



# İSLAMIN BEŞ TEMELİ

## ORUÇ



## Oruç İbadetinin Önemi

İslâm'ın ana ibadetlerinden biri olan **oruç**, niyetle, tan yerinin ağarmaya başladığı andan itibaren akşam güneş batıncaya kadar, yeme içme ve cinsel ilişkiden uzak durmak şeklinde tanımlanır.

Kur'an-ı Kerim'de orucun takvaya erme aracı olarak anılması, orucun esas amacını ortaya koymaktadır. Bu amaç, kişinin, en başta kendi şahsına karşı olmak üzere, yakın ve uzak çevresine, sosyal ve doğal çevreye ve Yüce Allah'a karşı sorumluluğunun bilincine ermesidir.

Oruç, bu bilincin kazanılmasında bir vasıta olmak üzere emredilmiştir



Oruç tutarken dikkat etmemiz gereken şeyleri hatırlıyorsunuz değil mi?

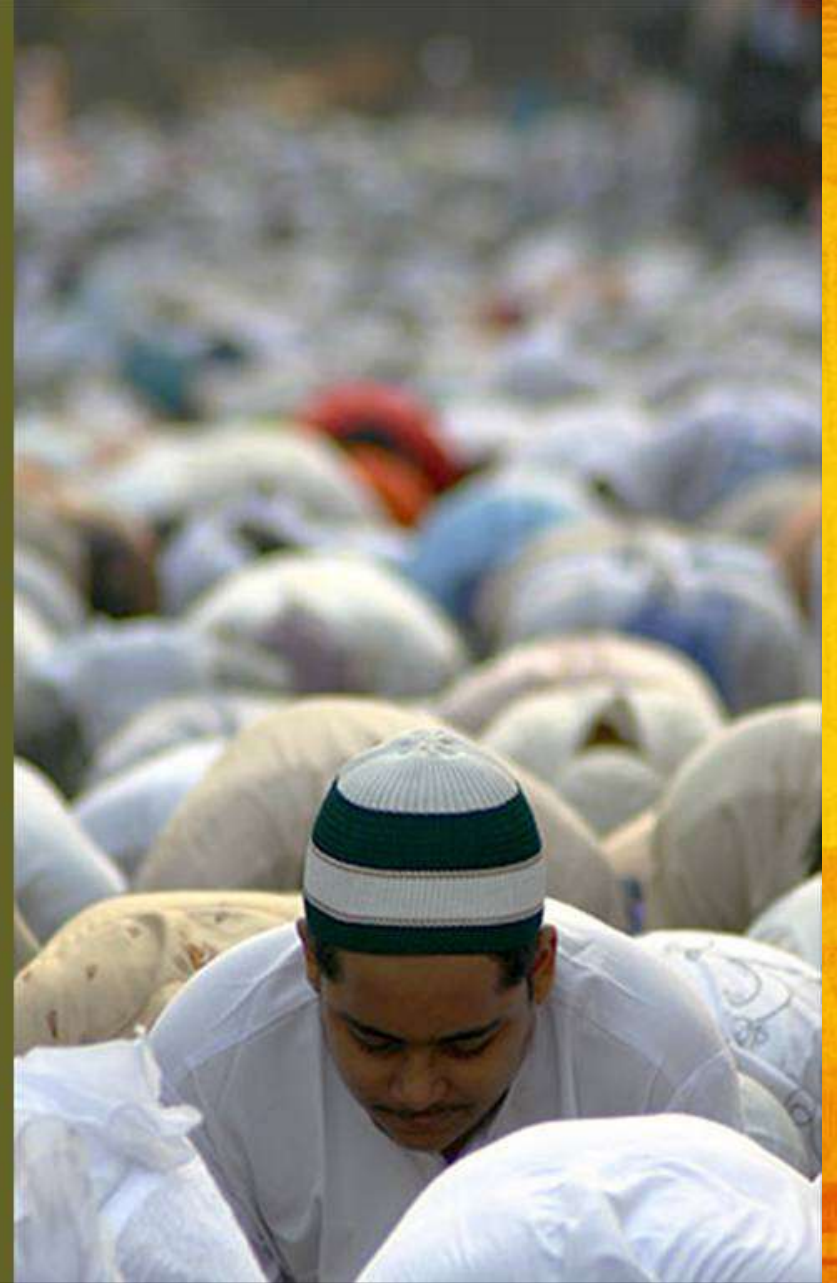
Onları düşünerek oruç tutmanın bizlere ne faydası olabilir bulmaya çalışalım.



Peygamberimiz (s.a.s.) şöyle buyuruyor:  
*"Her kim yalan söylemeyi ve yalanla iş görmeyi bırakmazsa Allah onun yemesini, içmesini bırakmasına değer vermez."*



**Müslümanlar oruçlu iken söz tutum ve davranışlarına daha çok dikkat etmelidirler. Yani oruç tutarken, iyi ve güzel söz söylenmeli, kötü sözlerden kaçınılmalıdır. Dinimizin uygun görmediği yanlış işler yapılmamalıdır.**



# ORUÇ

## ORUÇ;

- Müslüman,
- Akıllı ve
- Ergenlik Çağına gelmiş olanlara **FARZDİR**



## Ayet

Ey İman edenler! Oruç, sizden öncekilere farz kılındığı gibi size de farz kılındı. Ola ki korunup sakınırsınız.

(Bakara/183)

## Hadis-i Şerif

"Kim inanarak ve mükâfatını Allah'tan bekleyerek Ramazan orucunu tutarsa, geçmiş günahları bağışlanır"

Oruç tutan kimse sabretme, sıkıntılara göğüs germe, açlığa susuzluğa dayanma ve nefse hâkim olma melekesi kazanır. Fakirlik ve yoksulluğun ne demek olduğunu kavrar; bunun sonucu olarak şefkat, merhamet, başkalarına yardım etme ve insanlara faydalı olma gibi yüce duygular kazanır. Elindeki nimetin kıymetini bilir, israftan sakınır.

**MUHAMMED**  
© GLITTERKISS.COM

Sevgili Peygamberimiz  
şöyle buyuruyor:

**"Her şey için bir zekat vardır. Bedenin zekatı da oruçtur. Oruç, sabrın yarısıdır."**



Hadis-i Şerif

## Oruçla İlgili Temel Kavramlar

### Sahur

Oruca başlama vakti olan imsak vaktinden evvel yenilen gece yemeğine sahur denir.

***'Şafağın aydınlığı gecenin karanlığından ayırt edilinceye (tan yeri ağarınca) kadar yiyin, için. Sonra da akşama kadar orucu tam tutun' (Bakara, 2/187)*** mealindeki ayet-i kerimede sahur vaktine atıf yapılmıştır.

Hız. Peygamber sahur yemeğini teşvik etmiş ve bunda bereket olduğunu söylemiştir. Hız. Peygamber (a.s.) ***'Sahura kalkınız, sahurda bereket vardır' (Müslim, Sıyam, 45)*** buyurmuştur.







“Oruç belirli günlerdedir. İçinizde hasta veya yolcu olanlar, başka günlerde tutabilir. Oruca dayanamayacak kadar düşkün olan, bir fakire ‘fidye’ verir.” (Bakara , 184)

**İmsak** : Oruca başlama zamanıdır. Şafağın sökmesinden az önceki vakit olup sabah namazı vaktinin başlangıcıdır.

**İftar** : Orucun sona erdiği, güneşin battığı ve akşam namazı vaktinin girdiği zamandır.

**Kaza** : Yolculuk ve hastalık gibi hâllerden dolayı oruç tutulamadığında, Ramazan ayı dışında, kişinin istediği bir zamanda tutmadığı gün sayısınca oruç tutmasıdır.

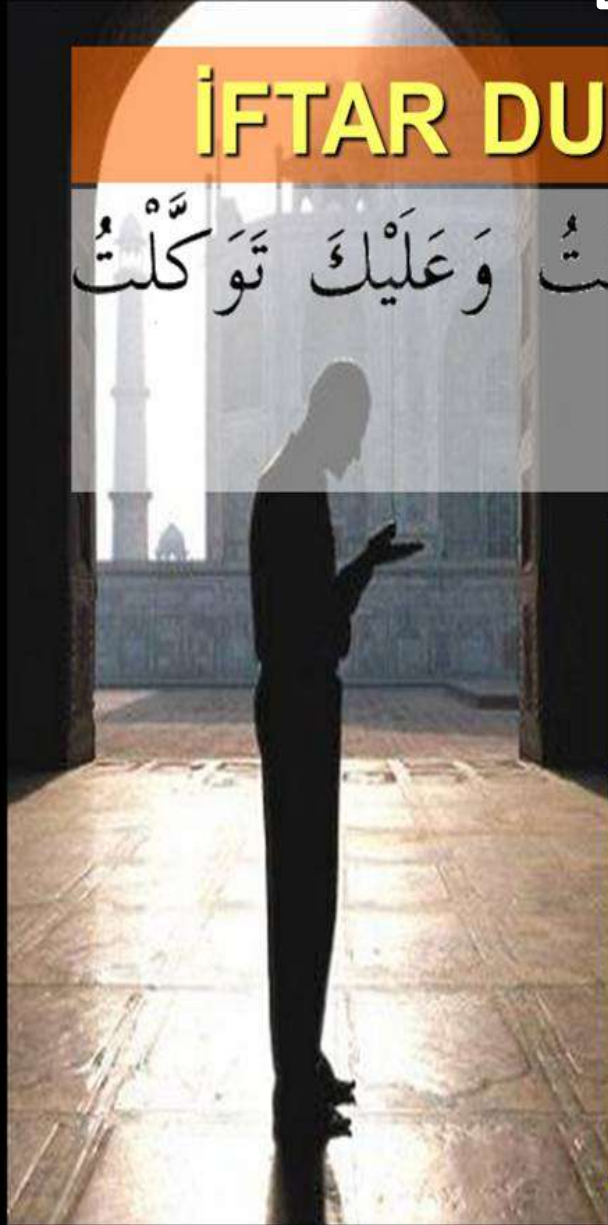
**Fidye** : Vaktinde tutulamayan, devamlı bir mazeret sebebiyle daha sonra da kaza edilemeyen bir günlük oruca karşılık kişinin kendi yediği bir günlük yemek tutarını bir fakire vermesi ya da bir fakiri bir gün doyurmasıdır.

## İFTAR DUASI VE ANLAMİ

اللَّهُمَّ لَكَ صُمْتُ وَبِكَ آمَنْتُ وَعَلَيْكَ تَوَكَّلْتُ  
وَعَلَى رِزْقِكَ أَفْطَرْتُ

Sevgili Peygamberimiz iftar vakti, orucunu açarken şöyle dua etmiştir:

**"Ey Allah'ım! Senin rızan için oruç tuttum, sana iman ettim, sana tevekkül ettim. Senin rızkınla orucumu açtım, yarınki oruca da niyet ettim."**



"Bir oruluya iftar ettiren kimseye, o orulunun sevabı kadar sevap verilir. Ancak o orulunun sevabından da bir Şey eksilmez."  
(Hadis-i Şerif)



## Mukabele

Mukabele kelimesi, karşılaştırma ve yüzleştirme anlamına gelmektedir. Örfümüzde bu kelime, bir kimsenin Kur'an-ı Kerim'i okuması, başka insanların da onun okuduğu Kur'an-ı Kerim'i dinlemesi şeklinde gerçekleştirilen gelenek için kullanılmaktadır



**Araştıralım - Öğrenelim  
Mukabelenin tarihini  
araştırmız!**

Peki bu mukabele geleneğinin nasıl ortaya çıktığını bilen var mı?



İşte bu 23 yıllık süre içerisinde, Kur'an'ın Allah tarafından gönderildiği şekliyle korunması için, her yıl Ramazan ayında vahiy meleği Cebrail gelir ve o zamana kadar inmiş âyetleri Peygamber Efendimizle birlikte karşılıklı okurlardı.



# Eşleştirelim

İftar

Ramazan ayında gece yemek yemek için kalkılan vakit

Oruç

Ramazanda kılınan namaz

Sahur

Oruç açmak

Mukabele

Sabah orucun başlama vakti

İmsak

Bir kişinin Kur'an-ı okuması ve diğerlerinin de dinlemesi.

Teravih

Tan yerinin ağarmasından güneş batıncaya kadar yeme, içme gibi bazı bedensel isteklerden vazgeçmek şeklinde yapılan bedeni bir ibadettir.

# Eşleştirelim

İftar	Ramazan ayında gece yemek yemek için kalkılan vakit
Oruç	Ramazanda kılınan namaz
Sahur	Oruç açmak
Mukabele	Sabah orucun başlama vakti
İmsak	Bir kişinin Kur'an-ı okuması ve diğerlerinin de dinlemesi.
Teravih	Tan yerinin ağarmasından güneş batıncaya kadar yeme, içme gibi bazı bedensel isteklerden vazgeçmek şeklinde yapılan bedeni bir ibadettir.

Kaza ve Kefaret

Kavramların tanımlarını  
öğrenelim!



**Kaza:**

Bozulan orucun yerine gününe gün oruç tutmaktır.

**Keffaret:**

Kasten bozulan bir gün orucun yerine iki ay veya altmış gün peş peşe oruç tutmaktır.



# RAMAZAN'DA VERİLEN FİTRE (FITİR) SADAKASI

FİTRE (Fitir sadakası)

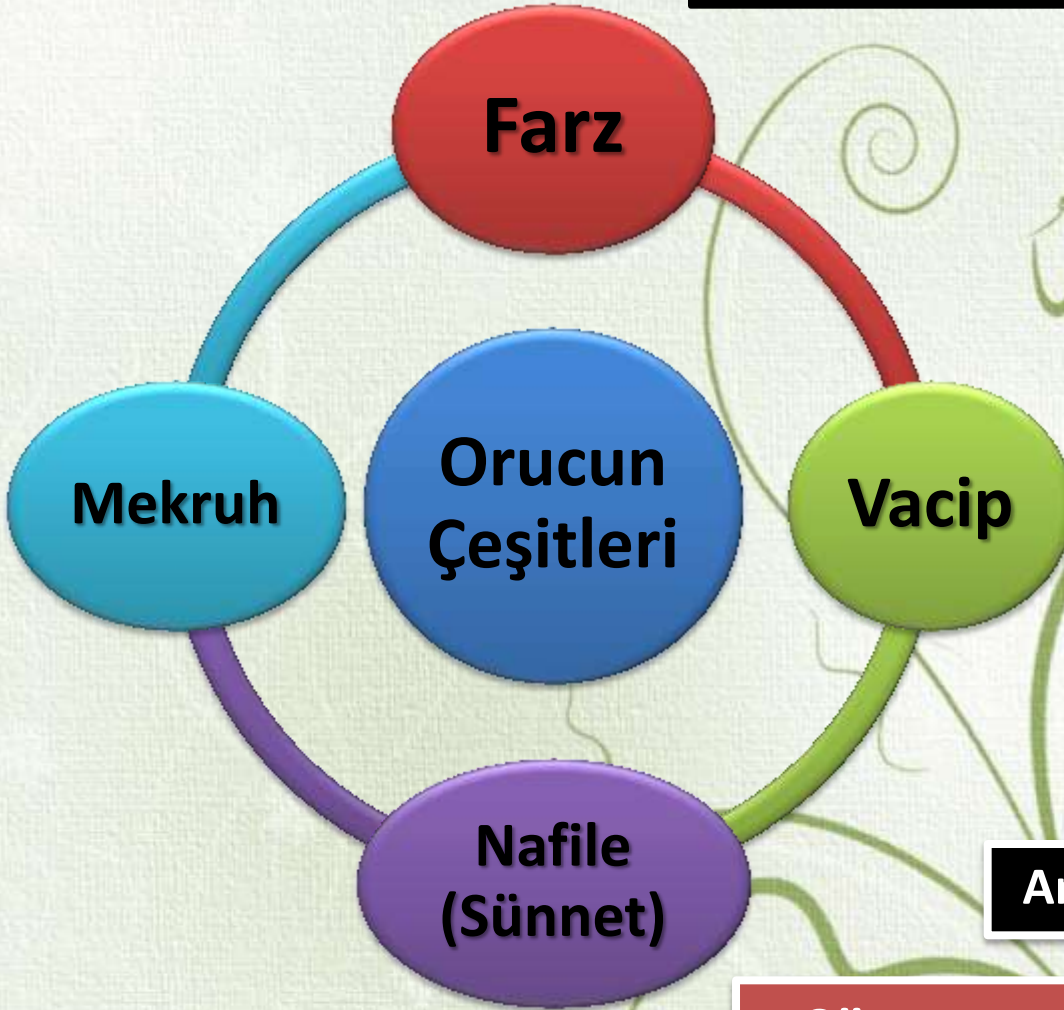
- Fitre, Ramazan ayında fakirlere verilen bir sadakadır. Bayramdan önce verilmesi iyidir. Bayram günü veya daha sonra da verilebilir. Dini ölçülere göre zengin olan kimsenin, hem kendisinin, hem de çoluk-çocuğunun fitrelerini vermesi vaciptir.

**Tartışalım**  
Fitrenin kimlere ve  
nasıl verileceğini  
ilmihallerden  
araştırarak sınıfta  
tartışınız!



*Erdem ağlar... gönül ağlar... can ağlar...  
öksüz ağlar... yetim ağlar...*

## Orucun Çeşitleri



Araştıralım - Öğrenelim

Sünnet, müstehab, mendub ve nafile oruçların hangi oruçlar olduğunu ilmihallerden araştırınız!

# 1. Farz Oruçlar:

- Ramazan orucu ile herhangi bir mazeretle tutulamayan Ramazan orucunun kazası ve keffaret oruçlarıdır. Farz ve vacip oruçlar da zamanı belirli olan ve olmayan şeklinde iki kısma ayrılabilir.

# 2. Vacip Oruçlar:

- Nezredilen (adanan) oruçlar ile bozulan nafil oruçların kazası vaciptir. Vacip oruçlar da zamanı belirli olan ve olmayan şeklinde iki gruba ayrılabilir.

# 3. Nafil oruçlar:

- Burada 'Nafil' kelimesi Türkçe'mizdeki 'Boşuna, gereksiz' anlamına değildir. 'Nafil' burada fazladan, artı olarak yapılan anlamına gelmektedir. Buna göre farz ve vacip olmayarak Allah Teala'nın rızası için tutulacak oruçlar genellikle 'Nafil oruçlardır. Sünnet, müstehap, mendup ve nafil olarak adlandırılan oruçlar bu kapsamdadır. Pazartesi-Perşembe oruçları gibi.

## Mekruh Oruçlar:

Ramazan bayramının birinci günüyle Kurban bayramının dört gününde tutulacak oruçlar tahrimen mekruhtur.

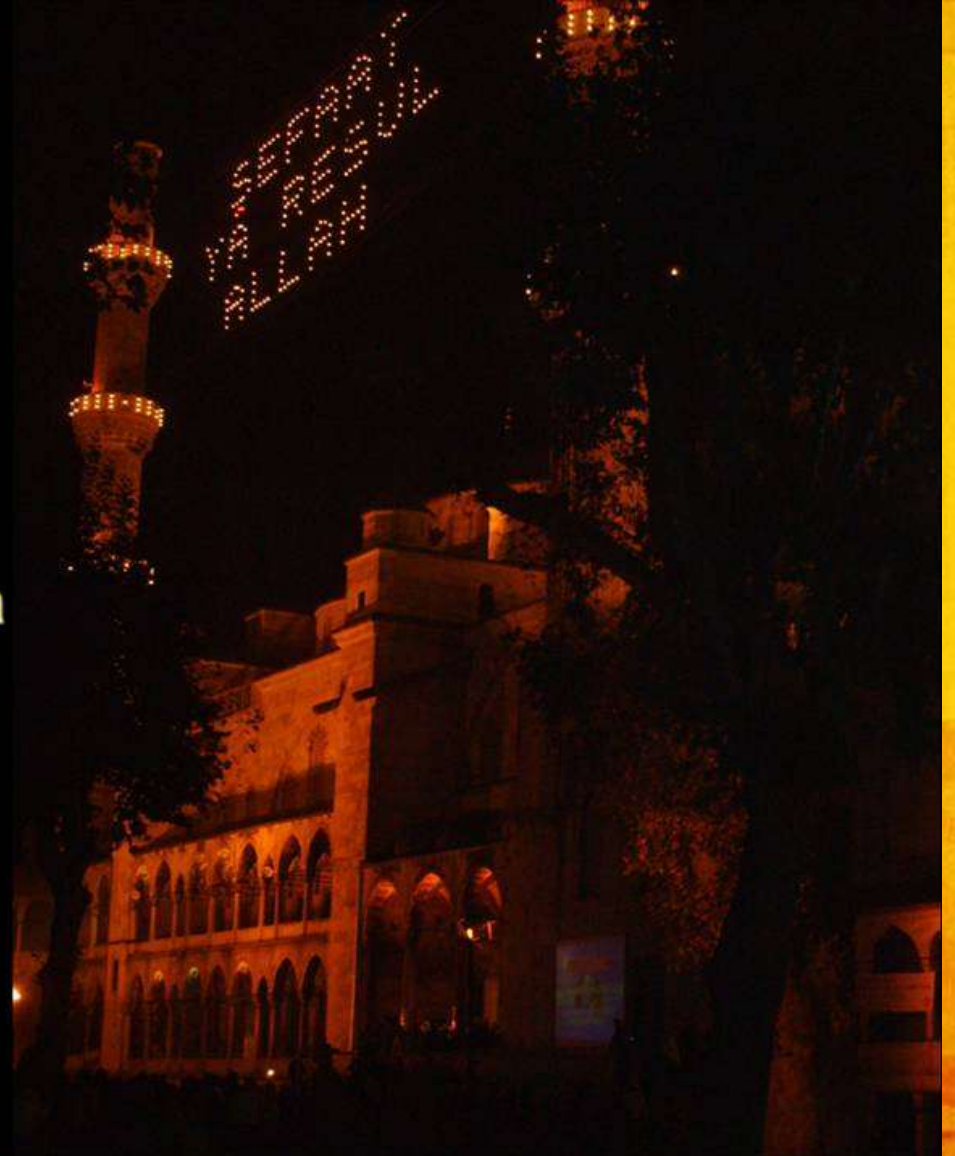
Yalnız AŞure gününde ve yalnız cuma veya yalnız cumartesi gününde oruç tutmak, akşam olunca orucu açmadan diğer günün orucuna başlamak gibi tenzihen mekruh olan oruçlar da vardır.

Nafile oruçlarda, eş ile birlikte olunan durumlarda, eşin muvafakatinin alınarak oruç tutulması, ücret karşılığı çalışılırken de, hizmet ve çalışmaları olumsuz etkileme ihtimali bulunan durumlarda kendisini çalıştıranın iznini alarak oruç tutulması, İslâmî ibadet duyarlılığının bir gereğidir. Bunlara aykırı hareket etmek de mekruh olur.

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

## Ramazan Ayı ve Farz Olan Oruç

Ramazan ayının Müslümanlarca önemsenmesinin bir sebebi de kandil gecelerimizden **Kadir Gecesi'nin** bu ayın içinde olmasıdır. Kadir Gecesi, bin aydan daha hayırlı kabul edilir. İşte bundan dolayı, ramazan ayının önemi büyüktür ve "**on bir ayın sultanı**" olarak anılır.





# RAMAZAN



# ORUC



## Oruca Niyet ve Zamanı

Bütün ibadetlerde olduğu gibi oruçta da niyet şarttır. Oruca niyet etmeden aç ve susuz kalmakla oruç tutulmuş olmaz. Bu bakımdan ister farz, ister vacip, ister nafil olsun bütün oruçlar için niyet etmek gerekir.



## Niyet,

kişinin zihninde oluşan bir karardır. Kişi bir şeye karar verir ve karar verdiği şeyi gerçekleştirmeye azmederse o işe niyet etmiş olur. Bu niyetin dil ile de ifade edilmesi güzel görülmektedir.

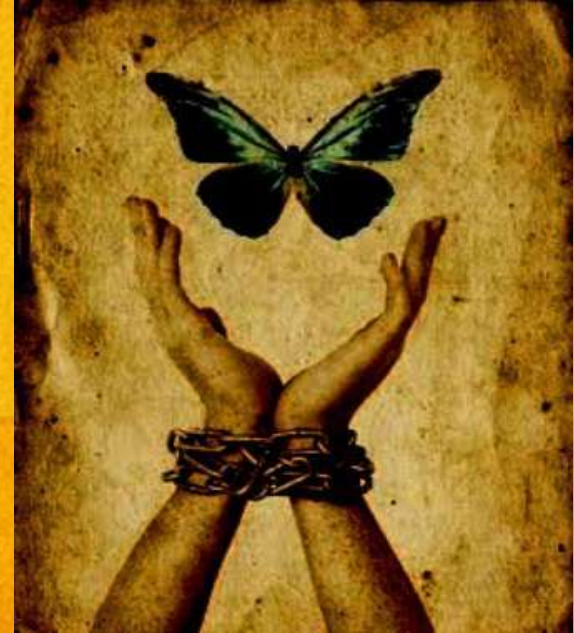
Oruç için sahura kalkılması bir niyettir. Ramazanın her bir gününün orucu başlı başına bir ibadet olduğu için Ramazanın her günü için ayrı niyet edilir. Ramazanın başında hepsine birden toptan niyet edilmez.





Hiçbir özrü yokken  
Ramazanda oruç  
tutmamak büyük  
günahlardandır.

Ancak  
Ramazanda oruç  
tutmamayı mubah  
kılan bazı özürler  
vardır.



Hastalık

Yaşlılık

Hayız ve  
nifas  
halinde  
hanımlar

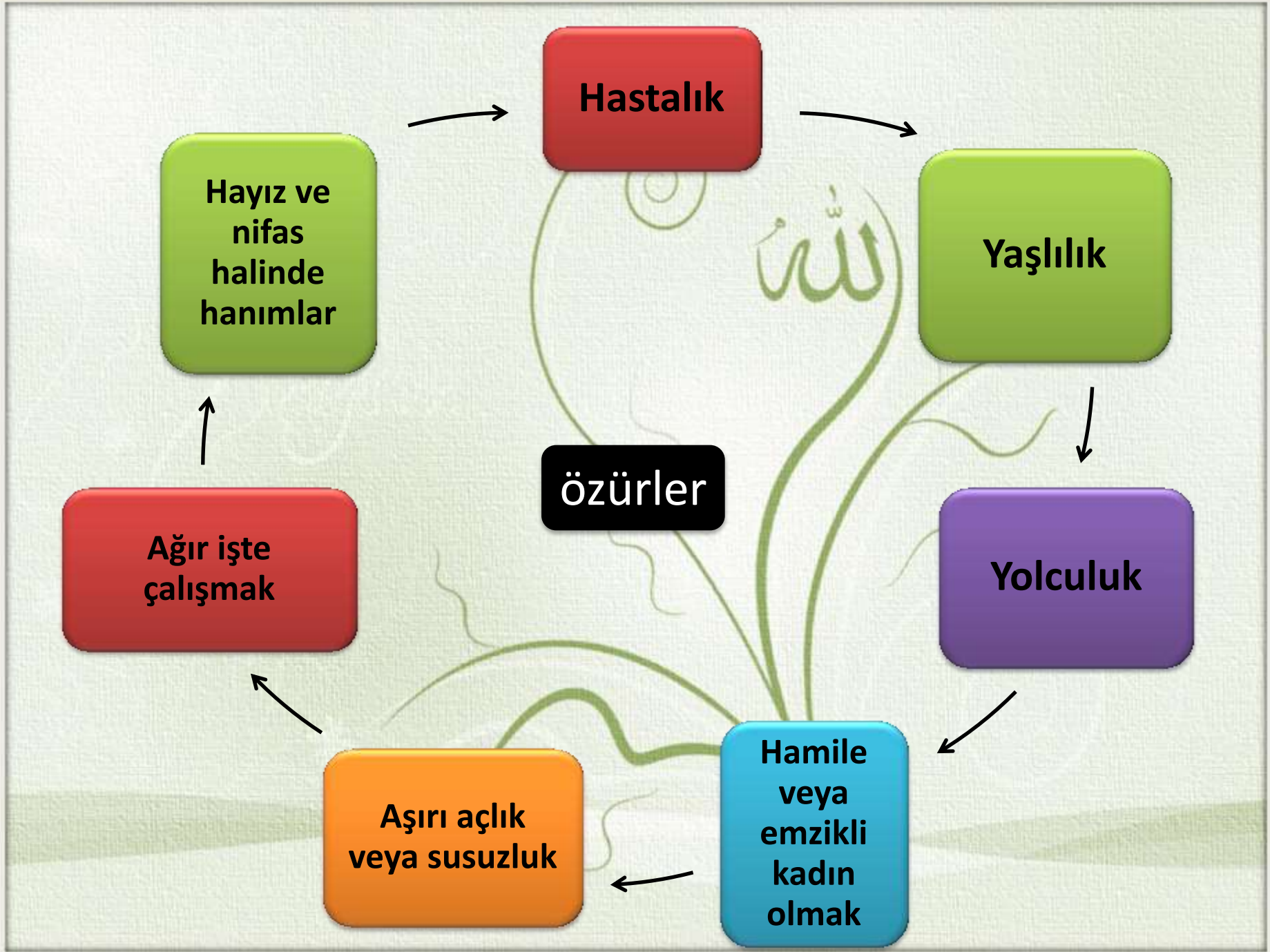
özürler

Ağır işte  
çalışmak

Yolculuk

Aşırı açlık  
veya susuzluk

Hamile  
veya  
emzikli  
kadın  
olmak



## Orucu Bozup Yalnız Kazayı Gerektiren Şeyler

- 1) Yenmesi mutad olmayan ve ilaç olarak da kullanılmayan şeyleri yutmak, (toprak, kağıt, pamuk gibi)
- 2) Buruna ilaç çekmek,
- 3) Kulağın içine yağ damlatmak,
- 4) Abdest esnasında ağızına ve burnuna su alırken kendi elinde olmayarak boğazına su kaçmak,



- 5) Zorla orucu bozulmak,
- 6) Ağız dolusu kusmak, (Kendi isteği ile)
- 7) Akşam vakti girmediği halde, akşam oldu zannederek iftar etmek,

# HOSGELDİN YA ŞEHİR-İ RAMAZAN

Ramazan ayının ilk gecesinde cennet ve sema kapıları açılırda  
Ramazan'ın son gecesine kadar kapanmaz..

Hadis-i Şerif

# Orucu Bozup Hem Kaza, Hem de Keffareti Gerektiren Şeyler

- Oruçlu olduğunu bildiği halde kasden;
  - 1) Yemek, içmek,
  - 2) Cinsi ilişkide bulunmak,
  - 3) Sigara içmek.Orucu bozar, kaza ve keffareti gerektirir.

Araştıralım - Öğrenelim  
Oruç keffaretinin detayları için  
ilmihallere bakınız!



# Orucu Bozmayan Şeyler

- 1) Oruçlu olduğunu unutarak yemek, içmek, (unutarak yiyip içerken oruçlu olduğunu hatırlarsa hemen ağzını yıkayıp oruca devam eder.)

*ya sehri*

**RAMAZAN**

*hosgeldin*

## Orucu Bozmayan Şeyler

- 2) Kulağına su kaçmak,
- 3) Göze ilaç damlatmak,
- 4) Ağızındaki tükürüğü yutmak.
- 5) Kendi isteği olmayarak kusmak,

**"Ey iman edenler!  
Allah'a karşı gelmekten sakınmanız için oruç,  
sizden öncekilere farz kılındığı gibi,  
size de farz kılındı". ( Bakara, 183)**



Oruçlunun iyikusu **İBADET**

SUSMASI **TESBİH**

**DUA'** s1 makbul  
amelinin sevabı kat kattır.

Hadis-i Serif





**Yüce Allah, ramazan ayında oruç tutan kişiyi özel bir şekilde mükafatlandırır ve geçmiş günahlarını bağışlar. Nitekim, Sevgili Peygamberimiz bu konuda şöyle buyurmuştur:**

**"Bir kişi ramazanın faziletine inanarak ve mükafatını umarak oruç tutarsa geçmiş günahları bağışlanır."**

**"Yüce Allah buyurdu ki: Ademoğlunun her ibadeti kendisi içindir. Yalnız oruç benim içindir. Onun mükafatını ben vereceğim."**

## Oruflu İçin Mekruh Olan Durumlar



1. Yutmadan, diliyle bir Şey tatmak
2. Tükürüğü ağızda biriktirip yutmak
3. Ağızda erimeyen, tadı, rengi veya parçaları çıkmayan bir Şey iğnemek
4. Eşini Őehvetle öpmek veya sarılıp kucaklamak/ Bu takdirde cinsel boşalma olursa veya eşinin tükürüğünü yutarsa oruç bozular.
5. Ramazanda kendisini zayıf düşürecek işler yapmak. Bu tür işler oruç farzını tamamlamasına veya bu ibadeti sağlıklı bir şekilde yerine getirmesine engel olacağı için mekruh görülmüştür.

# Oruç İbadetinin İnsana Kazandırdıkları

Aç olanların halini anlarız

Daha çok Kur'an okuruz

Sabırlı Olmayı öğreniriz

Şükretmeyi öğreniriz

Oruç İbadetinin Kişiyeye ve Topluma Kazandırdıkları

Manevi Dünyamız gelişir

.....

.....

.....

“Oruç, sabrın yarısıdır.”(Hadis-i Şerif)

Allah'ın  
rızasını  
kazandırır

Ahlâkımızı  
Güzelleştirir

Merhamet ve  
Yardım  
Duygularını  
Geliştirir

Sabırlı  
Olmayı  
Öğretir

**ORUCUN  
FAYDALARI**

İnsanı  
Sağlıklı  
Yapar

Açın,  
garibanın  
halini anlarız

Toplumsal  
birlik ve  
beraberliğe  
katkı sağlar

Ramazanla  
yardımlar  
çoğalır

Nefsimizi  
terbiye eder

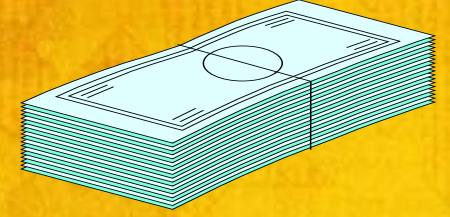
Günahların  
affına,  
sevapların  
çoğalmasına  
vesile olur

**Ahlâkımızı olgunlaştırır, en değerli varlığımız  
olan imanımızı korur.**

**İnsan ibadet sayesinde Allah'a yaklaşır.  
Onun rahmetine sığınır ve huzura kavuşur.  
İbadetlerin, ruhumuza olduğu gibi bedenimize de birçok  
faydası vardır.**



Nefsin  
Zincirlerini  
Kıramayan  
Asla  
Özgür Olamaz



Bireysel olarak Nefsini terbiye eder. Nefsin arzularının kölesi olmaz. Nefsimiz yemeyi sever, **oruç ile** nefsin bu isteğini terbiye ederiz ki nefsimiz tepemize çıkmassın.

Yani özetle nefsin istediği, sevdiği bir şeyi tamamen değil, biraz kısararak onu dizginleriz.



## Oruç Nimetlerin Kıymetini Öğretir

Nimet elde iken değeri gereği gibi bilinemez. İnsan sahip olduğu nimetlerin değerini ancak bunlar elden çıktıktan sonra anlayabilir. Fakat iş işten geçtiği için artık bunun yararı olmaz.

NOT EDELİM

"Oruç tutunuz, sihhat bulunuz."

Hz. Muhammed (s.a.v.)



ORUÇ TUT  
SIHHAT BUL

Orucun sağlığımız açısından da büyük faydaları vardır. Bir yıl boyunca çalışan midemizi, sindirim organlarımızı biraz olsun dinlendirmiş oluyoruz.



<http://www.ntvmsnbc.com/>

"İki günde bir oruç  
ömrü uzatıyor"

Bilim adamları iki günde bir oruç tutmanın ömrü uzattığı stresten ve şeker hastalığından koruduğunu bildirdi

29.04.2003 13:29:36





# ORUÇ ve RUH SAĞLIĞI

Prof.Dr. Ayhan Songar

Kendimizi bulma mevsimidir  
Ramazan. Oruçla nefslerce  
unuturulan yüreklerdeki  
güzellikler tekrar keşfedilir!..

Aç kalan yüreğimiz değil, doymak  
bilmeyen bağımlılıklarımızdır!..

Onların gıdasını kestikçe, aynada  
görünen asıl iç yüzümüzdür!..

Haydi yüzleşmeye...



- Teravîh namazları insanlar arası ilişkilerin güçlenmesine **millî birlik ve beraberliğin** daha da gelişmesine katkı sağlar.
- Ramazan orucu, zekât, sadaka sosyal yönü olan ibadetlerdir. Bu ibadetler, toplumu kaynaştırır, dayanışma duygusunu artırır. .





Bu resimleri istediğiniz kadar seyredin...

Açlığı yaşamadan, başınıza gelmeden açlığı ve susuzluğu anlayamazsınız.

İşte ORUÇ TUTMANIN BİR FAYDASI DA,

İnsana açlığı yaşatarak anlatır.

Garibanın halini anlamış olursunuz.

Yardım duygularımız depresir.

"TOK AÇIN HALİNİ BİLMEZ"  
atasözü de buna işaret eder.



- Gurur ve kibirden uzaklaştırır, kişiyi alçak gönüllü ve mütevazı yapar. Diğer kişilere karşı sevgi saygı ve bağlılığı kuvvetlendirir.
- **Oruç**, sabrı öğretir. Dilini kötü söz ve gıybetten korur. Dedikodu yapmaktan engeller. Oruçlu insan kalbini kötü duygu ve düşüncelerden arındırır.





Hırsızlık, kapkaç, gasp ve haksız kazanç temini gibi suçlar sizce nasıl azaltılabilir? Yazınız.



Oruç ibadeti kötülüklerden korunma hususunda önemli bir yer tutar. Hz. Peygamber (sav)

**"Oruç siper ve kalkandır.**

**Sadaka, suyun ateşi söndürmesi gibi günahı öyle söndürür.**

**Gece ortasında adamın namaz kılması da böyledir."**

buyurarak bu konunun önemine dikkat çekmiştir



**Ramazanda camiler aydınlatılır.  
Minarelerin ışıkları yakılır. Büyük  
camilerde mahyalar asılır.**



İftar vaktine birkaç dakika kalsa dahi orucunuzu açamıyoruz. Bu da insana zamanın kıymetini öğretiyor.





“2003’ten beri hizmete devam”

*Ek işimiz değil,  
Tek işimiz...*

**TIKLAYINIZ**  
DAHA FAZLA  
DÖKÜMAN İÇİN

 **DDY** YAYINLARI  
İnönü M. Turgutreis C. No:63 İZMİR

 **dindersi.com**  
— 2003’den beri —

**0 505 979 88 88 - 0 555 153 08 74**