

RENGİN YILMAZ

Kapı İçeriden  
Açılır



DESTEK YAYINLARI: 1677  
KİŞİSEL GELİŞİM: 293  
**RENGİN YILMAZ / KAPI İÇERİDEN AÇILIR**

Her hakkı saklıdır. Bu eserin aynen ya da özet olarak hiçbir bölümü,  
telif hakkı sahibinin yazılı izni alınmadan kullanılamaz.

*İmtiyaz Sahibi:* Destek Yapım Prodüksiyon Dış Tic. A.Ş.  
*Genel Yayın Yönetmeni:* Ertürk Akşun  
*Yayın Koordinatörü:* Özlem Esmergül  
*Üretim Koordinatörü:* Semran Karaçayır  
*Editör:* Zümrüt Bıyıkhoğlu  
*Son Okuma:* Devrim Yalkut  
*Sayfa Düzeni:* Melike Doğan  
*Sosyal Medya-Grafik:* Tuğçe Budak-Mesud Topal-Nursefa Üzümler

Destek Yayınları: Kasım 2022  
Yayıncı Sertifika No. 13226

ISBN 978-625-441-789-4

© Destek Yayınları  
Abdi İpekçi Caddesi No. 31/5 Nişantaşı/İstanbul  
Tel. (0) 212 252 22 42  
Faks: (0) 212 252 22 43  
www.destekdukkani.com  
info@destekyayinlari.com  
**facebook.com/DestekYayinevi**  
**twitter.com/destekyayinlari**  
**instagram.com/destekyayinlari**

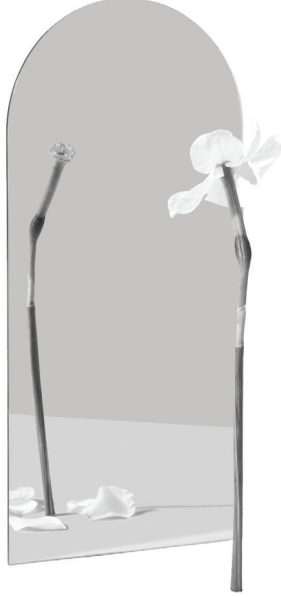


Deniz Ofset – Çetin Koçak  
Sertifika No. 48625  
Maltepe Mahallesi  
Hastane Yolu Sokak No. 1/6  
Zeytinburnu / İstanbul  
Tel. (0) 212 613 30 06



RENGİN YILMAZ

# Kapı İçeriden Açılır





## İÇİNDEKİLER

ÖNSÖZ.....	7
SUYUN YOLU.....	9
ZAHİRİ VE BATINI	
DÜNYALAR/VARLIK YOKLUK ÂLEMLERİ.....	15
İSLAM'DA EZOTERİZM-SUFİZM.....	21
YOLDAŞ.....	29
AŞK OLMAK.....	35
ANDA OLMAK.....	41
Sen kimsin?.....	47
Nefis nedir?.....	48
NEFES.....	53
GEVŞEME.....	59
MEDİTASYON.....	65
TAHAYYÜL-İMAJİNASYON.....	75
Davranış ve Alışkanlıkların Değişimi.....	80
NEFİS ORUCU.....	89
BEDEN ENERJİNİ KONTROL ET.....	93
ŞİFA VERMEK.....	97

ASTRAL SEYAHAT .....	105
Rüyayı Kontrol Etmek (LÜSİD RÜYA) .....	113
Zihin Yolculuğu .....	118
Astral Beden ile Seyahat .....	121
Meditasyon Sırasında.....	123
Salıncak Yöntemi.....	125
ÇOKLU ASTRAL SEYAHATLER.....	127
UYARILAR.....	129
SON SÖZ.....	131

## ÖNSÖZ

*“Gönül kuşa benzer. Kuş uçarken bazen şaşırır.  
Fakat gönül şaşmaz. Zira gönül ile  
Allah arasında bir engel yoktur.”*

– Hacı Bektaş Veli

Bu kitap Kafdağı yolcusu hüthüt kuşunun dilinden yazıldı. Simurg'u bulmak için yola çıkan, çıkarken de yüzlerce kuşa Simurg'u anlatan, onları cesaretlendiren kuşun mertebesinden. Hüthüt kuşu daha Kafdağı'na gitmedi, Simurg olmadı ama yüreği o yolda, gözü Kafdağı'nda, büyük tasavvuf ustalarının izinde, bir Mürşit'in peşinde. Ne mutlu bu yolu bir Mürşit'le alana! O yüzden de sana çok yakın, senden biri. Tek farkı cesaretle o yolda yürümesi.

Bu hüthüt kuşu yolun yolcusu, bir miskin, bir fakir. Sana da niyet ettiğin yolunda eşlik etmek istiyor. Bu satırları okurken hüthüt kuşunun mütevazı sesini duy. O senden farklı değil, senden üstün değil, sadece sana yakın bir can. Bülbüle, doğana, tavus kuşuna hüthüt ne anlattıysa bu fakir de seninle onları paylaşacak. Can kulağını açman için, gönül gözüyle görebilmen için yanında olmak istiyor. Yolda rastladıklarımı seninle paylaşmak istiyor çünkü amacı birlikte daha çok öğrenmek.

Her makamdan kuş gelebilir sürüye. Bazen kuş yolu şaşırabilir ama gönül şaşmaz. Gönlüne ne koyduğuna dikkat et, gönülle Allah arasında engel yoktur.

Çünkü sonuçta yolculuğa niyet eden herkes Simurg olana kadar hüthüt kuşudur.





## SUYUN YOLU

*“Nasihatimi dinle: Ten, kuvvetli bir bağıdır.  
Yeniye istiyorsan, eskiden soyun!”<sup>1</sup>*

Bir gün aklına “Ben kimim?”, “Neden var oldum?”, “Nereden geldim?”, “Nereye gidiyorum?”, “Hakikat nedir?” gibi sorular dolmuşsa bil ki sen de artık YOL’un yolcusu olmaya adaysın. İçinde bir anlam arayışı başlamışsa artık zahiri dünya gözünü boyamıyor demektir. Gönül gözün batini dünyayı arzulamaktadır. Kendinden geçip kendini bulmayı istemektesin. İçinde bilmediğin bir özlem duygusu alev alev yanıyorsa o zaman doğru yere, bir yolcunun satırlarına geldin. Anavatanını özleyen bir yolcu.

Hepimiz Tanrı’nın suretleri olarak yaratıldık. İçimizde büyük bir güç ve potansiyel var. Yaratılış sırası bile insan potansiyelinin büyüklüğünü gösterir.

*“Mânâ yolunda her kabuğun özüsün sen.  
Cansız varlıklar dört unsurun özüdür ama  
Cansız varlıkların özü de bitkilerdir.  
Bitkilerin özünden hayvanlar çıktı  
Hayvanların özünden insan var oldu.  
İnsanların içinden nebiler çıktı kısacası.*

---

1 Mesnevi, cilt 2, 1270. beyit

*Bunların içinde seyyidlerin seyyidi, hası.  
Bu yedi kat gökyüzünden, mânâ yoluyla  
Gitmek gerek Tanrı'nın dergâhına.  
Aslının kemâlinden uzakta ne varsa  
Hakikati gören tabiat kaçır ondan uzağa.  
Cansız varlıktın, canlı varlık oldun sen  
Hiçbir şeydin bir yerde, bir şey oldun sen.  
İsterim ki bu ilk sıralamaya göre  
Bir an bile oyalanmamalısın sen.”<sup>2</sup>*

Her varlığın derecesi farklıdır ve sırayla yaratılmışlardır. Beşerlikten terfi eden İnsan maddi âlemin son mertebesi gibi görünse de tasavvufta bu sadece yolun bir kısmıdır. İnsanın içindeki potansiyeli çıkarma yolculuğunda son makama nefsi zekiye ya da fena makamı denir. Bu makam (İnsan-ı Kâmil) çok az kişiye (nebi ve resullere) nasip olmuştur. Buna ulaşmak için aklı ile gönlü birleştirmek gerekir. Binlerce yıldır kadim öğretiler bu birleşimin yolunu bulmaya çalışmıştır. Tasavvuf seni ulaştıracak, sana en yakın yoldur.

Aristo'nun ünlü dört elementi tasavvufta da yaratılışın özüdür; ateş, su toprak ve hava. Tüm cansız varlıkların temelinde bu dört elementin yattığı, maddi dünyanın dört elementten oluştuğuna inanılır. Hatta Hacı Bektaş Veli *Makalat*'ında “*Hak Teâlâ, Âdem'i dört türlü nesneden yarattı ve onun evlâdını da dört bölüğe ayırdı. Bu dört grubun her birini dört türlü ibâdete bıraktı. Yine bunların her birinin kendine mahsus dört türlü halleri ve dört türlü arzuları vardır. Şimdi, Âdem'i yarattığı dört türlü nesne şöyledir: İlkönce topraktan, ikinci olarak sudan, üçüncü olarak ateşten, dördüncü olarak rüzgârdan*” diye-

2 Feridüddin Attar, *Esrarname*, 5. makale

rek aslı rüzgâr olan insanlara “Abidler”, aslı ateş olan insanlara “Zahidler”, aslı su olan insanlara “Afifler” ve aslı toprak olanlara “Muhibler” der. Her grubun özelliklerini kitabında belirtir. Attar ise aşağıdaki dizelerde bu anlatıyı farklı şekilde dile getirir.

*“Tanrısal tabiatla yapabilir misin bir işi?  
Su asıl ise, durdur su ile onu  
Yaygınlaştır suyu, sonra bak ona.  
Toprak ise asıl, çıkar kapı önüne  
Ayak altındaki toprağı, alma sen dikkate.  
Hava ise, adaletsiz say sen onu  
Rüzgâr götürmüştür, yok say sen onu.  
Ateş asıl ise, su çarp üstüne  
Çekersen suyunu, ateş sal üstüne.  
Tabiatın doğruysa, riyasız ol  
Tabî değilsen, Allah adamı ol.  
Her iki cihanda tek yaratıcı var  
Dört unsur ile ne işin var?”<sup>3</sup>*

Öncelikle doğru bilgiyi edinmen gerekiyor. Sufiler, yakın mertebelerini üçe ayırırlar: İlm-el yakın, bilgi bakımından inanmaktır. Ayn-el yakın, bu bilgiyi görgü haline sokmak, Hakk-al yakın de bilgiyle birleşmek, tahakkuk etmektir. Bu saf-haya ulaşanlara İnsan-ı Kâmil denir. Kâmil insanlar din mertebesini aşmış, tüm dinleri kucaklayan, din birliğine varanlardır. Dinlerin zahiri anlamlarından sıyrılarak batini anlamlarına eren kişilerdir. Yunus Emre o makamı şöyle tarif eder:

<sup>3</sup> Feridüddin Attar, *Esrarname*

*“Din ü millet sorar isen,  
Âşıklara din ne hacet.  
Âşık kişi harap olur,  
Işık, bilmez din diyanet.”*

Bu üç dereceyi şu misalle aydınlatabiliriz. Yiğitliği duyup inanmak birinci derecedir. Bir yiğidin bahadırılığını görmek ikinci derece, yiğitliğin kendisinden zuhuru da üçüncü derecedir. Hacı Bayram Veli, bir ilahisinde; bu üç dereceyi “bilmek, bulmak, olmak” sözleriyle Türkçeleştirmiştir:

*“Bayram özünü bildi  
Bileni anda buldu  
Bulan ol kendü oldu  
Sen seni bil, sen seni.”*

Demek ki önce bilmek, ardından içselleştirmek ve sonunda da bilginin kendi olmak gerekiyor. Bu kitap sana bilgiyi sunacak, içselleştirebilmen için uygulamalar ve örnekler gösterecek. Ancak olmak, sadece senin yapabileceğin bir şey değildir. O makam sana sunulamaz. Senin çaban, gayretin gerekir. Yunus Emre, olma halinin kişinin kendini bilme hali olduğunu söyler. Kişi ancak kendini bilir, kendiyle bilir.

*“İlim, ilim bilmektir,  
İlim kendin bilmektir.  
Sen kendini bilmezsen,  
Ya nice okumaktır.”*

Yine Attar, *Esrarname*'sinde bu konuyla ilgili şöyle der:

*“Üç şey lâzım iki âlemden sana:  
Bilmek, uygulamak, aynelyakîn gelir sonra.  
İlmin ibadetle aynelyakîn olursa  
Gönlün iki âlemin aynası olur sonunda.”*

Peki, kendini bilmek nasıl olacak? Teslimiyetle. Öncelikle teninden özgürleşmeli “terk etme”ye hazır hale gelmelisin. Kaybetmekten korkmayan çünkü zaten herhangi bir şeye sahip olmadığını bilen kişi her şeyi kazanır. Kendi üzerinde çalışmadan, kendini tanımadan değişmen mümkün değil. İçinde bulunduğun rüyadan uyanman için gerekli olan şey, içinde bulunduğun hapishanenin farkına varmak, seni çeviren haz putlarını terk edebilmektir. Sözde çok kolay dile gelen ancak hayatta yıllarca düzenli çalışma isteyen bir disiplindir.

*“Kendini bilmek çok güçtür. Kendini bilmeyen için bu söz hiçtir.”<sup>24</sup>*

---

4 Hacı Bektaş Veli, *Makalat*



## ZAHİRİ VE BATINI DÜNYALAR/VARLIK YOKLUK ÂLEMLERİ

Tasavvufa göre Tanrı, zatiyle var olan ve hiçbir şeyle mukayyet bulunmayan “Vücut-u Mutlak – Mutlak Varlık”tır. Her şey, ondan var olduğu için asıl var odur ve varlık onundur. Tanrı'nın bu mertebede hiçbir taayyünü yoktur, yani hiçbir suretle zahir değildir. Bilinmesine de imkân bulunamaz. İlk taayyünü bilgisidir. Bilgisinde bütün eşyanın hakikatleri sabit, olmuş, bunların zuhuru da kâinatı meydana getirmiştir. Kâinatın varlığı onunla, vardır, hakikatte ise yok olan bir varlıktır.

*“Nur arayan gölgeler, nur zuhur etti mi yok olur. Âşık, başını verince akıl kalır mı gayrı? Her şey helâk bulur, yalnız onun hakikati kalır. Onun hakikatine karşı var da yok olur, yok da. Yoklukta varlık... Bu, pek acayip bir şey! Bu makamda akıllar elden çıkar, kalem buraya vardı mı kırılır, bir şey yazamaz olur!”<sup>5</sup>*

Etrafımızı çevreleyen, içinde bulunduğumuz ve fiziksel olarak beş duyu ile algıladığımız âlem **zahiri âlem/varlık âlemidir**. Bir de sadece gönül ile algılanan bir âlem vardır ki tüm suretlerin gerçek formlarını ve anlamlarını barındırır, görülebilmek için can gözüne ihtiyaç duyar. Bu âleme de batını âlem/gayb âlemi/mana âlemi denir. Ten zahiri dünyaya aitken can batını dünyanıdır. Zahiri âlem beş duyu ile algılandığı için bedeninin kendini gerçekleştirdiği yerdir. İnsanlar sadece

---

5 *Mesnevi*, cilt 3, 4660. beyit