

3. Gün: ZARAR VERİCİ ALIŞKANLIKLAR (Sigara, Alkol, Uyuşturucu)

Kıymetli kardeşlerim, Bugünkü ilmi hal derslerimiz, günümüzün en yaygın ama aynı zamanda en tehlikeli konusuna ayrılmıştır: zararlı alışkanlıklar. İnsan, Allah'ın en mükemmel şekilde yarattığı bir varlıktır. Fakat bu kıymetli emaneti, bazen kendi eliyle kirletir, yıpratır, zedeler. Sigara, alkol, uyuşturucu gibi alışkanlıklar; hem bedenimize hem ruhumuza hem de imanımıza zarar verir. Gelin şimdi, günün beş vaktinde bu meseleye iman ve hikmet penceresinden bakalım.

Sabah Sohbeti: Beden Bir Emanettir

Aziz kardeşlerim, Sabahın ilk ışıklarıyla birlikte bir hakikati hatırlayalım: Bedenimiz bize ait değildir. O, Rabbimizin bize emaneti, ruhumuzun elbisesidir. Cenâb-ı Hak buyurur: “Kendinizi kendi ellerinizle tehlikeye atmayın.” (Bakara, 2/195)

Bir Müslüman bilir ki, emanete ihanet haramdır. Bedenini korumak, ona zarar verecek şeylerden uzak durmak, dinimizin emridir. Efendimiz (sallallahu aleyhi ve sellem) buyurur: “Hiçbir kul, kıyamet günü, ömrünü nerede tükettiği, bedenini nerede yıprattığı sorulmadan yerinden kımıldayamayacaktır.” (Tirmizî, Kıyamet, 1)

İşte bu yüzden sigara, alkol, uyuşturucu gibi şeyler, yalnızca “kötü alışkanlık” değil, emanete ihanettir. Bedenimize, aklımıza, kalbimize zarar verirler. Bir sigara, bir nefeslik keyif gibi görünür ama ciğeri yakar, kalbi zedeler, akli uyuşturur. Bir damla alkol, bir yudum eğlence gibi görünür ama kalbi karartır, iradeyi zincirler.

Sabahın sükûnetinde şöyle niyaz edelim: “Allah'ım, bize verdiğin bedeni, akli ve kalbi, sana layık bir şekilde korumayı nasip et. Nefsimize yenilmeyelim, zararlı olanı güzel sanmayalım.”

Öğle Sohbeti: Sigaranın Haram Oluşu ve Zararları

Aziz dostlar, Sigara meselesi çoğu zaman hafife alınır. “Küçük bir alışkanlık” derler. Oysa sigara, tıpkı zehirli bir yılan gibidir; her nefeste biraz daha sokar, biraz daha öldürür.

Tıp dünyası artık kesin olarak ortaya koymuştur: Sigara, nikotin, karbon monoksit, arsenik, siyanür, amonyak, katran gibi binlerce zehir taşır. Bu maddeler, kalp-damar hastalıklarına, akciğer ve gırtlak kanserine, kangrene, felce ve ölüme yol açar.

Bir insan sigara içtiğinde, hem kendi canına hem de etrafındakilere zarar verir. Efendimiz (sas) buyuruyor: “Kendine de başkasına da zarar vermek yoktur.” (İbn Mâce, Ahkâm, 17) Kişinin kendi kendine zarar vermesi haram kılındığı gibi, başkalarına da zarar vermek haram kılınmıştır. Sigara, hem kendine hem çevresine zarar verir; öyleyse haramdır. Çünkü “zarar vermemek” İslam’ın temel kaidesidir. Ayrıca sigaraya verilen para da bir israftır. Rabbimiz buyurur: “Mübezzirler şeytanların kardeşleridir.” (İsrâ, 17/27)

Düşünün, bir insan, yıl boyunca sigaraya yüzlerce euro verir. O para, evladının rızkından, ilmin, ibadetin, hayrın bütçesinden çalınır. İşte bu da bir kul hakkıdır. Bir zamanlar bir âlim demiştir: “Sigara, küçük bir duman gibi görünür ama büyük bir ateştir; hem keseyi, hem ciğeri, hem ahireti yakar.” Öyleyse bugün bir karar günü olsun. Kim sigara içiyorsa, Rabbine yönelsin, “Ya Rabbi, bu alışkanlığı bırakmak istiyorum.” desin. Unutmayalım; Allah’tan yardım dileyen, hiçbir bağımlılığın esiri kalmaz.

İkinci Sohbeti: Alkol ve Uyuşturucunun Manevî Zararları

Kıymetli kardeşlerim, Alkol ve uyuşturucu, sadece bedeni değil, akli da öldürür. Halbuki akıl, dinin direğidir. Akli olmayanın dini olmaz. İslam, akli korumayı beş temel esastan biri olarak belirlemiştir. Rabbimiz buyurur: “Ey iman edenler! İçki, kumar, dikili taşlar ve fal okları şeytan işi birer pisliktir; bunlardan uzak durun ki kurtuluşa eresiniz.” (Mâide, 5/90)

Alkol ve uyuşturucu, insanı kendine yabancılaştırır. İnsanı Allah’tan, ailesinden, sorumluluklarından uzaklaştırır. Ne kadar çok örnek görüyoruz: Bir damla alkolle başlayan hikâyeler, nice yuvaların yıkımına, nice gençlerin felaketine dönüşüyor. Uyuşturucu, hem bedeni hem ruhu esir alır. Bağımlı olan insan, özgürlüğünü yitirir. Halbuki mü’min, hür insandır; ne şehvetin, ne nefsin, ne de alışkanlıkların kölesi olur.

İkinci vaktinde, güneş batmadan önce şu sözü kalbimize kazıyalım: Mü’minin bedeni pak, akli açık, kalbi diri olmalıdır. Sarhoşluk veren her şey, bu nurun üstüne perde çeker.

Akşam Sohbeti: İsrâf ve Kul Hakkı Yönüyle Zararlı Alışkanlıklar

Aziz kardeşlerim, Akşam vakti, günün muhasebe vaktidir. Bugün, elimizde ne kaldı? Gönlümüzde ne biriktirdik? Sigara, alkol, uyuşturucu... bunlar sadece bedene değil, malımıza ve çevremize de zarar verir. Bir insanın sigaraya harcadığı para, bir ömür boyunca ailesine helal rızık olabilirdi. Bir sigara dumanı, evladının ciğerine zarar verir.

Bir içki şişesi, bir ailenin huzurunu götürür. Rabbimiz buyurur: “Yiyiniz, içiniz ama israf etmeyiniz. Çünkü Allah israf edenleri sevmez.” (A’râf, 7/31)

Bir sigara paketi bile israfın sembolüdür. Hele içki ve uyuşturucuya harcanan paralar, hem israf hem kul hakkıdır. Zira o para, bir çocuğun defterinden, bir fakirin ekmeğinden, bir ilim yolcusunun duasından çalınmıştır. Efendimiz (sas) buyurur: “İnsanların çoğu iki nimette aldanmıştır: Sıhhat ve boş vakit.” (Buhârî, Rikak, 1)

İşte bu alışkanlıklar, hem sıhhati hem vakti çalar. O hâlde mü’min, vaktini ve malını israf etmez. Helal dairenin içinde kalır, zararlı olan her şeyden uzak durur. Akşamın huzurunda şöyle dua edelim: “Ya Rabbi, bize haramı sevimsiz, helali güzel göster. Ne malımızla, ne bedenimizle israf edenlerden eyleme.”

Yatsı Sohbeti: Nefis Terbiyesi ve Bağımlılıktan Kurtuluş Yolları

Aziz dostlar, Bir günün daha sonuna geldik. Şimdi yatsı vaktinde gönlümüzü Rabbimize açalım. Belki içimizde bazı kardeşlerimiz sigara veya başka bir alışkanlıkla mücadele ediyor. Unutmasınlar: Allah, “tövbe edenleri sever.” (Bakara, 2/222)

Her alışkanlık, nefisle yapılan bir savaştır. Nefis der ki: “Bir tane iç, bir kere çek.” Ama iman der ki: “Allah görür.” İşte iman, nefsin sesini bastıran sestir.

Bağımlılıktan kurtulmanın ilk adımı, niyettir. İkincisi, duadır. Üçüncüsü, sabırdır. Efendimiz (sas) buyurur: “Gerçek mücahit, nefisine karşı cihad eden kimsedir.” (Tirmizî, Fedail, 2)

Yani, zararlı alışkanlıklardan uzak durmak da bir cihattır. Bedenini koruyan, Allah’ın emanetine sahip çıkan kimse, adeta iç dünyasında bir kahramandır. Yatsı vaktinde şöyle dua edelim: “Allah’ım, bizi bağımlılıklardan, zararlı alışkanlıklardan, nefis esaretinden kurtar. Bedenimizi ibadetle, aklımızı hikmetle, kalbimizi nurunla süsle.”

Unutmayalım kardeşlerim: Sigara, alkol, uyuşturucu... hepsi insanı dumanla karanlığa çeker. Ama tevbe, dua ve helal yaşam, insanı nurla huzura kavuşturur. Rabbim bizi karanlıktan nura çıkaran kullarından eylesin. Âmin.