

RAMAZAN VE ORUÇ

Dr. Muzaffer Şahin

Din İşleri Yüksek Kurulu Üyesi

1. RAMAZAN VE ÖNEMİ

Manevi güzelliklerle dolu olan Ramazan ayı müminler için bir rahmet ve mağfiret mevsimidir. Bu kıymetli zaman dilimini ibadet ve iyiliklerle değerlendiren mümin ebedi mutluluk kapısını açar. Cehennemden kurtuluş beratını alarak zaman ve mekân cennetine doğru yol alır.

Bir hadis-i şerifte şöyle buyurulmaktadır:

عَنْ أَبِي هُرَيْرَةَ أَنَّ رَسُولَ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ قَالَ « إِذَا دَخَلَ رَمَضَانُ فَتُحْتَأَبُجُ أَبْوَابُ الْجَنَّةِ وَتُغْلَقُ أَبْوَابُ النَّارِ وَصُفِّدَتِ الشَّيَاطِينُ .

"Ramazan Ayı gelince, cennet kapıları açılır, cehennem kapıları kapanır ve şeytanlar zincire vurulurlar."¹ Bu hadis-i şerif gösteriyor ki; Ramazan ayında iyi işler yapıp kötülüklerden sakınan mümine cennetin kapıları açılır cehennemin kapıları kapanır. Oruç sayesinde nefesine hakim olup şeytana uymadığı için de şeytan etkisiz hale getirilmiş olur.

İnsanın yaşadığı her an, onun için sonsuzluğa açılan bir zaman parçası olmaya namzettir, idrak ettiğimiz bu Ramazan-ı şerifin, bu anı içinde saklamadığını kim bilebilir!

Ramazan Allah'ın rızasını kazanma kuşağıdır. Ramazanın her ögesi böyle bir kazancı sağlayıcı niteliktedir. Oruçlar, beş vakit namazlar, teravihler, dualar, zikir ve tesbihler, iftarlar, sahur, fitreler, sadakalar hepsi de birer sevap makinesi gibi işlerler. Uygulayıcılarını ebedi nimet ve mutluluklara eriştirirler.

Ramazani ahiret hesabına yönelik mükemmel bir biçimde değerlendirebilmek için ayet ve hadislerin ışığında en hayati iki noktayı arz etmeye çalışalım:

a) Ramazani bütün olarak yaşamaya ruhen ve kalben niyet etmek

Yani niyetli bir Ramazan yaşamaktır. Burada oruç tutmak için gerekli olan niyetten söz etmiyoruz. Merkezi Allah rızası olan bir niyeti kast ediyoruz. Hz. Peygamber,

قَالَ رَسُولُ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ « إِنَّمَا الْأَعْمَالُ بِالنِّيَّةِ وَإِنَّمَا لِامْرِئٍ مِمَّا نَوَى

"Ameller niyetlere göre değerlendirilir. Herkese niyet ettiği şey vardır"² buyurmaktadır. O halde amelin gerçek değer amel edenin niyetinde gizlidir. Hz.

¹ Buhari, Savm, 5.

² Buhari, Bed'ü'l-Vahy I; Müslim, İmare 1550.

Peygamberin'

"Müminin niyeti amelinden hayırlıdır..." hadisi bu gerçeği vurgulamaktadır. (Kenzu'l- Ummal 3/419,-424; Müsnedü'l-Firdevs 4/286, 303; Cem'u'l-Fevâid, 1/303, 2/265)

İnsanlar niyetlerini her zaman "Allah için olma" ya kilitleyebilseler, hesapsız sevap kazanırlar. Yattıkları yerde, yerken, içerken bile sürekli olgunlaşma (tekâmül) kaydederler. Niyet, sahte ile gerçeği birbirinden ayıran mihenktir. İnsanın değeri gönlündeki niyetinde gizlidir. Yani niyet insanın asli değeridir.

İnsan, Allah için yaptığı mubah olan işlerden, yani normalde sevabı da günahı da olmayan gündelik meşgalelerden bile sevap alabilir. Örneğin niyeti namaz kılmak olan bir müminin camiye giderken attığı adımın sevabı vardır. Oysa yürümek aslında sevap doğuran bir amel değildir, ibadete vesile olmasından dolayı ayrıca sevap getirmektedir. Aynı şekilde namaz kılanın diğer mubah dünyevi işleri de güzel bir niyet ile ibadet hükmünü alır. Böylece kişi bütün ömrünü ahirete mal edebilir. Diğer bir ifade ile insan sevaplara ancak iman, arzu ve niyetle sahip olabilir. Niyetle azlar çok, çoklar sonsuz olur. Allah'ın sonsuz nimetlerine karşı amelle değil niyetle şükredilebilir.

Belirtmeye çalıştığımız bu şuur hayatın bütün olgularında ve özellikle Ramazanda bize hâkim olmalıdır. Hz. Peygamber,

« قَالَ رَسُولُ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ « مَنْ صَامَ رَمَضَانَ إِيمَانًا وَاحْتِسَابًا غُفِرَ لَهُ مَا تَقَدَّمَ مِنْ ذَنْبِهِ »

"Niyet ederek ve ecrini Allah'tan bekleyerek Ramazan orucunu tutan kişinin geçmiş günahları affolunur."³ müjdesini vermektedir. Bu müjde ancak niyet ile gerçekleşir. Oruçlu kimse oruca niyet ettiği gibi bu oruçla Allah'ın rızasını, rahmet ve mağfiretini de dilemelidir.

O halde Ramazanda niyetlerimizi sağlam tutmalıyız ki adetlerimiz ibadetlere dönüşsün. Ziyafetlerimiz, ziyaretlerimiz ibadet olsun. Dolayısıyla Allah için almalı, Allah için vermeli, Allah için ikram etmeli, Allah için okumalı, Allah için kılmalı... kısaca her şeyde Allah rızası gözetilmelidir. Mahşerde insanların pişmanlık duyacağı hususlardan birisi de "niyetsiz yaşamış olmaları olacaktır. Bütün bir hayatı ibadete çevirmek mümkün iken bu fırsatı kaçırmak büyük bir zarardır. Allah'ın emirlerini ve yasaklarını yerine getiremeyişimizin arasında en ucuz hayırları bile kaçırışımıza yanacağız keşke diyeceğiz. Bu duruma düşmemek için dünya hayatımızı hakkıyla değerlendirmemiz gerekir.

b) Bilgiyi İmanlaştırmak

Bilgi başka, iman başka, bilgiyle iman ise bambaşkadır. Doğru bilgilere inanmamız gerekir. Çok bilmek, çok okumak kâmil bir iman için yeterli bir alt yapı değildir. Esas olan kişinin doğru bildiklerine inanmasıdır. İnsan inancı ölçüsünde amel yapar, bilgisi ölçüsünde

³ Buhari, Savm, 26.

değil. Bildiklerimizin yüzde birine gereği gibi inansaydık, hepimiz ibadette birer Veysel Karani olurduk.

İman dairesine girmemiş bilgilerimiz birer kültürden ibarettir. Bu durumda olan kişiye kültürlü fakat imanı zayıftır denir.

Önümüzde yanan ateşe elimizi uzatır mıyız? Hayır. Neden? Çünkü elimizi ateşe uzattığımızda yanacağına kesin olarak inanıyoruz. İşte Kur'an ve sünnetin ortaya koyduğu kesin hükümlere aynı ölçüde inanmış olsaydık ibadetlerimizi eksiksiz olarak yerine getirir harama girmekten kaçınırdık.

Genel anlamda Kur'an ve sünnet neden müminin ruhunda şok meydana getirmemektedir? Daha doğrusu neden Kur'an ve sünnete tam manasıyla bağlanamamaktadır? Çünkü Kur'an ve sünnete beşer sözü imiş gibi bakılmakta ve böylece onlardaki ilâhi mana gizlenmektedir. Günümüz insanına kalpten ziyade his ve hevesler hâkimdir. Böyle olunca da İslâm'ın büyük hakikatleri nasıl anlaşılacaktır.

İnsan bildiklerini değil, inandıklarını yaşar. Diğer bir ifadeyle kafasındakini değil, kalbindekini yapar. Bizler kafamızdaki dini bilgileri kalbimize indirebilirsek ancak o zaman onları yaşayabiliriz, işte bilginin imanlaşması bu demektir. Bugün *sûrî* bilgiden ziyade imana ihtiyacımız vardır. Şeytanların zincire vurulduğu Ramazan ayında her mümin sahip olduğu İslâm'ı doğru bilgileri kalbine indirip onları hayata geçirmelidir. Ramazanlar bunun için önemli fırsatlardır.

Rahmet ve mağfiret ayı olan Ramazana "*Kur'an ayı*" da denmektedir. Çünkü Allah'ın insanlığa son mesaj olarak gönderdiği Kur'an-ı Kerim Hz. Peygambere bu ayda inmeye başlamıştır. Konuyla ilgili olarak Kur'an-ı Kerim'de şöyle bildirilmektedir:

شَهْرُ رَمَضَانَ الَّذِي أُنزِلَ فِيهِ الْقُرْآنُ هُدًى لِّلنَّاسِ وَبَيِّنَاتٍ مِّنَ الْهُدَىٰ وَالْفُرْقَانِ

"(O sayılı günler), insanlar için bir hidayet rehberi, doğru yolun ve hak ile batılı birbirinden ayırmanın apaçık delilleri olarak Kur'an kendisinde indirildiği Ramazan ayıdır..."⁴

Cebrail her yıl Ramazanda Hz. Peygambere gelerek o güne kadar inen ayetleri karşılıklı olarak birbirlerine okurlardı. Ramazan ayında camilerde ve evlerde okunan mukabele ve Kur'an hatimleri Cebrail ile Peygamberimiz arasında yapılan mukabele uygulamasının bir devamıdır.

Ramazan ayının en önemli özelliği oruç ibadetinin bu aya tahsis edilmesidir. Bundan dolayı Ramazan ayına "*Şehr-i Siyam*" denilmiştir.

⁴ Bakara,2/185.

2. ORUÇ VE ÖNEMİ

Ramazan orucu, hicretin ikinci yılı içinde Şaban ayında farz kılınmıştır. Orucun farziyeti kitap, sünnet ve icma ile sabittir.

Kur'an-ı Kerim'de:

يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا كُتِبَ عَلَيْكُمُ الصِّيَامُ كَمَا كُتِبَ عَلَى الَّذِينَ مِن قَبْلِكُمْ لَعَلَّكُمْ تَتَّقُونَ

"Ey iman edenler! Allah'a karşı gelmekten sakınmanız için oruç, sizden öncekilere farz kılındığı gibi size de farz kılındı" buyurulmuştur.⁵

3. ORUCUN MAHİYETİ

Oruç Arapça 'da "*savm*" kelimesiyle ifade edilir. *Savm* sözlükte nefsi tutmak ve engellemek anlamındadır.

İslam dininde oruç, sabahın başlangıcı sayılan ikinci fecirden (tan yerinin ağarmasından) başlayarak güneşin batışına kadar ki sürede ibadet niyetiyle yemekten, içmekten ve cinsel ilişkiden nefsi uzak tutmaktır. Buna din ıstılahında "*imsak*" denir. Müftirat denilen (oruç bozucu) şeylerden nefsi gerçekten veya hükmen uzak tutmak bir imsaktır.

imsak sözünün karşıtı "*iftar*" dır. Hiç oruç tutmamak bir iftar olduğu gibi, güneşin batışından sonra orucu açmakta bir iftardır. Oruçlu iken oruç bozucu şeylerin yapılması da yine bir iftardır. Orucu bozan şeylerin her birine "*müftir*" denildiği gibi, orucunu açan kişiye de "*müftir*" denilir. Bunun çoğulu "*müftirat*" tır.

Oruç, ibadetleri değerli kılan ihlas özelliğini en çok yansıtan bir ibadettir. Çünkü bir kişinin oruçlu olup olmadığını ancak Allah ile kendisi bilir. Yani böyle olmalıdır. Bir kutsi hadiste:

عَنِ النَّبِيِّ صَلَّى اللهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ يَرُوبِهِ عَنْ رَبِّكُمْ قَالَ « لِكُلِّ عَمَلٍ كَفَّارَةٌ ، وَالصَّوْمُ لِي وَأَنَا أُجْرِي بِهِ

"Oruç doğrudan doğruya benim için yapılmış bir ibadettir. Onun (sayısız) karşılığını da doğrudan doğruya ben vereceğim"⁶ buyurulmaktadır. Hadiste geçen "oruç benim için yapılmış bir ibadettir..."sözünün anlamı, oruç, görünüşle alakası olmayan gizli bir ibadettir ve başkalarının onda hiçbir payı yoktur, demektir. Bunun için hadisin devamında Allah "onun karşılığını ben vereceğim" buyurmuştur. Bu itibarla oruç, ibadetlerin en büyüğüdür. İnsanları Mirac'a yükselten bir Burak'tır. İnsanların nefis ve arzularıyla yaptıkları savaştır.

Oruçtan beklenen amacın gerçekleşmesi için dikkat edilmesi gereken şeyler vardır. Bilindiği üzere oruç, bir imsak ameliyesi yani tan yerinin ağarmasından (imsakten) itibaren,

⁵ Bakara, 2/183.

⁶ Tecdrid-i Sarih, 6/248.

güneş batıncaya kadar yeme, içme, cinsel ilişkide bulunma... gibi orucu bozacak davranışlardan uzak kalma işidir. Ancak kâmil anlamda oruç bütün organların iştirakiyle gerçekleşir. Şöyle ki; oruç tutan kişi mideyi yemek içmekten koruduğu gibi, dili de yalandan, gıybetten, kötü ve boş sözden uzat tutmalıdır. Göz harama bakmamalı, kusur aramamalıdır. Kulak gıybet, dedikodu ve abes şeyler dinlememelidir. Gönül güzel şeyler düşünmelidir. Allah dostları yalan söylemenin ve başkasını çekiştirmenin orucu bozacağını belirtmişlerdir. Bilinmelidir ki, organları orucu iştirak etmeyi başaramayan kişi şeklen oruç tutmuşsa da, oruçtan beklenen gayeye bütünüyle ulaşamamış demektir. Hz. Peygamberin:

عَنِ النَّبِيِّ -صلى الله عليه وسلم- قَالَ: «كَمْ مِنْ صَائِمٍ لَيْسَ لَهُ مِنْ صِيَامِهِ إِلَّا الظَّمُّ»

"Nice oruç tutanlar vardır ki oruçtan onlara kalan sadece açlık ve susuzluktur"⁷ hadisi bu gerçeği vurgulamaktadır

4. ORUCUN SAĞLADIĞI BAZI MADDİ VE MANEVİ YARARLAR

Oruç, sırf Allah'ın emri olduğu için tutulan bir ibadet olmakla birlikte fert ve topluma yönelik pek çok faydası da olan bir ibadettir. Orucu, Allah'ın bir emri olarak tutarken bu yararları da göz önünde bulundurmamak durumundayız.

Orucun başlıca yararları şunlardır:

a) Oruç kötülüklerden korur

Orucun bir özelliği de oruçluyu kötülüklerden koruyan bir ibadet oluşudur. Bakara suresinin 183. ayetinde orucun bu özelliğine dikkatimiz çekilmektedir. Ayette,

يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا كُتِبَ عَلَيْكُمُ الصِّيَامُ كَمَا كُتِبَ عَلَى الَّذِينَ مِن قَبْلِكُمْ لَعَلَّكُمْ تَتَّقُونَ ﴿183﴾

"Ey iman edenler! Allah'a karşı gelmekten sakınmanız için oruç, sizden öncekilere farz kılındığı gibi size de farz kılındı."⁸ Buyurulmaktadır. Ayete göre oruç kişiyi kötülüklerden koruyan önemli bir vesiledir. Hz. Peygamber de orucun bu özelliğini şöylece dile getirmiştir:

قَالَ رَسُولُ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ وَالصِّيَامُ جُنَّةٌ فَإِذَا كَانَ يَوْمٌ صَوْمٍ أَحَدِكُمْ فَلَا يَرْفُثُ يَوْمَهُ وَلَا يَسْخَبُ فَإِنْ سَابَهُ

أَحَدٌ أَوْ فَاتَلَهُ فَلْيَقُلْ إِنِّي أُمْرٌ صَائِمٌ .

"Oruç bir kalkandır. O halde oruçlu kötü söz söylemesin. Oruçlu kendisiyle çekişip kavga etmek isteyen kişiye 'ben oruçluyum, ben oruçluyum' desin..."⁹ "**Oruç bir kalkandır**"

⁷ İbn. Mâce, Savm,21.

⁸ Bakara, 2/183.

⁹ Tecrid-i Sarih, 6/247.

ifadesiyle orucun, oruçluya melek özelliği kazandıracağı ve böylece onu kötülüklerden koruyacağı belirtilmiştir.

b) Oruç nefsi terbiye eder, ruhu olgunlaştırır

İnsan yeryüzünün halifesi olarak yaratılmış harika bir varlıktır. Bedenle ruh gibi iki zıt unsur insanda iç içedir, insanın mutluluğu bu farklı zıt unsurların dengede tutulmasına bağlıdır. Maddi yapı ruhi ve manevi güçlere baskın çıkma eğilimindedir. Bu eğilim sürekli ve etkili olursa ruhun olgunlaşması ve tekâmülü engellenmiş olur. O bakımdan beden ruha boyun eğmesi için beden gücünü sınırlayıp ruhunkini artırmak gerekir. Bunu gerçekleştirmenin en etkili yolu açlık, susuzluk, cinsel istekleri sınırlamak; kalp, zihin ve diğer organları denetim altına almaktır. İşte bütün bunlar oruç sayesinde sağlanabilir.

Bir Allah dostu düşünmektedir: Oruç ağzı bağlamaya karşı gönül gözünün açılmasına yarar. Can gözünün açılması bedeni güçleri etkisiz hale getirmekle mümkün olur. Gönül gözü kör olanları hiçbir ibadet aydınlatamaz.

c) Oruç sabır ve irade gücü kazandırır

İnsan hayatının tatlı ve huzurlu günleri olduğu gibi, acılı ve sıkıntılı dönemleri de vardır. Çoğu kere nimet ve rahmete ulaşmanın yolu zahmet ve mihnetlere katlanmaktan geçer. Bu yönüyle sabır başarıya ulaşmanın en önemli şartlarından biridir. Oruçlu olduğu için sahip olduğu şeylere el sürmeyen kişi, iradesine hâkim olmuş, nefsinin zorluklara alıştırmak eğitmiş ve üstün bir meziyet kazanmış olur. Böyle bir insan acılı ve sıkıntılı durumlar karşısında sabır ve tahammül göstererek soğukkanlılığını korur.

İnsan fitratı başkaldıran bir yapıya sahip olduğu için çoğu zaman aşırılıklar gösterir. Onun aşırılıklarını bastırmak için iradeyi güçlendiren ruhu arındıran oruca mutlaka ihtiyaç vardır.

d) Oruç ahlâkı güzelleştirir

Oruç insana iyi huylar kazandıran köklü bir irade terbiyesi ve ahlâk eğitimidir. Bir hadis-i şerifte şöyle buyurulmaktadır:

قَالَ رَسُولُ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ «مَنْ لَمْ يَدَعْ قَوْلَ الزُّورِ وَالْعَمَلَ بِهِ فَلَيْسَ لِلَّهِ حَاجَةٌ فِي أَنْ يَدَعَ طَعَامَهُ وَشَرَابَهُ»

"Kim yalan söylemeyi ve yalanla iş görmeyi bırakmazsa Allah, onun yemesini içmesini bırakmasına hiç değer vermez"¹⁰ Hadis-i şerif orucun hedefinin kötü huylardan uzak kalmak olduğunu açıkça göstermektedir.

Oruç kötü alışkanlıklardan kurtulmak ve iyi alışkanlıklar kazanmak için çok önemli bir fırsattır. Alışkanlıkların insan hayatı üzerinde büyük bir etkisi vardır. Yakasını kötü

¹⁰ Tecrid-i Sarih, 6/253 H. No: 902.

alışkanlıklara her nasılsa kaptıran bir kişi, onların etkisinden kurtulmak için çok kuvvetli bir iradeye sahip olmalıdır. Şeytanın insanları kötü alışkanlıklara çekmek için en çok kullandığı iki yol mide ve şehvettir. Oruçla bu tehlikenin önüne geçilmiş olur.

e) Oruç sağlığı korur

Bugün orucun insan sağlığı üzerindeki olumlu etkileri tüm dünyada bilinen ve kabul edilen bir gerçektir. Orucun sağlığa ilişkin yararları tıp uzmanlarınca ortaya konmaktadır. Burada Hz. Peygamberin konuya ilişkin bir hadisini belirtmek gerekir: " Oruç tutunuz ki, sıhhat bulaşınız."¹¹

5. RAMAZAN DA NASIL YEMELİ

Ramazan ayı zannedildiği gibi "*yeme ayı*" değil, "*yememe ayıdır.*" Oruçlunun iftar ve sahurda yeme konusunda aşırıya kaçması hiç doğru değildir.

Uzmanlara göre akşam iftara oturulduğunda yaklaşık on iki saat aç kalınmış demektir. Sindirim sistemi dinlenmedir. İşte iftarda yemek birden ve aşırı şekilde mideye dolarsa salgılar fazlaşır, tansiyon düşüklüğü olur. Hele bir de yemek yedikten sonra yatılırsa tehlike artar. Vücuttaki kan mide ve bağırsakların etrafında toplanır. Beyin ve kalbe kanın gitmesi engellenir, kan birden vücuda dağıldığında ise kalp çarpıntısına sebep olur.

Bu sebeple iftarda yemek yavaş ve iyi çiğnenerek yenmelidir. Sağlığa en uygun olanı yemeğin, oruç açılıp bir müddet sonra örneğin; akşam namazı kılındıktan sonra yenmesidir.

Ramazanda bol sıvı alınmalı, ağır yiyeceklerden kaçınmalı, meyve ve çiğ sebze tüketimine önem verilmelidir. Ramazanın sağlık ayı olduğu unutulmamalıdır.

¹¹ Münziri, II, 83.