

---

## Helal ve sağlıklı beslenme (Yediğimiz ve iğtiğimiz Helal Olmalı)

2017 Haziran ayında Konya GenĐ Komek Yaz Kurslarında oğrencilere "İnanĐ Esasları" adı altında ders verdiğimiz 7 haftalık programı başkaları da istifade eder dűşüncesiyle burada paylaşıyoruz. Ders iğerikleri ehl-i ihtisas bir ekip tarafından hazırlanmıştır.

[1. Ramazan-ı şerif ve orucun hikmetleri](#)

[2. Allah'ın Varlığı, Birliği Ve Aynı Anda BirĐok İşi Yapması](#)

[3. Öldükten sonra tekrar dirilme ve ahiret hayatı niğin vardır?](#)

[4. Kur'an-ı Kerim Allah kelimidir.](#)

[5. Peygamberliğin gerekliliği ve Hz. Muhammed \(sav\)'in peygamberliğinin delilleri](#)

[6. İbadet Ve Namaz](#)

[7. Helal ve sağlıklı beslenme \(Yediğimiz ve iğtiğimiz Helal Olmalı\)](#)

### Helal ve sağlıklı beslenme

Ey insanlar! Bütün yeryüzündeki nimetlerimden helal olmak, temiz olmak şartıyla yiyin. Fakat şeytanın adımlarına uymayın. Çünkü o size belli bir düşmandır. BAKARA-168

O, size yalnız şunları haram kıldı: Ölü hayvan, kan, domuz eti, bir de Allah'tan başkası adına kesilen hayvanlar. Sonra kim bunlardan yemeye mecbur kalırsa, başkasının hakkına tecavüz etmemek ve zaruret ölçüsünü geçmemek şartıyla ona da bir günah yükletilmez. Çünkü Allah çok bağışlayıcıdır, çok merhametlidir. BAKARA-173

---

Ayete göre helal ve temiz olanları yiyebiliriz.

Bizler öncelikler helal ve haram gıdaları ayetlerden öğreniriz. Nu'man İbnu Beşir (radiyallahu anhümâ) anlatıyor: "Resulullah (aleyhissalâtu vesselâm) buyurdular ki:

**"Şurası muhakkak ki, haramlar apaçık bellidir, helaller de apaçık bellidir. Bu ikisi arasında (haram veya helal olduğu) şüpheli olanlar vardır. İnsanlardan çoğu bunları bilmez. Bu durumda, kim şüpheli şeylerden kaçınırsa, dinini de, ırzını da tebrie etmiş olur. Kim de şüpheli şeylere düşerse harama düşmüş olur, tıpkı koruluğun etrafında sürüsünü otlatan çoban gibi ki, her an koruluğa düşebilecek durumdadır. Haberiniz olsun, her melikin bir koruluğu vardır, Allah'ın koruluğu da haramlarıdır. Haberiniz olsun, cesette bir et parçası var ki, eğer o sağlıklı olursa cesedin tamamı sağlıklı olur, eğer o bozulursa, cesedin tamamı bozulur. Haberiniz olsun bu et parçası kalptir."** [Buharî, İman 39, Büyû 2; Müslim, Müsakat 107, (1599); Ebu Davud, Büyû 3, (3329, 3330); Tirmizî, Büyû 1, (1205); Nesâî, Büyû 2, (7, 241).]

Resulullah (aleyhissalâtu vesselâm) başka bir hadis-i şerifte buyurdular ki:

"Şüphesiz ki Allah sizin şifanızı size haram kıldığı şeylerde kılmamıştır." (Şifayı o gibi maddelere yerleştirmemiştir.)(Buhari - İbn Mes'ud (r.a) )

Bu durumda karşımıza üç soru çıkıyor.

Kazancımız helal mi, haram mı?

---

Bize sunulan yiyecek ve içecekler helal mi?

Bize sunulan yiyecek ve içecekler sağlığa zararlı mı (temiz mi)?

Birinci sorunun cevabıyla devam edelim. Helal kazanç, helal - haram, temiz ve sağlıklı gıda nedir bir bakalım.

Hadisi Şerifte “kişi kendi emeğinden daha temiz bir kazanç elde etmemiştir” buyrulmaktadır. Helal kazanç kişinin kendi emeğiyle, hakkıyla çalışarak elde ettiği kazançtır.

## **İmam-ı azam ve elma**

Mezhep imamımız İmam-ı a'zam hazretlerinin babası Numan bin Sabit hazretleri gençliğinde bir gün dere kenarında abdest alıyordu. Tam abdest almaya başlayacağı zaman dere sularına kapılıp gelen bir elma gördü. Elmayı nereden geldiğini ve haram veya helal olup olmadığını düşünmeden bir defa ısırıldı. Hikmet-i ilahi o ana kadar elmanın ne olduğunu düşünmeyen Numan, hemen hata ettiğini ve mutlaka elmanın sahibini bulup helal ettirmesini lazım geldiğini düşündü. Abdestini alıp namazını eda ettikten sonra suyun geldiği tarafa doğru gitmeye başladı. Elma elinde olduğu halde araya araya elmanın düştüğü bahçeyi ve sahibini buldu.

Bahçenin sahibine meseleyi anlatıp elmayı, yanlışlıkla ısırıldığını ve hakkını helal etmesini istedi. İmam-ı azam hazretlerinin babasının bu hareketi, elma sahibinin dikkatini çekmişti; hakkını helal edemeyeceğini, hakkını helal etmesi için bazı şartları olduğunu söyledi. Nu'man hazretleri ne isterse yapacağını, yeter ki hakkını helâl etmesini isteyip şartının ne olduğunu sordu. Elma sahibi de, hakkını helal etmesi için iki sene bahçesinde çalışması lazım geldiğine ve kendisine iki yıl hizmet etmesinin şart olduğunu söyleyince, Nu'man hazretleri çaresiz kalmıştı; ahirette ceza çekmektense bu dünyada bir şahsa iki sene hizmet etmek daha iyidir diye düşündü ve şartlarını kabul ettiğini söyledi.

Nu'man hazretleri, bir elmayı yanlışlıkla ısırıldığı için elmanın sahibine iki sene hizmet etmiş ve adamın işinde canla-başla çalışmıştı, iki sene dolduktan sonra adama; zamanın geldiğini ve artık hakkını helâl etmesini istediğini söyleyince, adam, «yine helal etmiyorum, benim bir kızım var onunla evlenirsen ancak o zaman helal ederim. » dedi.

---

Hazreti Nu'man: «olur» dedi.

Adam yalnız kızının kusurlu olduğunu, elinin çolak, gözünün kör, ayağının topal, başının kel, kulağının sağır ve ahras olduğunu söyleyip, iyi düşünmesini ve sonra pişman olmamasını söyledi. Hazreti Nu'man yine düşündü taşındı «ahirette ceza çekmekten iyidir» deyip kızla evlenmeyi de kabul etti...

Adam Hazreti Nu'man'a vermek için kızının büyümesini beklemişti... Düğün yapıldı, nikâh kıyıldı, neticede hazreti Nu'man gelinin kendisine söylenen evsafa (özelliklerde) bir kızın bulunmadığını görünce bir yanlışlık olduğunu zannederek durumu oradakilere sordu. Çünkü gördüğü kayın pederin söylediğinin aksine her a'zası yerinde genç ve güzel bir kız idi.

Kayınpederi bir yanlışlık olmadığını söyleyerek meseleyi şöyle anlattı:

«benim kızım kördür, daha harama bakmamıştır. Sağırdır haram dinlememiştir. Topaldır gayri meşru yolda yürümemiştir. v.s.» diye sayıp, «senin hanımın odur, Allah mes'ut etsin» dedi.

Daha sonra seneler geçip bu evlilikten İmam-ı A'zam dünyaya geldi. Annesi İmam-ı A'zam'ı hocaya okuması için teslim etmişti. İmam-ı A'zam unvanına kavuşan o zaman henüz üç yaşında bulunan sabit üç günde Kur'an-ı Kerîm'i hatmettiği zaman annesi:

«ah oğlum baban o elmayı ısırmasa idi sen bir günde hatmedecektin» buyurdu. Ebu Hanife ömründe Kur'an-ı Kerim'i 7000 kere hatmetmiştir.

## **Helal ve haram nedir?**

Kur'an-ı kerimde Allah'ın yeme, içme ve kullanmamız için izin verdiklerine helal, yeme içme ve kullanmamız yasak olanlara da haram denir.

İbadetler ve haramlar tamamıyla Allah'ın iradesine ve isteğine göre belirleniyor. Bunu bizim sorgulama veya itiraz etmeye değil hikmetini anlamaya çalışmamız icap etmektedir. Şöyle ki, şeriatın iki çeşit hükümleri vardır:

**1. Taabbudi** dediğimiz yani hikmeti bilinmeyen ve tamamıyla Allah'ın

---

emir ve yasağına bakan kurallardır.

**2. Makulu'l-mana** dediğimiz ilahi emirler veya yasaklarda yatan hikmetlerin araştırılabileceği kısım.

Niye sabah namazı dört rekât da on veya yirmi rekât değil?.. Cevap: Allah emrettiği için!.. Bunun hikmetini araştırmak sonuçsuz olacaktır. Çünkü Allah öyle emretmiştir. Ve bunun asıl cevabı budur. Ama bazı şeriat kuralları hikmetle izah edilebilir. Ama hikmetler asıl değildir. Asıl olan Allah'ın emri veya yasaklamasıdır.

Allah böyle emretmiş veya böyle yasakladığı için bunu yapıyoruz. Bunun hikmetleri elbette vardır. Ve bu hikmetler elbette araştırılır. Bu da bir ilim ve ibadettir. Ama hikmetler ve faydalar kesinlikle asıl değil, ayrıntıdır.

Domuz etinin hiçbir zararı olmasa bile, sırf Allah emrettiği için biz onu yememeliyiz. Zira yaratıcı kullarına yasaklamıştır. Bir asker bile kışla içinde hiçbir tehlike olmadığı halde, komutanının emrine uymak için nöbette yerini terk edemiyor. Yoksa ceza yiyecektir. Yerini terk etse hiçbir zarar olmayacaktır. Ancak, emre aykırı hareket etmiştir. Bunu gibi biz de Yaratıcımızın emrine uymakla mükellefiz.

Bununla beraber, Allah'ın yasakladığı her şeyde bizim birçok faydamızın olduğu da gerçektir. Domuz etinin haram olması da öyledir. Bugün bütün ilim dünyası onun zararlı olduğunu kabul etmektedir. Bütün dezenfekte çalışmalarına rağmen zararından kurtulmak mümkün olmamıştır. Hatta Avrupa sağlık örgütü bu günlerde domuz etinin bazı gıdalarda kullanılmasını yasaklamayı düşünüyor.

Kuranda domuz ile alakalı 5 ayet geçiyor:

O, size yalnız şunları haram kıldı: Ölü hayvan, kan, domuz eti, bir de Allah'tan başkası adına kesilen hayvanlar. Sonra kim bunlardan yemeye mecbur kalırsa, başkasının hakkına tecavüz etmemek ve zaruret ölçüsünü geçmemek şartıyla ona da bir günah yükletilmez. Çünkü Allah çok bağışlayıcıdır, çok merhametlidir. Bakara:173

---

Leş, kan, domuz eti, Allah'tan başkasının adı anılarak kesilen; boğulmuş, vurulmuş, yukardan düşmüş, boynuzlanmış, canavar yırtmış olup da canlı iken kesmedikleriniz; dikili taşlar (putlar) üzerine boğazlanan hayvanlar ve fal oklarıyla kısmet (şans) aramanız size haram kılındı. Bunların hepsi doğru yoldan çıkmaktır. Bugün kâfirler, dininize karşı ümitsizliğe düşmüşlerdir. Onlardan korkmayın, benden korkun. Bugün dininizi kemale erdirdim, size nimetimi tamamladım. Size din olarak İslâmı beğendim. Kim açlıktan daralır, günaha istekle yönelmeden bunlardan yemek zorunda kalırsa, ona günah yoktur. Çünkü Allah bağışlayan, merhamet edendir.Maide:3

De ki: "Allah katında cezaya çarptırılma bakımından bunlardan daha kötüsünü size haber vereyim mi? Allah, kimlere lanet etmiş ve gazabına uğratmışsa; kimlerden maymunlar, domuzlar ve şeytana tapanlar yapmışsa, işte bunların makamı daha kötüdür ve onlar düz yoldan daha çok sapmışlardır".Maide:60

De ki: "Bana vahyolunanda, (bu haram dediklerinizi) yiyen kimse için haram edilmiş bir şey bulamıyorum. Ancak leş, veya akıtılmış kan, yahut domuz eti - ki bu gerçekten pistir yahut Allah'tan başkası adına kesilmiş bir hayvan olursa, bunlar haramdır. Ama kim çaresiz kalırsa, (başkasının hakkına) tecavüz etmemek ve zaruret sınırını aşmamak üzere (bunlardan yiyebilir)" Çünkü Rabbin çok bağışlayandır, merhamet edendir.En'am:145

O size ancak ölü hayvanı, kanı, domuz etini ve Allah'tan başkası adına kesilenleri haram kıldı. Her kim bu haram şeyleri yemeye mecbur kalırsa (başkasının hakkına) saldırmadan ve aşırı gitmeden yiyebilir. Şüphesiz Allah, çok bağışlayıcıdır, çok merhametlidir. Nahl:115

---

## **DOMUZ ETİNİN HARAM KILINMASININ HİKMETLERİ:**

- 1- İMTİHANIN GEREĞİ
- 2- ZEHİRLİ MADDELER
- 3- FAZLA MİKTARDA KÜKÜRT
- 4- AŞIRI BÜYÜME
- 5- DERİ HASTALIKLARI
- 6- DOMUZ ETİ VE TRİŞİN
- 7- GIDALAR VE İNSAN MİZACI

---

### **1- İMTİHANIN GEREĞİ**

Bir şeyin helal veya haram olması, Allah'ın emrine tabidir. Allah bir şeye "helal" derse helal, "haram" derse haram olur. Yani din bir imtihandır, insanlara yapılan bir tekliftir. Cenab-ı Hak, cennete layık bir duruma getirmek için, insanları imtihana tabi tutuyor. Bu sebeple, bazı emir ve yasaklar koymuştur. Esas olan da bu emir ve yasaklara uymaktır. Bu prensiplerin gerek insanın şahsi hayatına, gerekse cemiyet hayatına pek çok faydaları vardır. Dolayısıyla bunlar, emir ve yasağa daha şuurlu olarak riayet etmemizi sağlıyor. Dinimizin yasakladığı hususlardan birisi de, domuz etidir. Bu yasaklamanın, pek çok hikmeti vardır. Biz, burada sadece birkaçına işaret etmeğe çalışacağız.

### **2- ZEHİRLİ MADDELER**

Domuz eti çok yağlıdır. Yenildiği takdirde, bu yağ kana geçer. Böylece kan, yağ tanecikleriyle dolmuş olur. Kandaki bu fazla miktardaki yağ; atar damarların sertleşmesine, tansiyon yükselmesine ve kalb infarktüsüne sebep olur. Ayrıca, domuz yağ içerisinde "sutoksin" denilen zehirli maddeler mevcuttur. Vücuda giren bu zehirli maddelerin dışarı atılması için, lenf bezlerinin fazla çalışmaları icab eder. Bu

---

durum, bilhassa çocuklarda lenf düğümlerinin iltihaplanması ve şişmesi şeklinde kendini gösterir. Hasta çocuğun boğaz bölgesi anormal bir şekilde şişerek, adeta domuza benzer. Bu sebeple, bu hastalığa "domuz hastalığı" (skrofuloz) adı verilir. Hastalığın ilerlemesi halinde, bütün lenf bezleri cerahatlenerek şişer. Ateş yükselir, ağrı başlar ve tehlikeli bir durum ortaya çıkar.

### **3- FAZLA MİKTARDA KÜKÜRT**

Domuz etinde bol miktarda bulunan sümüksü bağ dokusu, kükürt yönünden çok zengindir. Bu sayede, vücuda fazla miktarda kükürt alınmış olur. Bu fazlalık ise kıkırdak, kas ve sinirlere oturarak eklemlerde iltihaplanma, kireçlenme ve bel fıtığı gibi çeşitli hastalıklara yol açar. Domuz eti devamlı yenirse, vücuttaki sert kıkırdak maddesinin yerini, domuzdan geçen sümüksü bağ dokusu alır. Bunun sonucu olarak, kıkırdak yumuşar; vücut ağırlığına tahammül edemeyerek altında ezilir. Böylece, eklemlerde bozulmalar meydana gelir. Domuz eti yiyenlerin elleri pelteleşir, yağ tabakaları teşekkül eder. Mesela yiyen kimse sporcuysa; yorgun, tembel ve hareketsiz olur. Bazı futbolcular bu sebeple mesleklerinden olmuşlardır.

### **4- AŞIRI BÜYÜME**

Domuzda büyüme hormonu da çok fazladır. Doğduğu zaman birkaç yüz gram olan domuz yavrusu, altı ayda yüz kiloya (!) erişir. Bu kadar süratli gelişme, büyüme hormonunun fazlalığı sebebiyledir. Domuz etiyle fazla miktarda alınan büyüme hormonu, vücutta doku şişliklerine ve iltihaplanmalara yol açar. Burun, çene, el ve ayak kemiklerinin anormal bir şekilde büyümesine ve vücudun yağlanmasına sebep olur. Büyüme hormonunun en etkili yönü, kanserin gelişmesine zemin hazırlamasıdır. Nitekim domuz kesim işiyle uğraşanlar, erkek domuzların belli bir yaşta sonra kansere yakalandıklarını ifade ederler.

### **5- DERİ HASTALIKLARI:**

Domuz etinin ihtiva ettiği histamin ve imtidazol denilen maddeler, deride kaşıntı hissi uyandırır. Egzama, dermatit, nörodermatit gibi iltihabi deri hastalıklarına zemin hazırlar. Bu maddeler ayrıca; kan çıbanı, apandisit, safra yolları hastalıkları, toplar ve damar iltihapları gibi hastalıklara yakalanma ihtimalini artırır. Bu sebeple doktorlar, kalb hastalarına domuz eti yememelerini tavsiye ederler.



---

## BİR HATIRA

Alman hekimi Prof. Dr. Reckeweg "Domuz Eti ve İnsan Sağlığı" adlı eserinde bir hatırasını şöyle anlatır:

"Tedavi maksadıyla bir çiftçi ailesinin biraz sapa yörede bulunan çiftliğine gitmişim. Babada müzmin antroz (dejeneratif eklem hastalığı) ve kalça eklemi iltihabı vardı. Ayrıca karaciğerinden de rahatsızdı. Annenin bacaklarında varis ve eziyet verici kaşıntısı olan egzama vardı. Ailenin kızları ise, kalp yetmezliği ve romatizmadan rahatsız idi. En sağlıklıları görünmesine rağmen oğulları da anjin sonrası kalp yetmezliğinden ve kan çıbanından müşteki idi. Evin öbür kızı ise müzmin bronşitten muzdarip idi. Oğullarından bir diğeri de, "domuz kıllanması" ve müzmin plörite yakalanmış olup, devamlı tekrar eden fistül ifrazatından rahatsız idi."

"Yukarıda sakinlerinin hastalıklarından uzun uzadıya bahsettiğim çiftlik evinde muayene sırasında garip bir olaya şahit oldum. Ailenin arasında iri cüsseli bir domuz hiç istifini bozmadan, aşağı doğru sarkan kalın bir ağaç dalına abanarak sırtını kaşıyordu. Hastalara 'Oradaki domuzu görüyor musunuz? Onun kaşınmasına ve iltihaplara yol açan maddeleri, etiyle beraber siz de yiyorsunuz. İşte bu maddeler, sizdeki hastalıkların yegâne sebebidir.'dedim."

"Yukarıda kendilerinden bahsettiğim, Kara Ormanlar havalisinde oturan benzeri çiftlik sahiplerinden verdiğim nasihati dinleyenler, domuz eti yemekten vazgeçerek hastalıklarının çoğundan kurtuldular. Şimdi o çiftliklerin etrafındaki otlaklarda İslam ülkelerinde olduğu gibi küçük koyun sürüleri yayılıyor."

## 6- DOMUZ ETİ VE TRİŞİN

Domuz eti ile insana bulaşan tehlikeli hastalıklardan birisi de trişin hastalığıdır. Domuzlar bu hastalığı trişinli fare yemek veya trişinli domuz eti ile beslenmekle alırlar. Fakat trişin domuzlarda ağır bir hastalık yapmaz. Hâlbuki insanlarda, çok tehlikeli ve öldürücü bir hastalık meydana getirir. Domuz etiyle alınan trişin kurtçuklar, mide ve bağırsak yoluyla kana geçer. Böylece de, bütün vücuda yayılırlar. Trişin kurtçukları özellikle çene, dil, boyun, yutak ve göğüs bölgelerindeki kas dokularına yerleşirler. Çiğneme, konuşma ve yutma adalelerinde felçler meydana getirirler. Yine kan damarlarında tıkanıklığa, menenjit ve

---

beyin iltihabına sebep olurlar. Bazı ağır vakalar, ölümlü sonuçlanır. Bu hastalığın en kötü tarafıysa, kesin bir tedavi şeklinin olmamasıdır. Trişin hastalığı, bilhassa Avrupa ülkelerinde yaygındır. Sıkı veteriner kontrolleri yapılmasına rağmen, İsveç, İngiltere ve Polonya'da trişin salgınları görülmektedir. Yurdumuzdaysa, yerli Hıristiyanların dışında trişin hastalığı görülmemiştir.

## **7- GIDALAR VE İNSAN MİZACI**

İnsan ve hayvanlar, yedikleri gıdaların az-çok tesirinde kalırlar. Mesela kedi, köpek, arslan gibi et yiyen hayvanların yırtıcı; koyun, keçi, deve gibi ot ile beslenen hayvanlarsa daha uysal ve yumuşak huylu oldukları malumdur. Bu durumda, insanlar için de geçerlidir. Nebati gıdalarla beslenenlerin, genellikle halim-selim; et ve et ürünleriyle beslenen insanların ise daha sert mizaçlı oldukları tesbit edilmiştir. Domuz, dişisini kiskanmayan bir hayvandır. Domuz eti ile beslenen insanlarda, kıskançlık hissinin zayıfladığı veya dumura uğradığı gözlenmiştir. Fransız filozoflarından Savorin de beslenmenin mizaç üzerindeki bu tesirine çok önem vererek, "Bana ne yediğini söyle, senin ne olduğunu habervereyim." demiştir.

### **MEYTE (LEŞ):**

Leş, insan tarafından yenilmek üzere boğazlanmış veya avlanmış olmayıp, kendi kendine ölmüş bulunan hayvan veya kuşa denir. Böyle bir hayvan temiz değildir, yenilmez. Özetle söylersek ölü hayvanın tiksindirici olması, genellikle hastalık gibi nedenlerle öldüklerinden etlerinde o hastalığın mikrobunu vb taşıdığından sağlığa zararlı olması, diğer et yiyen canlılara besin olması ve sahibinin hayvanın ölmesi neticesinde zarara uğramamak için daha iyi bakması gibi hikmetleri bulunmaktadır.

Sağlıklı bir hayvandan alınsa bile, kanda zararlı bileşenler -kanın görevi itibariyle- daima bulunur. Hasta bir hayvandan alındığı takdirde ise, çeşitli parazitler ve mikroplar da kan yoluyla taşınmış olur. Kan steril bir ortam değildir; diğer bir deyişle mikropların gelişmesi için uygun bir ortamdır. Bu durumda, mikroplar kişinin kanında çoğalarak, tüm vücuda yayılabilir.

### **AÇIKLAMA**

---

Kur`ân`ın yenilmesini haram kıldığı maddelerin başında "meyte" tabir edilen "leş" gelmektedir. Leş, insan tarafından yenilmek üzere boğazlanmış veya avlanmış olmayıp, kendi kendine ölmüş bulunan hayvan veya kuşa denir. Böyle bir hayvan temiz değildir, yenilmez. Leşlerin haram kılınıışındaki sır ve hikmete gelince:

a. Tarih boyunca insanlar, bu gibi ölü hayvanlardan tiksinişmişler, bütün semavî din mensubları da böyle hayvanları yememişlerdir.

b. Müdahalesiz ölen hayvanlar, genellikle şiddetli zayıflık, zehirlenme ve mikrobik hastalıklar sebebiyle ölürler. Onların yenmesi sıhhî yönden tehlikeli neticeler doğurabilir.

c. insanlar bu hayvanları yemeyince, yaşayan kuşlar ve diğer hayvanlar gıda bulma imkânına kavuşurlar. Gerçekten de leşler, diğer hayvanların fitrî gıdalarıdır.

d. Murdar ölen hayvanı yiyemeyeceğini bilen sahibi, onun bakım ve tedavisine dikkat eder, kendi hâline bırakmaz.

\* Kendi kendine ölürse, kara hayvanlarının dışında su hayvanları da leş sayılırlar.

\* Şu hayvanlar da leş hükmündedirler. Etleri yenilmez:

\* Boğazlanmadan boğularak öldürülen hayvanlar,

\* Sopa veya herhangi bir şey ile bir yerine vurulmak suretiyle öldürülmüş hayvanlar,

\* Yüksek bir yerden düşüp ölen hayvanlar,

\* Başka bir hayvanın boynuzuyla, kafasıyla veya tekmesiyle vurulması neticesi ölen hayvanlar,

\* Bir yırtıcı hayvan tarafından parçalanmak suretiyle ölen hayvanlar... Ancak bu saydığımız hayvanlara, henüz kendisinde az çok bir hayat emâresi varken yetişilir, besmele ile boğazlanırsa, leş olmaktan çıkarlar, etleri yenilir hâle gelir.

\* Leşlerin haram oluşundan maksad, onun etinin yenmesidir. Onların

---

boynuzlarından, kemiğinden ve kılından faydalanmak mübahtır.

\* Leşin derisinden faydalanmak ise, deriyi tabaklamak suretiyle mümkün olur. Peygamberimiz;

"Tabaklanan herhangi bir deri, temizlenmiş olur" buyurmuştur. Bundan sadece domuz derisi istisnadır. Domuz derisi tabaklanmakla temizlenmiş olmaz.

\* Eti yenen bir hayvanın etinden, daha kendisi hayatta iken kopan bir uzvu ve parçası da leş hükmündedir. Bir hayvanın kesildikten sonra, henüz kendisinde hayat eseri varken kopan parçası ise, leş sayılmaz. Ancak böyle bir parçayı yemek mekruhtur.

## **KAN İÇMEK**

Allah'ın kanı insanlara haram kılmasının hikmetleri 20. yüzyıl bilgileri ile ortaya çıkmıştır. Kan sindirim esnasında emilen protein, şeker, yağ gibi maddelerle, vitamin, hormon ve oksijeni hücrelere taşıyarak canlılığın devamını mümkün kılar. Diğer taraftan vücuttan atılması gereken çeşitli zehirli maddeler, zararlı atıklar da kan yoluyla taşınır. Bu bakımdan kanın en önemli görevlerinden biri de üre, ürik asit, keratin ve karbondioksit gibi hücrelerden gelen atıkları taşımaktır.

Dolayısıyla belirli miktarda kan içilmesi durumunda, kan yoluyla taşınan bu zararlı maddelerin vücuttaki seviyeleri çok yükselir. Bu da kan vasıtasıyla böbreklere taşınan ve idrarla dışarı atılan zararlı maddelerin -"üre"- miktarını arttırır. Bu durum komaya kadar gidebilecek beyin fonksiyonu bozukluklarıyla sonuçlanabilir. Bu nedenle sağlıklı bir hayvandan alınsa bile, kanda zararlı bileşenler -kanın görevi itibariyle- daima bulunur. Hasta bir hayvandan alındığı takdirde ise, çeşitli parazitler ve mikroplar da kan yoluyla taşınmış olur. Bu durumda, mikroplar kişinin kanında çoğalarak, tüm vücuda yayılabilir. Nitekim asıl tehlike unsuru olan da bu yönüdür. Bir insanın kan içmesi durumunda, tüm mikroplar ve atık maddeler kişinin vücuduna yayılarak, böbrek yetmezliği, karaciğer koması gibi hastalıklara yol açacaktır. Bunların yanı sıra kanla taşınan mikropların çoğu mide ve bağırsak duvarlarına zarar vererek daha pek çok hastalığa neden olabilecektir.

Öte yandan kan steril bir ortam değildir; diğer bir deyişle mikropların

---

gelişmesi için uygun bir ortamdır. Mikroplar kanda çok iyi beslenme imkânı buldukları için çoğalmaları açısından uygun koşullara sahiptir. Kan, vücuttaki diğer sıvıların fonksiyonları ve bağışıklık sistemi ile tam olarak dengelendiğinde, vücut mikroorganizmaların yaşamına -dolayısıyla hastalıklara- destek vermez. Sağlıklı bir kişide, bu mikroorganizmalar vücut içerisinde karşılıklı olarak birbirlerinden faydalanarak ortak bir yaşam sürerler. Ancak bu ortamda ciddi bir değişiklik olduğunda, diğer bir ifadeyle vücudun iç dengesi bozulduğunda, uygun ortam bulduklarında hastalıklara sebep olabilecek mikroorganizmalara dönüşebilirler.

Örneğin kanın pH (asit ve baz dengesi) değeri zayıf beslenme veya zararlı kimyasalların etkisiyle, fazla asidik veya fazla alkali olursa, zararsız mikroplar hastalıklara sebep olacak şekilde biçim değiştirebilirler. Kaldı ki vücudun sağlıklı olması için, kanın pH değerinin de 7.3 civarında olması gereklidir. Bu değerdeki küçük farklılıklar bile, bu dengenin bozulmasına, mikroorganizmaların ortama ayak uydurmak için daha zararlı hale gelmesine sebep olabilir. Kanın steril olması, dışarıda bırakılan sütün bozulmasına benzetilebilir. Zaten kanın içinde bulunan mikroplar, kendilerini bu yeni ortama göre değiştirerek, zararlı etkiler gösterebilirler.

Tüm bunların yanı sıra, kan gıda maddesi olarak da uygun bir besin değildir. Kanda sindirimi mümkün albümin, globülin ve fibrinojen gibi proteinlerin miktarı azdır; 100 ml. kanda bu proteinlerin miktarı 8 gram kadardır. Aynı durum yağlar için de geçerlidir. Ayrıca kanda sindirimi çok zor olan ve midenin kabul etmediği kadar kompleks bir protein olan hemoglobinin yüksek miktarda bulunur. Kanın pıhtılaşması durumunda, fibrinojen proteini, fibrine dönüşerek alyuvarları içeren bir ağ meydana getirir. Fibrin ise sindirimi en zor proteinlerden biri olarak, kanın sindirimini daha da güçleştirir. Sonuç olarak sağlık uzmanları, kanın hiçbir şekilde insan tüketimine uygun olmadığına hemfikirdirler.

Allah'ın bu emrine uyarak, insan o dönem için hikmetini kavramadığı bir zarardan korunmaktadır. Allah'a inanıp güvenerek, O'nun emir ve yasaklarını uygulayanlar hem ahiretleri açısından hayırlı bir yaşam sürerler, hem de Allah'ın koruması ve sonsuz rahmeti altında yaşarlar.

## **BESMELE**

Kesilen bütün hayvanların helâl olması için, keserken besmele

---

çekilmesi gerekir. Kesilen hayvan, kurbanlık olsun olmasın, keserken besmele çekmek şarttır. Kasıtlı olarak besmele çekmeksizin kesilen hayvanın eti yenilmez. Ama unutarak besmeleyi terk eden kişinin kestiği hayvanın eti yenilebilir.

(Bismillahirramanirrahim yerine Bismillahiallahüekber denilir)

## **ET YİYEN HAYVANLAR - SÜRÜNGENLER VE BÖCEKLER**

Ayet ve hadislerden yola çıkarak geneli haram kabul edilmiş olup bir kısmı bazı âlimlerce mekruh kabul edilen hayvanlar vardır. Ayet ve hadislerdeki yırtıcı ve pis olması hükümlerine bağlı olarak hüküm verilmiştir. Bu tür hayvanlarda insanlarda hem hastalığa sebep olabilmekte hem de insan mizacını olumsuz etkilemektedir.

## **SARHOŞ EDEN İÇECEKLER**

İçkinin hiç bir zararı olmasa bile, Allah yasakladığı için içmemek gerekir. Bununla beraber içkinin zararlı olduğunu bütün dünya kabul ediyor.

Zararlarını şöyle sıralayabiliriz: Şeytan işi pislik olması, saâdete ermeye engel teşkil etmesi, insanlar arasında düşmanlığa yol açması, kin ve nefret uyandırması, vücûdu tahrip etmesi, Allah'ı anmaktan ve namaz kılmaktan alıkoyması. Unutulmamalı ki içki bütün kötülüklerin anasıdır.

## **İçki neden birden yasaklanmadı?**

İslâmiyet gelir gelmez, Arap Yarımadası'ndaki insanlardan, uzun senelerden beri dem ve damarlarına yerleşmiş olan alışkanlıklarını birden bire söküp atmak, elbette zor olacaktı. Hele alkollü içkiler gibi, kullanıldıkça âdeta insanı kendine esir eden maddelerden vazgeçmek, daha da zordur. Fakat İslâmiyet'in getirdiği nur, bütün kötü âdetler gibi, alkollü içkileri de o cemiyetten kaldırdı.

Allah'ın bir ismi de Hakim'dir. Yani yaptığı her işi, hikmet ve faydalara göre yaratır. Nitekim insanın büyüyüp kemale ermesi, çekirdeğin yeşerip ağaç olması, bir yumurtanın açılıp kuş olması belli bir süreçle gerçekleşmektedir. Allah'ın kâinatta geçerli olan bu kanununu, dinin bazı emirlerinde de görmek mümkündür. İşte yüce Rabbimiz, Hakîm isminin gereği olarak, alkollü içki alışkanlığını o cemiyetten söküp

---

atmak için, tedriç yani yavaş yavaş men etme metodunu irade etmiştir. Diğer taraftan, içki birdenbire haram edilseydi, içkiye müptela olmuş o asrın insanları İslâmiyet'i kabulde nazlanabilirlerdi. Alışkanlıklarını bırakmak istemeyebilirlerdi. Bu bakımdan Kur'an-ı Kerim'de içki ile ilgili âyetler, kademe kademe şu sıraya göre nazil olmuştur:

“Hurma ağaçlarının meyvesinden ve üzümlerden hem bir içki yapıyor, hem de güzel rızk ediniyorsunuz. Bunda akli eren kavim için elbette ibret vardır.” (Nahl, 16/67)

Bu âyette içkinin güzel rızk olmadığı açıklanmıştır. Bu âyetin nüzulü ile, içkinin dinen tasvip edilmeyen bir madde olduğu anlaşıldığından, bazı sahabeler içkiyi terk etmişlerdi. Aslında bu âyetin inzali ile, içkinin ileride haram olacağı da anlaşılmıştı.

“Sana içkiyi ve kumarı soruyorlar. De ki: Onlarda hem günah, hem insanlar için faydalar vardır. Günahları ise faydalarından daha büyüktür.” (Bakara, 2/219)

“Ey iman edenler! Siz sarhoşken, ne söyleyeceğinizi bilinceye kadar namaza yaklaşmayın.” (Nisa, 4/43)

Bu âyet-i kerime, sarhoşken namaz kılmayı men etmiştir. Bu durumda, beş vakit namazını hiç geçirmeksizin kılan bir sahabenin, gündüz iki namaz arasında içki içmemesi gerekiyordu. Aksi takdirde, yani gündüz iki namaz arasında içki içecek olsa, alkollü içkinin sarhoşluk edici tesiri geçmeyeceği için namazı kılamayacaktı. Belki yatsı namazından sonra içki içebilecekti. Bu durumda büyük bir sahabe kitlesi daha içkiden tamamen vazgeçmişlerdi. Çünkü alkole alışmış olan vücutlar, artık yavaş yavaş ondan uzaklaşıyordu.

“Ey iman edenler! İçki, kumar, tapmaya mahsus dikili taşlar, fal

---

okları ancak şeytanın amelinden birer murdardır. Onun için bunlardan kaçının ki, murada eresiniz.”(Maide, 5/90)

“Şeytan, içkide ve kumarda aranıza düşmanlık ve kin düşürmek, sizi Allah'ı anmaktan ve namaz kılmaktan alıkoymak ister. Artık siz hepiniz vazgeçtiniz değil mi?”(Maide, 5/1)

Bu son âyet ile alkollü içkiler kesin olarak haram edilmiştir. Sahabelerden Hz. Enes (r.a.) anlatıyor:

"Biz içki alemindeydik. Ben dağıtıyordum. Bir adam geldi 'içki haram edildi' dedi. Arkadaşlar derhal 'şu içki kaplarını dök, temizle' emrini verdiler. O haberdan sonra kimse ağzına içki almadı."

İçkinin zararları: Azı veya çoğu sarhoşluk veren her içkinin azı da, çoğu da haramdır. Peygamber Efendimiz'in (asm) beyanıyla:

“Bir küpü sarhoş eden şeyin, bir avucu da haramdır.” (Hadis-i Şerif)

İçkiyi haram kılan âyet, bu yasağın gerekçesini ve hikmetini de açıklamıştır: Şeytan işi pislik olması, saâdete ermeye engel teşkil etmesi, insanlar arasında düşmanlığa yol açması, kin ve nefret uyandırması, vücûdu tahrip etmesi, Allah'ı anmaktan ve namaz kılmaktan alıkoyması.

İçki; sinir sisteminde, beyin damarlarında, omurilik ve çevre sinirlerinde çok büyük ve çok çabuk yıpratıcı ve olumsuz tesirler yapar. Beyin üzerinde öldürücü darbeleri vardır. Beyin sinirlerini zedeleyerek kısmî felçlere yol açar ve muhtelif hastalıklara sebep olur. Göz sinirlerini tahrip ederek gözlerin bozulmasına neden olur. Kalp hücrelerini zedeler ve yorar. Kalp hücrelerinde içki nedeniyle meydana gelen yorgunluk,



---

“miyokard” denilen kalp adalesinin eskimesine ve yıpranmasına neden olur. Böbreklerde yara açar, kanın süzülmesini aksatır. İçkiden dolayı yaralanan böbrekler, idrardaki zehirleri süzemez hale gelir. Bu zehirli maddeler kana karışır ve “üremi” denilen kan zehirlenmesine yol açar. Damarlarda kireçlenme meydana getirir. Bu da erken bunamaya sebep olur. Hücreleri uyuşturur, vücudun hastalıklara karşı mukavemetini ve direncini kırar. Karaciğerin, kan yığılmasıyla önce büyümesine, sonra büzülmesine ve çürümesine yol açar.

İçkinin ruh üzerindeki zararları ise çok daha vahimdir: Zihin, dikkat, şuur ve irâde üzerinde korkunç dağınıklıklara sebep olur. Şiddetli ümitsizlik ve karamsarlık doğurur. Dikkat, şuur ve irâdenin zayıflamasıyla kavgalara, cinâyetlere, âile geçimsizliklerine, nice yuvaların yıkılmasına, nice dostlukların bozulmasına, nice acı trafik kazalarına ve nice âsâyîşi ihlâl edici fiillere neden olur.

İçki, fertte ve toplumun bünyesinde, sosyal ve iktisâdî hayatta kapanmaz yaralar açar, acı felâketler doğurur. Aile nafakasını içkiye verenler, faydasız ve boş yere harcama yaparak israf etmiş olmakla berâber, âile ve çocuklarının hakkını da yemiş olmaktadır. Netice itibariyle içki içmek, hayatına kıymet veren, kazancının değerini bilen, kul hakkını gözeten ve sağlığına önem veren akıllı kimselerin yapacağı şey değildir. Peygamber Efendimiz (asm), buyurmuştur:

**“İçki bütün kötülüklerin anasıdır.”**

İçkinin uhrevî zararları fizikî veya sosyal bünyemiz üzerinde değil;-Allah affetmediği takdirde- benliğimiz, kişiliğimiz, karakterimiz, varlığımız, mâneviyâtımız, ebedî ümitlerimiz, saadetimiz ve sevincimiz üzerinde tam bir yıkım getirir. Çünkü, Allah’ın açık nehyine ve yasağına karşı duyarsız kalınmıştır.

İçki büyük günahlardandır. Ancak Allah’ın affı, merhameti ve mağfireti geniştir. Kim günahı terk eder ve Allah’a dönerse, Allah’ın af ve mağfiretinin -inşâallah- onunla olacağına dair kuvvetli haberler ve müjdelere vardır. Allah bütün günahları bağışlar ve siler. Yeter ki kul Rabb’ine bir adım atsın; Allah kulunu koşarak kucaklar. Yeter ki kul hiçbir şeyi Allah’a ortak koşmayarak O’na dönsün; yerle gök dolusu günahları da olsa Allah affeder.

İçkili iken veya cünüp iken ölmek konusunda, zâhirî nazarda herhangi

---

bir hüküm söylememiz doğru olmaz. Hoş bir tecellî değildir. Tövbeye fırsat bulamadan veya kendisine tövbe nasip olmadan ölümün kapıyı çalması, insanın tüylerini ürperten bir vahâmettir. Biz yine de, Allah'ın affetmesini temenni edelim. İçyüzünü bilemeyiz.

İçki aldıktan sonra sarhoş olup olmamak hiçbir şeyi değiştirmez, günahı hafifletmez.

İçkili iken veya sarhoşken namaz kılınmaz. Fakat halk arasında içki aldıktan sonra kırk gün namazın kabul olmayacağı veya namazın kılınmayacağı tarzındaki söylenti doğru değildir. Sarhoşluk geçtikten sonra nedâmet edilebilir, pişmanlık duyulabilir, bir daha içki kullanmamaya içtenlikle söz verilebilir, tövbe ve istiğfar yapılabilir ve tabiî ki namaz kılınabilir.

## **UYUŞTURUCU MADDELER**

Sinir sistemini uyuşturan ve böylece kişinin düşünme ve muhakeme melekesini yok eden maddelere denir. Sürekli uyuşturucu madde kullanan kimselerde bu maddelere karşı bağımlılık meydana gelir. Manevî boşluk, ideal yoksunluğu ve bu yolda yapılan etkinlikler, sosyal felaketlere yol açan, bağımlılarını delilik, hatta intihara sürükleyen uyuşturucu alışkanlığını yaygınlaştırmaktadır. Kişi sadece kendine değil çevresine de zarar vermekte ve tedavisi imkansız denecek düzeyde zordur.

## **AÇIKLAMA**

Sinir sistemini uyuşturan ve böylece kişinin düşünme ve muhakeme melekesini yok eden maddeler. Sürekli uyuşturucu madde kullanan kimselerde bu maddelere karşı bağımlılık meydana gelir. Çok çeşitli uyuşturucu madde vardır. Bunlar; alkol, morfin, eroin, kokain, afyon, eter, esrar, bonzai gibi maddelerdir. Yatıştırıcılar ve uyku ilaçları da uyuşturucu maddelerindendir.

Uyuşturucu alışkanlığı günümüz insanının en büyük sosyal problemlerinden birini oluşturmaktadır. Materyalist ve kapitalist toplumlarda, sistemlerin çarpıklıklarından ortaya çıkan sosyal problemler, insanları uyuşturucu maddelerin tutsağı haline getirmektedir.

---

En yaygın olarak kullanılan uyuşturucu maddeler, alkol içeren içkilerdir. Gayri İslâmî toplumlarda bu tür içkiler yaşamın bir parçası olarak kabul edilmektedir. Diğer uyuşturucu maddelerin satışı ve kullanımı dünyanın hemen her yerinde suç kabul edilmiş ve cezalandırılmıştır. Ancak bu cezalar, uyuşturucu maddelerin kullanımının yaygınlaşmasını ve sosyal bir felaket haline gelmesini engelleyememiştir. Bunun sebebi, çağdaş toplumların yaşam felsefelerinin insanları bu tür alışkanlıklara itecek uygun ortamları hazırlamaya elverişli olmasıdır. Manevî boşluk, ideal yoksunluğu ve bu yolda yapılan etkinlikler, sosyal felaketlere yol açan, bağımlılarını delilik, hatta intihara sürükleyen uyuşturucu alışkanlığını yaygınlaştırmaktadır.

Uyuşturucuya müptela olan kimseler, her türlü insanî değerlerini kaybederek uyuşturucu madde ticareti yapanların kölesi haline gelmektedirler. Karşı konulmaz bir ihtiyaç haline gelen uyuşturucuyu temin edebilmek için çırpınan bu kimseler, çoğu zaman hırsızlık yapmakta, çeşitli şiddet eylemlerine girişmekte, cinayetler işlemektedirler.

Kişiyi ruhen ve bedenen çok süratli bir şekilde çökertip mahveden uyuşturucu alışkanlığının tedavisi son derece güçtür. Tedavi görüp iyileştiği kabul edilenlerin tekrar normal hayata dönüp topluma uyum sağlamaları imkansız olmaktadır.

İslâm, toplumu, ifsad edecek, huzurunu bozacak, onu sosyal bunalımlara itecek her şeyi ta başından yasaklayarak gerekli düzenlemeleri yapmakta ve böylece insanları kötülüklerin pençesine düşmekten kurtarmaktadır. Allah Teâlâ, sarhoşluk veren alkollü içkileri haram kılmış ve bu harama riayet etmeyenler için cezalar koymuştur. İslâm hukukunda alkollü içkiler yanında insanları uyuşturup akıl ve muhakeme kabiliyetlerini yok eden diğer bütün maddelerin kullanımı da haram kabul edilmiş ve şiddetle yasaklanmıştır.

Esrar, afyon, eroin, kokain, morfin, L.S.D. gibi uyuşturucu maddeler akılı gidermek, insan vücuduna zarar vermek bakımından tesiri alkollü içkilerden daha fazladır. Bu bakımdan uyuşturucu kullanmak tıpkı içki kullanmak gibidir. Hattâ bâzı hususlarda ondan da kötüdür. İslâm âlimleri, uyuşturucu maddelerin haram olduğu hususunda müttefiktirler.

## **SİGARA**

---

Tam zararları günümüzde tıbben ortaya konmuştur. Ayrıca sigara içmeyenlerden dumanından etkilenmektedir. Hiçbir faydası olmadığından verilen para israftır.

Bu nedenlerle Hanefi mezhebi âlimlerince tahrimen mekruh yani haram hükmündedir.

## **AÇIKLAMA**

İslam'ın evrensel helal ve haramları Kur'an-ı Kerim'de ve onun açıklaması olan sünnette zikredilmiştir. 'Evrensel helal ve haram' derken kastettiğimiz şey, her zaman ve her mekana göre genel geçer olan helal ve haramlardır.

Sigara konusu gerek sünnette, gerekse Kur'ân-ı Kerim'de yer almaz. Çünkü Kur'an'ın indiği zaman sigara denen bir şey yoktu. Sigara XV. asırdan sonra ortaya çıkmıştır.

İslam'ın temel kaynaklarında adı geçmeyen bir şeyin hükmünü anlamak için İslam'ın bazı genel kuralları vardır. Bunlardan birisi şudur:

“Eşyada aslolan, ibahadır (mübah olmasıdır).”

Yani, her şey insanlar için yaratılmıştır. Bazı şeylerin ise haram olduğu açıklanmış, böylece hükmü bildirilmeyen şeyler de helal olarak kalmıştır, demektir. Bir diğeri de şudur:

“Temiz ve güzel olan şeyler helaldir, pis ve zararlı şeyler ise haramdır.”

Bu iki genel kural, beraberce düşünüldüğü zaman sigara için karşımıza şöyle bir sonuç çıkar: Sigara hakkında kaynaklarda bir şey söylenmediğine göre, onun hakkında hüküm verebilmemiz için onun pis ve zararlı olup olmadığına bakmalıyız: Eğer onun pis ve zararlı olduğunu söyleyebileceğimiz özellikleri varsa haram olduğuna, yoksa, helal olduğuna hükmetmeliyiz.

İşte bu metodik anlayış sebebiyle tarihte bazı İslam alimleri sigaranın helal/mubah olduğu hükmüne varmışlardır. Çünkü, demişlerdir, biz sigaranın bir zararını görmüş değiliz, şu halde onun haram olduğunu söyleyemeyiz. Eğer bir gün zararlı olduğu ortaya çıkarsa biz de ona göre hüküm veririz. Oysa bu gün sigaranın 2.000 civarında zehir

---

içerdiğini, pek çok hastalığın sebebi olduğunu, içenlerin sadece kendilerine değil, içmeyenlere dahi zarar verdiklerini bilim kesin olarak ortaya koymuştur.

Bununla birlikte Hanefî gelenekte şöyle bir anlama metodu vardır: “Kıyasa/kurallara göre haram olan, ancak Kur'an-ı Kerim’de ve sünnette adı ve hükmü açıkça zikredilmeyen şeylere haram yerine, tahrîmen mekruh demek daha uygundur. Gerçi bununla kastedilen de haramlıktır, ancak bir şeye haram ya da helal hükmü vermek sadece Allah’a (cc) ait bir hak olduğu için, haram olduğu kesinkes anlaşılabilirse bile, Kur’an’da haram denmeyen şeylere nezaketen, tahrîmen mekruh demek daha güzeldir.” Bu sebeple son dönem Hanefîler sigara için “tahrîmen mekruh” hükmünü tercih etmişlerdir. “Tahrîmen mekruh”, kanun hükmünde kararname gibi, haram hükmünde mekruh demektir.

Ayrıca sigara insanın kendisini tehlikeye atmasıdır. Oysa Allah (cc): “Kendinizi kendi ellerinizle tehlikeye atmayın.” buyurmaktadır. Bu sebeple sigara, insanın kendisini tehlikeye atması demektir. Sigara içmek ayrıca çok önemli bir kul hakkıdır, çünkü içenler içmeyenlere zarar vermekte ve onları rahatsız etmektedirler. Kul hakkının affedilmesi de ancak, hakkı olan insanların bağışlamasına bağlıdır. Bunu temin etmek ise çok zordur.

## **Sigaranın hükmü?**

Tütün, XV. asırdan sonra, İslâm ülkelerine girmiştir. O zamandan beri, İslâm uleması onu içmenin hükmü üzerinde durmuşlardır. Şöyle ki:

a. Bâzı âlimler, tütünün mubah olduğunu söylemişlerdir. Bunu söyleyenler, tütünün zararı olmadığını ve Şâri' (Şeriatı koyan, yani Allah) tarafından yasaklanmadığını ileri sürmüşlerdir.

Halbuki, bugün tütünün zararları ilmen kesin şekilde ortaya çıkmıştır. Zararsız olduğu söylenemez. Şâri'nin yasaklamadığını söylemek de doğru olmasa gerektir. Zira Şâri', her haramı ismen tek tek zikretmemiştir. Hüküm, sadece sarîh ve hususî naslarla değil, naslarda geçenlerin haram kılınıp illetlerine bakarak yapılan kıyas ve istidlal yollarıyla da verilebilmektedir. Bu bakımdan hakkında sarîh nas olmayan bir nesne hakkında kıyas ve istidlal yoluyla bir hüküm verilmesinde hiçbir mâni yoktur.

---

b. Bâzıları da sigara içmek mekruhtur, demişlerdir. Bunlar, kıyasla sabit bir hükme, haram demekten çekinmeleri ve sigaranın zararları hakkında kesin bilgi sahibi olmamaları yüzünden bu hükmü vermişlerdir.

c. Bâzıları da sigara içmek, özellikle tiryakisi olmak haramdır, demişlerdir. Bunların mesnedi ise, sigaranın vücuda zarar vermesi, israf olması ve nafaka mükellefiyetinde darlığa yol açması gibi sebeplerdir.

Bu üç sebepten biri gerçekleştiği yer ve durumda, sigara içmek haramdır. Bunlar gerçekleşmez ise, mekruhtur.

Özellikle dindar ve uzman bir hekimin vereceği karar çok önemlidir. Böyle bir doktor bir kimseye sigarayı mutlaka terk etmesini söylerse, onun sigarayı içmesi dinen de helal olmaz.

Gıdaların sağlıklı olup olmadığı noktasında Müslümanlar kadar Müslüman olmayanlarda duyarlı ve bu konularda çalışmalar yapılmaya çalışılıyor. Bazı katkı maddeleri insan sağlığına zararlı olduğundan birçok gelişmiş ülkede kullanımı yasaklanmaktadır. Ülkemizde de yavaş yavaş bu konuda çalışmalar artmaktadır.

Katkı maddelerinin ve endüstriyel gıda maddelerinin helal mi? Haram mı? Sorusuna kesin ve tam cevap verebilmek için ciddi çalışmaların ve araştırmaların yapılmasını gerektirir.

Ayrarı daha lezzetli yapmak için ne katarız? (tuz)

Çayı lezzetli yapmak için ne katarız? (şeker)

Bazı yemekler karabiber, kırmızıbiber niye katarız? (daha lezzetli olsun diye)

Gıdalara şeker, tuz, kırmızıbiber gibi şeyler katarak onları daha lezzetli hale getiririz.

İşte marketlerde vb satılan ürünlerde de bazı katkı maddeleri var. Bunlar genel olarak;

1- Renk vermek

---

2- Uzun süre bozulmadan bekletmek

3- Lezzet vermek

Amacıyla kullanılmaktadırlar.

Bu maddelerin bazıları domuzdan üretilirken bazılarında alkol bulunmaktadır. Bu nedenle bu katkılar haram olmakta dolayısıyla ürün de haram olmaktadır. Haram olmayan ancak insan sağlığına zararlı katkı maddeleri de olabildiği gibi helal ve zararsız katkı maddeleri de var.

Hangi ürünlerde katkı maddeleri kullanılıyor? Genel olarak katkı maddeli ürünler

A ) et ve et mamulleri

B ) un ve unlu mamuller

C ) şeker ve şekerli mamuller

D ) tuz

E ) süt ve sütlü mamuller

F ) meşrubatlar

G ) ilaçlar

H ) temizlik ürünleri

I ) Sanayi ürünleri

Adı markası ne olursa olsun her türlü gazlı içecekler, sağlığa zararlıdır.

Çünkü günümüzde hiçbir şekilde sağlığa zararsız gazlı içecek üretilmemektedir. Bu nedenle gazlı içecekleri mümkün mertebe içmemeliyiz.

Birçok şeker çeşidi içeriğindeki katkı maddeleri nedeniyle zararlıdır. Alırken dikkat etmeli, her şekerli ve şekerli yiyecekleri almamalıyız.

---

Özellikle reklamlara aldanmamalıyız.

Hazır gıdalarda dondurma, cips, sakız gibi gıdalarda kullanılan ve ucuz yollarla elde edilen katkı maddeleri hem insan sağlığına zararlı hem de haram olanlar var. Bunları alırken de dikkatli olmalıyız.

Hazır gıdalar, fast food dediğimiz tarzdaki ürünler insan sağlığını olumsuz etkilemektedir. Amerika'da bu tarz beslenmenin önüne geçmek için çalışma başlatılmış durumdadır. O nedenle bu gibi gıdalardan mümkün olduğunca uzak durmalıyız, tüketmemeliyiz.

Hazır gıdalar, pastanelerdeki yaş ve kuru pastalardan, paketlerde satılan birçok bisküvi çeşitlerinde katkı maddesi bulunmaktadır. O nedenle yaş veya kuru pasta alırken güvendiğimiz pastaneden almalıyız. Paketlerde satılan ürünleri de imkanımız varsa internet yardımı ile içindikileri inceleyebiliriz. Amacımız mümkün mertebe zararlı maddelerden uzak durmaktır.

### **İyi güzel hoş ama biz ne yiyeceğiz?**

- 1) Doğal gıdalar,
- 2) Katkı maddesi kullanılmayan gıdalar
- 3) Helal sertifikalı ürünler ([www.gimdes.org](http://www.gimdes.org))

**Helalsertifika:** Müslüman ülkelerce belirli standartlar geliştirilerek oluşturulan bir sistemdir.

Ülkemizde ciddi anlamda ilk ve İslam ülkeleri tarafından tanınan kuruluş "gimdes"tir. Gimdes dışında başka kuruluşlar da var ama şu an için tam olarak İslam ülkeleri tarafından tanınmış değil. Talepler arttıkça helal sertifika sistemi de daha güzel işlemeye başlayacaktır.

Unutmayın!

Siz ne talep ederseniz üreticiler onu üretecektir. Tüketiciler olarak helal ürün talep edip helal sertifikalı ürünler satın alalım. Bir zaman sonra üreticiler de helal üretme zorunda kalacaktır.

Helal kazanıp helal gıdalardan tüketmek dileğiyle.



---

**İnanç Esasları Dersi ile ilgili sunuları Altınbaşak Derneği web sitesindeki [bu adrese](#) tıklayarak indirebilirsiniz.**