

İlâhî bir terbiye: ORUÇ



İslam literatüründe nefis, insan hayatının ekseninin belirlenmesi, beşeri ihtiyaçların yerine getirilmesi, kızma, öfkelenme, sevinme gibi hislerin kontrol edilmesi, şehvi arzuların tatmin edilmesi için Allah tarafından derc edilen hisleri ifade eder.

Nefsin bu mahiyeti inanan bir insan için nefsin belli bir kıvamda tutulması, bir başka ifade ile nefsin terbiye edilmesi problemini doğurmaktadır. İnsandaki hislere fitraten sınır çizilmeyip, dini hükümlerle bu hislerin nerede ve nasıl kullanılması gerektiği belirlendiği için, nefis terbiyesi büyük önem arz etmekte, insanın itikadi-ameli sağlamlığını ve keyfiyetini tayin etmektedir. İslam'da "iyi" emr-i İlahiye göre, "kötü" ise nehy-i İlahiyeye göre belirlenmektedir. Buna göre Allah'ın izin verdiği faaliyetler iyi, men ettiği faaliyetler de kötü olmaktadır. İnsan cüz'i iradesiyle ne işleyeceğine karar vermekte, onun bu kesbi ya iyi ya da kötü olmaktadır. İnsanı kötülüğe sevk eden hisler "nefis-i emmare" olarak adlandırılır. Nefis-i emmare ise terbiye edilip, belli bir kıvama getirilmediği sürece, insanı Kur'an'ın sunduğu yaşam tarzından uzaklaştırabilecek niteliktedir. Nefis-i emmarenin bu niteliğinden dolayı Kur'an'ın sunduğu yaşam tarzını talep eden bir insanın, bir şekilde nefis-i emmaresine söz dinletmesi gerekmektedir. Bir başka ifade ile insanın iradesini Yaraticısının rızası dairesinde kullanması gerekmektedir. Nefis-i emmarenin en etkili terbiye metotlarından birisi de, insanın yeme, içme, cinsel faaliyet gibi şehvi arzularına set çekmesidir.

İnsanın arzu ve isteklerini gemlemesi ve beşeri ihtiyaçlarına belli oranda set çekmesi çeşitli medeniyetlerde, dinlerde ve felsefi akımlarda karşımıza çıkan bir eylemdir. Ruhun yüceleşmesi için, ancak beden terbiye edilmesi ile hakikate ulaşabileceği düşüncesi Çin, Hint, İran, Mısır, Mezopotamya, Fenike, Yunan, Roma vd medeniyetlerde de yer almaktaydı. Bu nefis terbiyesi metotlarının ortak özellikleri az yemek, az içmek, cinsel ilişkiden uzak durmak, kapalı mekanlara çekilmek, az konuşmak ve toplumsal hayattan soyutlanmak idi. (Orhan Hançerlioğlu, İslam İnançları Sözlüğü, Remzi Kitapevi, s. 484). Budizm'de Buda'nın, eski Hint geleneklerine uyarak çileci bir yaşam tarzını seçip, kendini eğittiğine inanılır. Hint inançlarında "Nirvana"ya ulaşmak belli bir disiplin altında çile çektikten sonra ulaşılacak bir hedef olarak gösterilmişti. Antikçağ Yunanlılarında Stoacılar ve Kinikler, kendilerini çileci metotlarla eğitirdi. (Orhan Hançerlioğlu, Toplum Bilim Sözlüğü, Remzi Kitapevi, s. 74). Bu medeniyetlerde görülen disiplinlerin ortak özelliği, insanın bedensel isteklerine set çekecek bir iradeye sahip olabilmesi için belli bir terbiyeden geçmesi gerektiği düşüncesiydi. Bu terbiyeden geçen insanın "hakikat"e ulaşabilecek bir kıvama geldiğine inanılırdı.

İslam dinine bakıldığı zaman mide gibi bütün duyguları, gözü, kulağı, kalbi, hayali ve fikri haram ve faydasız işlerden çekip, her birisine özel kulluğa sevk etmek olan oruç ibadeti dikkat çekmektedir. Basit ve maddi tarifıyla imsak ve iftar vakti arasında yemeden, içmeden ve cinsi münasebetten kesilmeyi ifade eden "oruç", insanın şahsi ve toplumsal hayatında etkisi fazlasıyla hissedilen bir ibadettir. Bakara Suresi'nin 183. ayetinde belirtildiği üzere oruç İslamiyet'ten önceki semavi dinlerde de farz kılınmıştı. (Ey iman edenler! Oruç, sizden evvelki ümmetlere farz kılındığı gibi size de farz kılındı -ta ki, günahattan sakınıp takvaya eresiniz).

İslamiyet'ten evvel Hıristiyanlarda ve Yahudilerde oruç ibadeti mevcuttu. 2. yüzyıldan itibaren ilk Hıristiyanların Çarşamba ve Cuma günleri oruç tuttıkları bilinmektedir. Çarşamba orucu İsa'nın Yahudilerce ele verilmiş günü, Cuma orucu ise çarmıha gerilme günüyle ilişkilendirilmiştir. Hıristiyan geleneğinde en mühim oruç, Lent orucudur. Paskalyadan kırk gün önce başlayan bu oruç, Hz. İsa'nın çölde kırk gün boyunca tuttuğu orucun hatırasını yaşatmak için tutulmaktadır. Önceleri oldukça katı kuralları olan bu oruç, bugün yalnızca bazı yiyecek türlerinden uzak durmak suretiyle tutulmaktadır. (Mustafa Sinanoğlu, Türkiye Diyanet Vakfı Ansiklopedisi, "Hıristiyanlık" maddesi, s. 351) Oruç Yahudilikte de mevcut bir ibadettir. Yahudilikte oruç, nefsi terbiye ederek Allah'a yaklaşma aracı olarak kabul edilmektedir. Tevrat'a göre, Hz. Musa Tur Dağı'nda 40 gün 40 gece kalmış ve bu süreyi oruç tutarak geçirmiştir. Yahudilerin en büyük ibadet günlerinden olan Kippur, büyük oruç günü olarak kabul edilir. Yom Kippur denen ve 19 Nisan'da başlayıp ve bir hafta süren Pesah orucu ise genellikle Hamursuz Bayramı'ndan sonra gelen Pazartesi ve Perşembe günleri tutulur. Yahudilikte Yom Kippur'da oruç tutmak şarttır. İmsak, önceki akşam güneş batarken başlar. O gece ve ertesi gün ilk iki yıldız görününceye kadar da yemek içmek yasaktır. Bu süre yaklaşık 25 saattir.

Hicretin ikinci senesinde farz kılınan oruç, İslam dininin beş temel şartından birisidir. Peygamberimizin Medine'ye hicretinin ilk zamanlarında Hz. Peygamber tarafından ayda üç gün, bir de aşure gününde oruç tutmak, bir nafîle olmak üzere emredilmişti ki, buna ilk oruç da denir. Hicretin ikinci yılında ise Şaban ayının onunda Ramazan orucu farz kılınmıştır.

Peygamber Efendimiz (a.s.m) tarafından "İnsanoğlunun doldurduğu en şerli kap, midesidir" şeklinde zemmedilen yeme ve içmeye aşırı düşkünlük, insanın psikolojik yapısında bile önemli etkilere sahiptir. Eski çağ filozofları arasında da hazlara esir olmayarak hakikate ulaşabileceğine dair görüşler mevcuttu ve filozoflar arasında konuşma, yeme, içme, cinsel ilişki gibi eylemlere belli bir sınır koyulmaktaydı. Filozof Farabi insanın gerçeğe ulaşabilmesi için her şeyden önce hazları ve şehvet duygusunu yenerek ahlakını düzeltmesi gerektiğini belirtmektedir. Mutasavvıflar arasında az yeme ve içme, Allah'a ulaşabilmek için öncelikle yerine getirilmesi gereken faaliyet olarak değerlendirilmiş, Allah'ın rızasına ulaşabilmek için öncelikle bedenın esaretinden kurtulmak gerektiğine inanılmıştı. Tüm insanlık tarihi göz önüne getirildiği takdirde az yemenin ve az içmenin, yani bedene hakim olmanın "hakikat"e ulaşma amacında olan insanlar için ortak bir özellik olduğu görülmektedir.

İdeal manada oruç, yalnızca yiyecek ve içeceklerden uzak durmayı ifade etmez. İdeal oruç insanın beşeri ihtiraslarına belli bir set çekmesini gerektirir ve insanı meleki bir yaşam moduna sokar. Sözelimi menhus bir lezzet bulunan gıybetten uzaklaşmak, kötü sözden uzak durmak, düşmanlık hislerinden vazgeçmek, egoizm yerine diğergamlığın yerleşmesi, gözlerin haramdan sakındırılması gibi yüksek faziletler ideal anlamda bir orucun gerektirdiği tavırlardır. Oruç sayesinde zengin-fakir tüm Müslümanlar hep birlikte, en basit beşeri ihtiyaçlarını karşılarken bile Yaraticılarının iznini almaları gerektiği gerçeğini yaşamaktadırlar.

İnsanın işlediği şerlerden sorumlu tutulması, insana verilen cüz'i ihtiyariden kaynaklanmaktadır. Cüz'i ihtiyari sayesinde insan, hayatının rotasını belirleyebilmektedir. Ancak terakkisini sağlamak için insana nefs-i emmare de verilmiştir. Nefs-i emmare insanları kötülüğe sevk eden hislerdir ve kötülüğe meyleden hislerin varlığı insanın iyiliğe yönelmesini de netice vermektedir. Orucun getirdiği açlık hissi ise nefs-i emmarenin terbiyesini sağlamaktadır. Nefsin kendini hür ve serbest telakki ettiğini belirten Bediüzzaman, nefsin sınırsız şekilde serbest harekete eğilimli olduğunu ifade eder. İnsanın gafletinin ve dünyevi iktidarının da etkisiyle nimetlere karşı nankör tavırlar geliştirebileceğini ifade eden Bediüzzaman, Ramazan orucunun nefs-i emmareyi bu arızalı hislerden arındıracak özellikte olduğunu ifade eder. "İşte Ramazan-ı Şerif'te, en zenginden en fakire kadar herkesin nefsi anlar ki, kendisi malik değil, memluktur; hür değil, abddir. Emir olunmazsa, en adi ve en rahat şeyi de yapamaz, elini suya uzatamaz diye, mevhum rububiyeti kırılır, ubudiyeti takınır, hakiki vazifesi olan şükre girer." (Mektubat, s. 389) sözleriyle ifade edildiği gibi oruç nefs-i emmarenin mevhum rububiyetini ortadan kaldırarak, kainat sahibinin insandan istediği en mühim vazifelerden birisi olan "şükür"e insanı sevk etmektedir.

Oruç sayesinde nefs-i emmarenin nasıl terbiye olduğu insanın vicdanında hissedebileceği bir husustur. Açlık hissi insanı zayıf bırakan hislerin en kuvvetlilerindedir. Açlık hissini kazandırdığı irade kuvveti sayesinde bedensel ihtiyaçlar insana hükmeden etkin hisler olmaktan çıkar. Tam aksine insan o duyguları vasatı seviyeye çekecek güçlü bir iradeye sahip olur. Bu manada sağlam iradeye sahip olan insan, her türlü arzularını kontrol edebilmeye ve sağlıklı davranabilmeye

başlar. İnsanın günlük hayatında en fazla peşinden koştuğu eylemler, şehvi arzularından kaynaklanmaktadır. Yeme, içme, uyuma, cinsel faaliyetler bir bakıma insanın hayat felsefesini de gözler önüne serer. Şeriat bu arzu ve isteklerin belli bir seviyeye çekilmesini emreder. Sözelimi bazı yiyeceklerin haram kılınması, zinanın yasaklanması, kötü söz söylemenin hoş görülmemesi insanın hislerine belli kayıtlar koyulduğunu göstermektedir. Bu sınırlama insan fitratında yoktur. İnsan iradesiyle bu emirleri ya yerine getirir ya da o emirlerden kaçınır. Orucun kazandırmış olduğu irade kuvveti ve sabır ise insanı nefs-i emmarenin kölesi olmaktan kurtarır ve nefs insana hizmetkar olur. Zira en basit ve alışılmış bir eylem olarak görülen yeme, içme faaliyetleri bile Allah'ın izni ile yerine getirilmekte ve insana her an Allah'ın gözetimi ve terbiyesi altında olduğunu hatırlatmaktadır

İslam dininin sahibi olan Allah, oruç vasıtasıyla insanları nefs-i emmarenin kötülüklerinden kurtulmaya ve bu bedeni terbiye ile asıl vazifeleri olan "şükür"e davet etmektedir. İslam dininde nimetlerden haz almak yasaklanmamış, belki şükürün içinde saklı bulunan en âli, tatlı ve zevkli lezzeti almak için beşeri duyguların takip etmeleri gereken istikamet gösterilmiştir. Helal olması şartıyla nimetlerden alınan her türlü lezzete de, fitri şükür olarak mana kazandırılmıştır. (Şükür Risalesi, Mektubat, s. 349) Nefsani arzuların insanın manevi hislerini körelterek, bedeninin esiri haline getirecek kadar güçlü oldukları düşünülürse, Şeriat'ta haz duygusunun nerede ve nasıl kullanılması gerektiğinin tayin edilmesinin hikmetleri daha iyi anlaşılacaktır. "Yiyiniz, içiniz fakat israf etmeyiniz" (A'raf Suresi, 31) emri Müslümanlara nimetlerden faydalanmanın ölçüsünü vermektedir. Orucun insan hayatına kazandırdıkları düşünüldüğünde, şehvi istekleri hadd-i vasata çektiği görülmekte ve insanı israftan, bencillikten ve şükürsüzlükten uzaklaştıran ilahi bir terbiye metodu olduğu daha iyi anlaşılmaktadır. Oruç, Ramazan ayı boyunca insana sürekli Allah'ın gözetimi altında olduğu hissini verdiği için, insanı iman-ı tahkikinin gerektirdiği "huzur-u İlahiye'de olduğunu hissetmek ve ona göre davranmak" inceliğine sevk etmekte ve açlık terbiyesiyle nefs-i emmarenin mevhum rububiyetini kırmaktadır. İnsanın hayatını hiçbir kayıt altına girmeden, yalnızca kendi istekleri doğrultusunda şekillendirme arzusu, nefs-i emmarenin mevhum rububiyetinden kaynaklanmaktadır. Böyle bir duygu ise, pek tabiidir ki insanı Kur'an eksenli yaşam tarzından uzaklaştırmaktadır. İslam'ın beş esasından biri olan ve Ramazan ayında farz kılınan oruç ise, bu arızalı hislerin en büyük ilacı olmaktadır. Oruç, sayısız pratik faydalarıyla birlikte hem dünya hem ahiret mutluluğunu kazandıran yegane ibadetlerden biridir.