə və ən faydalı yoldur. Bunun da üsulu imanımıza iman qatan ilahi sakinənin könuəllərimizə enməsinə vəsilə olan xüsusiyyətlərə sarılmaqdır. Bu vəsilələrin ən təsirli olanı heç şübhəsiz Allahı çox zikr etməkdir. Allahın ki-tabının oxunduğu məclislərə davam etmək və xüsusilə imanı yeniləyən "kəlmeyi-tövhid" in mənə dənizində təfəkkür və müraqibəyə dalmaq da imanımıza güc qatan ilahi sirlərdir.

- Qəlbi laqeydləşdirən günah tozlarını silib süpürmək üçün xüsusilə səhər vaxtlarında tövbə və istiğfara çox davam etmək.

- Göz yaşı ilə dua və niyəzları çoxaltmaq. - Camaatla namazın dirildici atmosferindən istifadəni artırmaq.

- Heç nəyə fikir vermədən xidmətdən soyumamaq və xidmətin könuəl feyzi ilə bərəkətlənmək.

- Hikmət əhli, eşq və həyəcanı diri, saleh və sadıqləri ziyarətlə dualarını almaq, söhbətlərinə davam etmək.

- Xəstələri, kimsəsizləri və qəmli ürəkləri ziyarət etmək.

- Hikmətlər məcmuəsi olan Qurani Kərim başda olmaq üzrə, ənbیانın və övliyanın söz və hallarını ifadə edən əsərləri tez-tez oxumaq. Həzrət Əli buyurur: "Fərasətli və hikmətli söz və davranışlarla ruhlarınızı dinləndirin. Bədənlərin yorulduğu kimi ruhlar da yorular". Nəticə olaraq könül yorğunluğunu ciddi qəbul etmək və müalicəsi üçün laqeydlik etmədən tədbir görmək ağıl və bəsirət gərəyidir. Əks halda gecikilmiş hər xəstəlik kimi könül yorğunluğunun da müalicəsi çətinləşə bilər.