



ORUÇ TUTMAK SABİR EĞİTİMİ

عَنْ أَبِي هُرَيْرَةَ أَنَّ رَسُولَ اللَّهِ ﷺ قَالَ: «الصَّيَامُ جُنَّةٌ، فَلَا يَرُفُثُ وَلَا يَجْهَلُ، وَإِنْ
امْرُؤٌ قَاتَلَهُ أَوْ شَاتَمَهُ فَلْيُقِلْ: إِنِّي صَائِمٌ مَرَّتَيْنِ...»

Ebû Hüreyre'den nakledildiğine göre,
Resûlullah (sav) şöyle buyurmuştur:
“Oruç bir kalkandır. Oruçlu, saygısızlık yapmasın, kötü
konuşmasın. Eğer biri kendisiyle dövüşmeye veya sövüşmeye
kalkışırsa, iki defa, ‘Ben oruçluyum.’ desin...”

(B1894 Buhârî, Savm, 2)



عَنْ أَبِي هُرَيْرَةَ رَضِيَ اللَّهُ عَنْهُ قَالَ: قَالَ رَسُولُ اللَّهِ ﷺ:
”مَنْ لَمْ يَدَعْ قَوْلَ الزُّورِ وَالْعَمَلَ بِهِ، فَلَيْسَ لِلَّهِ حَاجَةٌ فِي أَنْ يَدَعَ
طَعَامَهُ وَشَرَابَهُ.“



عَنْ أَبِي هُرَيْرَةَ قَالَ: قَالَ رَسُولُ اللَّهِ ﷺ: ”رَبِّ صَائِمٍ لَيْسَ لَهُ مِنْ صِيَامِهِ إِلَّا
الْجُوعُ. وَرَبِّ قَائِمٍ لَيْسَ لَهُ مِنْ قِيَامِهِ إِلَّا السَّهَرُ.“



عَنْ أَنَسٍ رَضِيَ اللَّهُ عَنْهُ قَالَ: قَالَ رَسُولُ اللَّهِ ﷺ:
”تَسَحَّرُوا فَإِنَّ فِي السُّحُورِ بَرَكَاتًا.“



عَنْ زَيْدِ بْنِ خَالِدِ الْجُهَنِيِّ قَالَ: قَالَ رَسُولُ اللَّهِ ﷺ: ”مَنْ فَطَرَ صَائِمًا كَانَ لَهُ
مِثْلُ أَجْرِهِ غَيْرَ أَنَّهُ لَا يَنْقُصُ مِنْ أَجْرِ الصَّائِمِ شَيْئًا.“



Ebû Hüreyre'den (ra) nakledildiğine göre, Resûlullah (sav) şöyle buyurmuştur: *“Yalanı ve yalana göre hareket etmeyi terk etmeyenin yemeyi içmeyi bırakmasına Allah'ın ihtiyacı yoktur!”*

(B1903 Buhârî, Savm, 8)



Ebû Hüreyre'den rivayet edildiğine göre, Resûlullah (sav) şöyle buyurmuştur: *“Oruç tutan nice kimseler vardır ki oruçtan nasibi sadece aç kalmaktır. Geceyi ibadetle geçiren nice kimseler vardır ki kıyamdan nasibi sadece uykusuz kalmaktır.”*

(İM1690 İbn Mâce, Sıyâm, 21)



Enes (b. Mâlik)'ten (ra) rivayet edildiğine göre, Resûlullah (sav) şöyle buyurmuştur. *“Sahura kalkın. Çünkü sahurda bereket vardır.”*

(M2549 Müslim, Sıyâm, 45)



Zeyd b. Hâlid el-Cühenî'den rivayet edildiğine göre, Resûlullah (sav) şöyle buyurmuştur: *“Bir oruçluya iftar veren, o kişinin sevabı kadar sevap elde eder. Oruçlunun sevabından da hiçbir şey eksilmez.”*

(T807 Tirmizî, Savm, 82)



H

z. Peygamber, bütün ibadetler gibi orucun da insan davranışlarını etkileyen, düzenleyen yönlerine işaret eder: “Oruç bir kalkandır. Oruçlu, saygısızlık yapmasın, ahlâksızca konuşmasın. Eğer biri kendisiyle dövüşmeye veya sövüşmeye kalkışırsa, iki defa, ‘Ben oruçluyum.’ desin. Bu canı bu tende tutan Allah’a yemin ederim ki oruçlunun (açlıktan dolayı değişen) ağız kokusu Allah nezdinde, misk kokusundan daha hoştur. (Allah, oruçlu için şöyle buyurur): ‘O, yemesini, içmesini ve cinsel isteklerini benim için terk ediyor. Oruç benim içindir. Onun mükâfatını ben vereceğim. Bir iyiliğe ise on misli ecir vardır.’”¹

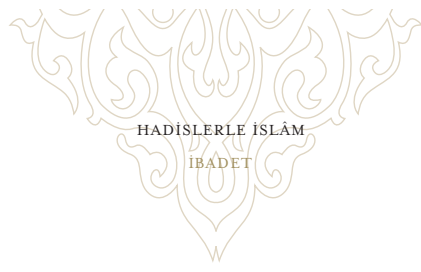
Hız. Peygamber bu hadisinde orucu kalkana benzetmektedir. Kalkan, nasıl ki savaşta askerleri düşmanın ok ve kılıç darbelerine karşı koruyorsa, oruç da sahibini öyle korur. Üstelik sadece dışarıdan gelecek saldırılara karşı değil kendi nefisinden, şehevî arzularından, şeytanın vesveselerinden de onu korur. Bu hassasiyetle oruç tutan kişi dünyada günah ve kötülöklere, âhirette ise cehennem azabına karşı korunmuş olacaktır. Oruçlu, kalkanı öncelikle kendi elinden ve dilinden sadır olabilecek yanlış tutum ve davranışlara karşı kullanacaktır. Bu nedenle kimseye karşı kaba davranışlarda bulunmayacak, cahil ve zorba tutumlar içine girmeyecektir. Şayet bir başkası ona sataşır, kavga ve dövüş edecek olursa bu defa da oruç kalkanını ona karşı kullanacaktır. Çünkü böyle davranmak zor olsa da öfkeyi yenmenin ve yanlış yapana iyilikle karşılık vermenin bir şeklidir.

Oruçluya yakışan, aç olmasına rağmen, yüzünden tebessümü eksik etmemektedir. Gönül kırmak, inanan insana, hele oruçlu bir Müslüman’a yakışmaz. Güler yüz ve tatlı dil, oruç ibadetinin ruhuna verdiği dinginlikle birleşerek insanın ilâhî rahmet esintisine ulaşmasını sağlar. İnananlar nefislerini körelterek ruhlarına huzur veren ve gönüllerinde sevgi, merhamet, şefkat duygularını artıran orucun aydınlığını, yaptıkları hatalarla gölgelemekten sakınırlarsa karşılığını fazlasıyla göreceklerdir. Oruçlunun ayrıntı sayılabilecek fakat orucunu güzelleştirecek davranışlarda bulunması, mahzurlu davranışlardan sakınması ona bambaşka mânevî boyutlar kazandıracaktır.

“Oruçlunun ağız kokusu Allah katında misk kokusundan daha güzeldir.”² buyuran Peygamber Efendimiz, Allah’ın rızasını elde etmek niyeti ile aç kalmaktan dolayı ağızda oluşan kötü kokunun bile böylesine güzel bir

¹ B1894 Buhârî, Savm, 2.

² M2707 Müslim, Sıyâm, 164.



niyetten kaynaklandığı için Allah katında ayrı bir anlam ifade ettiğini belirtmektedir. Kaldı ki oruçlunun orucunu güzelleştiren hususlardan biri de ağız ve diş temizliğidir. Nitekim, “Oruçlunun iyi davranışlarından birisi, misvak kullanmasıdır.”³ rivayeti bunu ifade etmektedir.

Oruç, kişiye ahlâkî güzellikleri kazandırması bakımından da çok önemlidir. Çünkü oruç insana sabır, takva ve şükretmeyi öğretir. Kişi bir yandan orucum bozulur endişesi ile nefsinin arzularından sakınırken, öbür yandan da istenilen şekilde oruç tutabilmek için iyi hasletler sergilemeye çalışır. Tuttuğu her oruçta nefesine hâkim olma kabiliyetini geliştirir. Bu ayda sabır, müminin bütün benliğini kaplar. Geçici bir süre uzak kalınan maddî gıdaların yerini mânevî gıdalar alır. Artık kalp, Allah'ın adı anıldığında ürpermeye başlar.

Oruç, bir sabır sınavıdır. İnsan oruçlu iken önünde duran yemeğe elini uzatmaz, kötü söz söylemez, kem gözle bakmaz, başına gelen her türlü olumsuzluğu olgunlukla karşılar. Oruçlu olduğu sürece açlığa, susuzluğa ve her türlü günah ve kötülüğe karşı sabreder. Bundan dolayı da Allah Resûlü, “Oruç, sabrın yarısıdır.”⁴ buyurur.

Kur'ân-ı Kerîm'de, “Ey iman edenler! Allah'a karşı gelmekten sakınmanız için oruç, sizden öncekilere farz kılındığı gibi, size de farz kılındı.”⁵ buyrulmuştur. Oruç, insanın kötülüklerle karşı oluşturduğu mânevî korunma hâli olan takvayı, muhkem ve sağlam bir kalkana dönüştürür. Bundan dolayı oruç yalnız belirli bir zaman yeme ve içmeden el çekmek değil, aynı zamanda her türlü kötülükten sakınmak için iradenin güçlendirilmesi eğitimidir. Oruç sayesinde o, ruhunu ve gönlünü takva ile besler. Yine oruçla ilgili âyette yer alan, “...lealleküm teşkürün.” (Umulur ki şükredersiniz.)⁶ ifadesi de hem oruç konusunda tanınan birtakım ruhsatlar için şükretmeye hem de belli saatlerde el çekilen nimetlerin kadrini anladıktan sonra, onları bahşeden Allah'a karşı tazim ve şükür görevinin yerine getirilmesinin gereğine işaret etmektedir. İbadetleri yerine getirmeye gayret eden kişinin Allah'ın kendisine verdiği sayısız nimetlerden istifade etmesine karşılık şükretmesi, kulluğunun bir gereğidir. Çünkü o yaptığı bütün ibadetleri Allah'ın lütuf ve ihsanı sayesinde yapılabildiğinin farkındadır. Oruç ve Ramazan ile ilgili hükümleri beyan eden âyetlerin sonunda yer alan, “leallehüm yerşüdün.” (Umulur ki doğru yolu bulurlar.)⁷ ifadesinin de oruç tutanların Ramazan boyunca edinilen değerlerle donanacakları ve doğru yolu bulma çabası içinde olacakları anlamına geldiği söylenebilir.

³ İM1677 İbn Mâce, Sıyâm, 17.

⁴ İM1745 İbn Mâce, Sıyâm, 44.

⁵ Bakara, 2/183.

⁶ Bakara, 2/185.

⁷ Bakara, 2/186.



Hız. Peygamber, “Yalanı ve yalana göre hareket etmeyi terk etmeyenin yemeyi içmeyi bırakmasına Allah’ın ihtiyacı yoktur!”⁸ buyurmaktadır. Oruçlunun yalandan, yalancı şahitlikten, iftiradan, dedikodudan, kötü söz ve davranışlardan uzak durması, orucun en önemli âdâbındandır. *Dedikodu*, *gıybet* gibi fiiller, aslında hiçbir zaman Müslüman’a yakışmaz. Müslüman, *dürüsttür*, dosdoğrudur. O, *gönül kırmaz*, *küs durmaz*. Yüce Allah, *gıybet etmeyi*, insanın ölü kardeşinin etini yemesine benzettir.⁹ Gıybet, genel olarak günah olsa da oruçluyken gıybet etmek daha kötüdür. Zira gıybet, orucun bereket ve sevabını siler. Pek çok âlim gıybetin orucu bozmayacağını kabul etse de *İbn Hazm* gibi bazı âlimler oruçlunun gıybet etmesi hâlinde orucunun bozulacağını bile söylemişlerdir.¹⁰

Kutlu Nebî’nin, “Oruç tutan nice kimseler vardır ki oruçtan nasibi sadece aç kalmaktır. Geceyi ibadetle geçiren nice kimseler vardır ki kıyamdan nasibi sadece uykusuz kalmaktır.”¹¹ hadisinde de oruç ibadetinin şekil şartlarının ötesinde, birtakım derunî özelliklerinin olduğu vurgulanmaktadır. Kulun kemale erip olgunlaşmasına katkı yapan ibadetler, *ahlâktan* ayrı düşünülemez. Hakkıyla kılınan bir namaz insanı nasıl kötülükten alıkoyarsa hakkıyla tutulan oruç da böyledir. Oruçtan istifade edebilmesi için kişinin sadece midesiyle değil bütün organlarıyla oruç tutması gerekir.

Oruçlu için *müstehap* olan hususların başında *sahura kalkmak* gelir. *Sahur yemeği* bereketli bir yemektir. Peygamber Efendimiz, Müslümanlar ile Ehl-i kitabın oruçları arasındaki en büyük farkın sahur yemeği olduğunu ifade etmiş,¹² az bir şeyle de olsa sahur yemeği yememizi tavsiye etmiştir. “*Sahura kalkın. Çünkü sahurda bereket vardır.*”¹³ hadisinde Allah Resûlü sahurun *Ramazan gecelerinin bereketli* vakitleri olduğuna işaret etmiştir. Namaz kılmak için ya da Ramazan gecelerindeki sahur yemeklerinin bereketini yakalamak için uyanmak, aslında kulluğa uyanmaktır. Orucu tüm şartlarına uyarak, müstehap olan uygulamalarıyla tutmak onu daha da güzelleştirecektir. Böylece sadece oruç tutanların girebilecekleri *Reyyân Kapısı*’ndan geçerek Allah’ın rızasına ve cennetine girenler arasına girmek mümkün olabilecektir.¹⁴

Ramazan ayının müstehap olan uygulamalarından biri de iftarlarımızı acele yapmak,¹⁵ akşam namazını kılmadan önce oruçlarımızı açmaktır. Allah Resûlü akşam namazını kılmadan önce orucunu birkaç yaş hurmayla, yaş hurma bulamadığı zaman *kuru hurmayla*, o da yoksa birkaç yudum suyla açardı.¹⁶ Orucu hurma gibi tatlı bir şeyle açmak ise *mendup*, başka

⁸ B1903 Buhârî, Savm, 8.

⁹ Hucurât, 49/12.

¹⁰ İZ6/243 İbn Hazm, *Muhallâ*, VI, 243.

¹¹ İM1690 İbn Mâce, Sıyâm, 21.

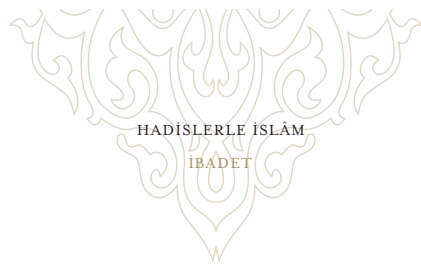
¹² M2550 Müslim, Sıyâm, 46.

¹³ M2549 Müslim, Sıyâm, 45.

¹⁴ T765 Tirmizî, Savm, 55.

¹⁵ D2354 Ebû Dâvûd, Sıyâm, 20.

¹⁶ T696 Tirmizî, Savm, 10.



bir deyişle hoş bir davranıştır. Belki bu uygulama, bu güzide meyvenin tadı ve bereketiyle, Ramazan'ın tadına ve bereketine çok yakışmasındandır. Resûlullah'ın (sav) *kış günlerinde* kuru hurma ile yaz günlerinde ise su ile orucunu açtığına dair rivayetler de vardır.¹⁷

Oruçludan yapması beklenen güzelliklerden biri de Kur'an'ın indirildiği bu mübarek ayda çok *Kur'an okumaktır*. Bilindiği gibi Hz. Peygamber, Ramazan gün ve gecelerinde bol bol Kur'an okurdu. Genç sahâbi *İbn Abbâs*, Rahmet Elçisi'nin *Ramazan ayında* Kur'an ile ilişkisini şöyle tasvir etmektedir: "Allah Resûlü insanların en cömerdi idi. Cömertliğinin zirvesinde olduğu zaman ise *Cibrîl* ile çokça buluştuğu Ramazan ayı idi. Cibrîl Ramazan'ın her gecesinde Peygamber'le buluşur ve onunla Kur'an'ı karşılıklı okurlardı..."¹⁸ Önce Hz. Peygamber, Cibrîl'e okurdu, buna "*arz*" denirdi. Sonra aynı âyetleri bu defa Cibrîl okurdu ki buna "*mukâbele*" denirdi.¹⁹ İşte *Cibrîl-i Emin*'in Allah Resûlü ile yapageldiği Ramazan *mukabeleleri* asırlardır geleneksel bir şekilde hemen hemen bütün camilerde tatlı bir yadigâr olarak devam etmiş ve âdeti orucun, Ramazan'ın ayrılmaz bir parçası hâline gelmiştir.

Kur'an okumanın yanı sıra iftar ve sahur yemeklerinde dua etmek de orucun *âdâbındandır*. Allah Resûlü Ramazan ayları dışında da sofrada dua ederdi. Peygamber Efendimiz, yemek yediği zaman, "*Bizi yediren, içiren ve bizi Müslüman yapan Allah'a hamdolsun.*"²⁰ "*Güzellikle ve bereket dilekleriyle dolu, ama bir o kadar yetersiz olan ve dilimizden düşürmediğimiz, vazgeçemediğimiz tüm övgülerle sana çokça hamd ediyoruz ey Rabbimiz!*"²¹ diyerek Allah'a olan şükrünü ifade ederdi. Peygamber Efendimiz orucunu açtığı zaman, "*Susuzluk gitti, damarlar suya kavuştu. İnşallah orucun ecri de hâsil oldu.*"²² şeklinde veya, "*Ey Allah'ım! Senin rızan için oruç tuttum. Senin rızıkla orucumu açtım.*"²³ diyerek orucunu açardı. Yemek yedikten sonra da, "*Oruçlular yanınızda iftar etsin, iyiler yemeğinizden yesin, melekler size dua etsin.*"²⁴ diye dua ederdi. Hz. Peygamber ayrıca *adaletli yönetici*, iftar etmek üzere olan oruçlu ve *mazlum* kişinin duasının geri çevrilmeyeceğini²⁵ söyleyerek iftarda dua etmeye teşvik ederdi.

Ramazanda iftar yemekleri vermek, *Rezzâk* olan Rabbimizin bize verdiği rızıkları kardeşlerimizle paylaşmak, *Halil İbrâhim bereketini* umduğumuz *sofralarda* buluşmak bize mânevî ecirler kazandırır. Bazen bir tek hurma bile cennete vesile olur. *Âişe validemiz* anlatıyor: "Yoksul bir kadın, iki kızını yüklenmiş kapıma geldi. Ben de kendisine üç kuru hurma ver-

¹⁷ T696 Tirmizî, Savm, 10.

¹⁸ B6 Buhârî, Bed'ü'l-vahy, 1.

¹⁹ *Tecrîd-i Sarîh Tercemesi*, VII, 316.

²⁰ D3850 Ebû Dâvûd, Et'ime, 52; İM3283 İbn Mâce, Et'ime, 16.

²¹ D3849 Ebû Dâvûd, Et'ime, 52; B5459 Buhârî, Et'ime, 54.

²² D2357 Ebû Dâvûd, Sıyam, 22.

²³ D2358 Ebû Dâvûd, Sıyam, 22.

²⁴ D3854 Ebû Dâvûd, Et'ime, 54.

²⁵ T2526 Tirmizî, Sıfatü'l-cennet, 2.



dim. Kızların her birine birer *hurma* verdi. Yemek için bir hurma da ağzına attı. Derken kızları annelerinin ağzındaki hurmayı da yemek istediler. Kadın yemek istediği hurmayı hemen ikisinin arasında pay etti. Onun bu hâli benim pek hoşuma gitti. Allah Resûlü'ne kadının bu davranışından bahsettim. Efendimiz buyurdular ki: '*Bu hurma hatırına Allah ona cenneti vacip kılmıştır. Veya bu hurma hatırına onu cehennemden azat etmiştir.*'²⁶

İftar sofralarına mümkün mertebe yoksulların davet edilmesi bir *ta-
rağın dişleri* gibi birbirine eşit olan insanların²⁷ aynı sofrada buluş-
masını sağlar. Allah Resûlü, "*Bir oruçluya iftar veren, o kişinin sevabı kadar sevap elde eder. Oruçlunun sevabından da hiçbir şey eksilmez.*"²⁸ buyurarak iftar davetlerini teşvik etmiştir. Yemeklerde israfa kaçılmaması ve sünnete uygun davranılması gerekir. Allah Resûlü, misafiri olduğu ev sahibine kendisi dua ettiği gibi ashâbına da dua etmelerini tavsiye etmiştir.²⁹

Oruçtan nasibi aç kalmaktan öteye geçmeyen kimselerin durumuna düşmemek için gözler, kulaklar, eller, ayaklar, kalp ve ağız, mideyle beraber oruç tutmalıdır. Allah Resûlü'nün uyarıları oruç tutarken de rehberimiz olmalıdır.

²⁶ M6694 Müslim, Birr, 148.
²⁷ MB195 Kudâi, *Müsnedü's-
şihâb*, 1/145.
²⁸ T807 Tirmizî, Savm, 82.
²⁹ D3853 Ebû Dâvûd, Et'ime,
54.