

UĞUR KOŞAR

# ALLAH'A KOŞUN



DESTEK YAYINLARI: 615  
TASAVVUF: 19

## ALLAH'A KOŞUN / UĞUR KOŞAR

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

*İmtiyaz Sahibi:* Yelda Cumalıoğlu  
*Genel Yayın Yönetmeni:* Ertürk Akşun  
*Yayın Koordinatörü:* Özlem Esmergül  
*Editör:* Devrim Yalkut  
*Kapak Tasarım:* İlknur Muştu  
*Sayfa Düzeni:* Cansu Poroy  
*Sosyal Medya-Grafik:* Tuğçe Budak

Destek Yayınları: Aralık 2015 (100.000 Baskı)  
101.-120. Baskı: 2016  
121.-124. Baskı: 2017  
125.-126. Baskı: 2018  
127.-130. Baskı: 2019  
131.-133. Baskı: 2020  
134. Baskı: Mart 2021  
135. Baskı: Nisan 2021  
Yayıncı Sertifika No. 13226

ISBN 978-605-311-046-0

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



Destek Dukkan

Deniz Ofset – Çetin Koçak  
Sertifika No. 48625  
Maltepe Mahallesi  
Hastane Yolu Sokak No. 1/6  
Zeytinburnu / İstanbul



UĞUR KOŞAR

HAYAT SİZİ YORUYOR MU?  
O HALDE

ALLAH'A KOŞUN

RABB'in VARKEN BİR KULA MI İHTİYAÇ DUYARSIN?



## İÇİNDEKİLER

Söze Başlarken... ..	11
Güne Başlarken:	
Yüzümüzü Tefekkür ile Yıkamak .....	13
Allah'ın İkramlarına Açık Olarak Güne Başlamak.....	21
Huzurun Yolu Allah'a Sığınmaktır .....	25
Allah ile Dertleş.....	33
Allah Dertliyi Sever.....	39
Allah Seni Korur.....	47
Hamd Etmek Sana Hediye Getirecektir .....	49
Kahrın da Hoş, Lütfun da Hoş.....	53
Şeytanın Tek Gücü ve Silahı: Vesvese .....	61
Nefsi Ceza ve Telkin ile Eğitmek.....	67
Her Şeyin Arkasında Allah'ı Gör.....	79
Allah Rızası İçin Yaşamak.....	87
Peygamberimizi İlişkilerde	
Örnek Alarak Mutlu Yaşamak .....	93

Sevgi mi Yoksa Korku Dini mi? .....	107
Fazla Değer Vermek İyi midir? .....	115
İyiliğin Karşılığı Nedir? .....	119
Allah İkrâm Eden Kulunu Sever ve Duasını Geri Çevirmez .....	123
Allah Kıskanmayı Kadının Fıtratına Koymuştur.....	131
Kadınları Takdir Eden Kula Ne Mutlu .....	137
Şeytan Seni Günahkârsın Diye Sıkar!.....	141
Tövbe Geçmiş Günahlarını da Sevaba Çevirir .....	147
Tövbe Rızkını da Bereketlendirecektir .....	149
Cennet Sana Âşık Olsun İster misin?.....	151
Çünkü Allah Adildir, Kimsenin Hakkını Kimseye Bırakmaz .....	155
Suçlu Kader Diyorsun! .....	167
Pazartesiye Seveni Allah da Sever! .....	173
Depresyondan Korkma.....	175
Sıkıntı ve Musibet Cennet Anahtarıdır .....	193
Nasiple Kavga Edilmez.....	197
Son Söz.....	199
Uğur Koşar Kimdir?.....	201
Uğur Koşar'ın Terapisi Hakkında .....	205

Rahman ve Rahim olan Allah'ın adıyla başlarım. Bu kitabı yazmayı vesile kılan Rabb'ime verdiği lütfundan dolayı hamdü senalar olsun:

*“Ben bir kulu sevdiğim zaman onun işiten kulağı ve gören gözü olurum. Artık o, konuşurken benim kelimim ve hükmümle konuşmaya ve baktığı her şeyi benim verdiğim özel bir görüşle görmeye başlar.”*

Bu kitabı yazan Uğur Koşar sadece aracıdır, vesiledir. Lütuf ve rahmet tamamen Allah'ındır...

Dardasın ve başını alıp gidecek bir yer mi arıyorsun?  
Yoksa kararsız kalmış ve yolunu mu şaşırdın? Çoğu zaman kime ve nereye gitsem diye mi düşünüyorsun?  
İşte Rabb'in sana müjde verip adeta kucak açıyor:  
“Allah'a koşun.”

– Zariyat 50

## SÖZE BAŞLARKEN...

Allah kullarına birçok kez kutsal kitabımız Kuran'da buyurdu, "Allah'a sığın, Allah size yeter, Allah'tan başka dost yoktur, Allah'tan başka yardımcı yoktur" diye.

Bugüne kadar size sığınmayla gelen huzuru anlatmaya, yaşatmaya çalışmışım. Bir kez daha Rabb'imiz buyuruyordu:

*"Allah'a koşun..."*

İşte size bu yeni kitabımızda O'na koşmayı anlatmak istedim. "Azap size gelmeden önce Rabb'inize sığın" diyordu yüce Allah. Biz bugüne kadar hep azap gelince sığınmıştık Rabb'imize. Oysa Allah bize bir sır veriyordu adeta, "Bir sıkıntınız gelmeden önce bana sığın, başvurun" diyordu...

Evet, dünyadaki huzur ve kurtuluşu, gerçek mutluluğu bu ayet çok net ifade ediyordu aslında. Ve benim tüm niyetim sıkıntılardan arınarak *Allah'a koşmana* vesile olmaktır...



## GÜNE BAŞLARKEN: YÜZÜMÜZÜ TEFEKKÜR İLE YIKAMAK

Benim kıymetli okurum, vicdanlı okurum... Sizlerin duaları, Allah'ın lütfu ve verdiği ilham ile yeni bir kitabımıza başladık çok şükür. Kitap yazma konusunda acele etmiyorum. Biliyorum sizler belki her ay bir kitap çıkartsak okuyacaksınız. Sevgiyle, belki de koşa koşa gidip alacaksınız kitaplarımızı.

Fakat o zaman yazdığım kitap rahmani olmayacak, kitap yazmak için bunu yapmış olacağım. O zaman kitabımıza o güzel enerji belki de yansımayacaktı. Bu yüzden Allah, bizim güzel dostumuz, her şeyimiz olan Rabb'imiz izin verdiğinde, ilham ettikçe gönlüme, bende bu satırları yazıyorum.

Allah Peygamberlerimize vahiy edermiş, sevdiği kullarına ise ilham edermiş. Hamd olsun ki bizlere de demek ilham ediyor ve sizlerle buluşturuyor. Kurban olduğum Rabbim sizi o kadar çok seviyor ki inşallah bu derin sevgiyi hissettirmeye ben de âcizane kulu olarak vesile olurum.

*Allah De Ötesini Bırak* kitabımızda hatırlarsan ilk tefekkürden söz etmiştim sana. Derin düşünmekten... Böylece baktığımız her şeyde Rabb'imizin gücünü, kudret ve kuvvetini görüyor, şahit oluyorduk.

Tefekkürü çok önem veriyorum. Nasıl vermeyeyim! Sevgili Peygamberimizin ömrü tefekkür ile geçirdi. Tefekkür ruhun adeta suyudur. Evet, namaz ekmeğidir ruhumuzun, tefekkür ise suyu...

Bir şeyi bilmenin ruhumuza katkısı çok fazla yoktur, keza bedenimize de. Mesela yemeğin karnımızı doyurduğunu biliriz ama onu yemezsek bir süre sonra bedenimiz iflas edecektir.

İşte her şeyin Allah'ın izni ile olduğunu bizler çok iyi biliyoruz, ama sadece biliyoruz... Bunu sindirmemiz gerek ki ruhumuz beslensin. En ufak bir stres karşısında yenik düşmeyelim ruhsal sıkıntılara...

Sevgili Peygamberimiz de her şeyin Allah'ın gücü ve kudreti ile olduğunu biliyordu, en iyi bilen insandı; fakat bilmekle kalmayarak Nur Dağı'nın Hira Mağarası'na çıkıyor ve orada günlerce tefekkür halinde kalıyordu öyle değil mi?

Demek ki bilmekten öte, hayata almak gerekiyormuş...

Madem Allah'a koşun diye Rabb'imiz buyuruyor, biz de tefekkür köprüsünün üzerinde Rabb'imize doğru koşalım. Şimdi durma değil, yürüme değil, evet şimdi koşma vaktidir. Allah'a koşma vaktidir. Huzura koşma vaktidir. Gerçek dostumuza koşma vaktidir.

Bu yüzden güne tefekkür ile başlamanı çok isterim. Ben her yeni güne tefekkür ile başlıyorum, bu şekilde ruhumu arındırıyorum. Tefekkür ile ruhumu arındırmak apayrı bir huzur katıyor bana.

İnsanın içini öyle bir derinlik kaplıyor ki bu tarif edi-

lemez, yaşamamı isterim; hem de tüm iliklerine kadar bu muhteşem hissin tadına varmamı dilerim.

Peki, bunu nasıl yapacağız? Sabah namazımızı kıldık-tan sonra camın önüne gidelim ve perdeyi açarak karanlık odamızı Allah'ın nuru ile aydınlatalım.

Gözlerimiz belki de kamaşmış bir durumda... Işığa yeni yeni alışıyor... Evet, ilk olarak gökyüzüne bakıyoruz yine. Ve gökyüzündeki bulutların, semanın, kuşların ayakta olduğunu görüyoruz. Ve içimizden tekrar ediyoruz: "Ey uçan kuş, ey ayakta dikilen gökyüzü, sizler Allah'ın Kayyum (yeryüzü ve gökyüzü, her şeyi ayakta tutan esmasının) tecellisi ile ayaktasınız. Hiçbir iradeniz ve gücünüz yoktur."

Sonra varoluşun üzerindeki renklere şahit olalım, te-fekkür edelim, derince bakalım. Aklımıza hemen Bakara Suresi 138 geliyor:

*"Allah'ın boyasına bak. Kim, Allah'tan daha güzel boya vurabilir ki? İşte biz O'na ibadet edenleriz."*

Evet, ağaçların yapraklarına bakar mısın? Yeşil renk... Böyle bir yeşili hiçbir yerde göremezsin. Hiçbir boyada böyle bir ton olamaz... Ve o ağacın gövdesindeki kah-verengiye görüyor musun? Ya toprağın kahverengisini? Allah'ım böyle bir güzellik yok hamd olsun.

İnsanların yüzüne bakar mısın şimdi de?

Kimi açık ten, kimi daha koyu... İşte Allah'ın boyası bu...

Sonra evindeki meyvelerin üzerindeki renge bakabi-lirsin. Çilek, kiraz, elma, şeftali... Ya karpuzun kırmızısı... Belki de bunu belli aralıklar ile yapıyordun. Şimdi daha

da derinleşelim ve diyelim ki, “Allah’ım senin boyan ne güzel boyadır.” Evet, aynen bu şekilde zikrederek bakalım renklere...

Varoluşa bakmaya devam edelim lütfen. İnsanları, ağaçları, hayvanları ve tüm düzeni yoktan var eden Halik (her şeyi yoktan var eden) tecellisine şahit olalım birlikte.

Allah her şeyi yoktan var etmiş ve düzene sokmuş. Her şeyi birbirine uygun yaratmış. Örnek olmadan yaratmış El Bari tecellisini hisset lütfen. Kuşa kanat vermiş, ne kadar uyumlu olmuş. İnsana bir gövde vermiş, kollar takmış ve gövdenin en üstüne kafatası ve o kafatasına gözler, burun, kaş, ağız yerleştirmiş.

İşte bunlar El Bari tecellisidir (örneksiz yaratan).

Bir ressam çok güzel resim çizebilir ama bir yere bakmak zorunda aynı resmi çizebilmek için öyle değil mi? İşte Allah örneksiz bu şekilde yaratıyor. El Bari tecellisini görebiliyorsun baktığın her şeyde...

Şu an benlik yok oluyor yavaş yavaş. “Benliği çıkart aradan, zaten orada Yaradan” demişti Yunus Emre. Şimdi biz bu rahmet dolu yoldayız... Her şeyin Allah’tan olduğuna şahit oluyoruz.

Budistlerin meditasyonu vardır demiştik, bizim tefekkürümüz var ve bunun içinde *ilahi rahmet* var. Onlar da şahit oluyor ama boş şeye. Boşluğa şahit oluyor. Biz ise Allah’ın gücü ve kudretine şahit oluyoruz. Tıpkı sevgili Peygamberimiz Hz. Muhammed<sup>(sav)</sup> gibi.

Bunu bize lütfeden Allah'a hamd ederim. Size yazarken bile kendimi pamuk gibi hafif hissediyorum. Çok şükür.

Şimdi de yavaş yavaş "Malik-ül Mülk" (yani malın ve mülkün tek sahibi) tecellisine şahit olalım. Bakın evlere, binalara. Biz daha önce bu Mustafa'nın marketi, bu Ahmet Bey'in evi, bu benim evim gibi sürekli benlik içinde yaşıyorduk. Oysa o gördüğün binalar, evler, hatta şu an içinde bulunduğun daire, hatta daha da ötesi beden ve aldığı nefes kimin?

Elbette âlemlerin Rabb'i olan Allah'ın. Şimdi diyelim ki gördüğüm tüm bu binalar, işyerleri, evler, bu bulunduğum bina, daire Malik-ül Mülk'ündür. Aldığım nefes ve bu beden dahi Rabbim senindir.

Kapıma bir yazı yazmayı düşünüyorum, nefsim her gördüğünde ıslah olsun diye. Şöyle bir yazı: "Bu evin sahibi Malik-ül Mülk'tür. Uğur Koşar ise sadece emanetçidir."

Tabii ki bunun farkındayız ama bazen dünya hali olur da nefis bir an unuttur gaflete düşer. Böylece her eve girdiğimde emanetçi olduğumun tekrar tekrar farkına varacağım. Bunu size de tavsiye edebilirim.

Çıkarttık benliği aradan, işte şimdi Yaradan ile birlikteyiz. Çok şükür... Evet, yüzümüzü böylece tefekkür ile yıkamış olduk. Bunu her sabah yapar güne öylece başlarım. Sonra da Allah'tan gelecek tüm güzelliklere açık bir kalbin niyetine girerek evden çıkarım.

Sen yağmur yağıyor sanıyorsun oysa Allah,  
Mukit sıfatı ile tecelli ediyor. Ađaç, bitki,  
börtü böcekleri, hayvanları suluyor, besliyor.

“Œayet hayvanlar da olmasaydı,  
tek damla yađmur bile yađmazdı.”

– Hz. Muhammed<sup>(sav)</sup>

Şimdi sırtını Allah'a daya ve işlerinin halledileceğini  
düşünerek derince bir nefes al.  
Nefes için de şükret ki ilahi aşk tüm ruhunu sarsın.