

Ruh ve Beden Yörüngeli Bir Dinlenme

فَإِذَا فَرَغْتَ فَانصَبْ (7) وَإِلَىٰ رَبِّكَ فَارْغَبْ (8)

Bir işi bitirince, hemen başka işe giriş, onunla uğraş. Hep Rabbine yönel, O'na yaklaş!” (İnşirah sûresi, 94/7,8)

Muhterem Müslümanlar! Hutbemiz, “**Tatil ve dinlenme anlayışımız**” hakkındadır.

Devamlı aynı çizgide yapılan işlerin zamanla bıkkınlık vereceği muhakkaktır. Yapılan işlere renklilik kazandırılmazsa, monotonluktan ötürü bıkkınlık olabilir. Buna meydan vermemek için imkânlar nispetinde başka bir mekâna gitmekte, başka işlerle meşgul olmakta fayda vardır. Aşk ve şevkin kamçılanması, metafizik gerilimin artırılması niyetiyle, aynı duygu ve düşüncenin paylaşıldığı kişilerle görüşmede yarar olabilir. Ecdat yadigârı tarihî eserler, müzeler, hizmet maksadıyla kurulan müesseseler ziyaret edilebilir. Böylece insanlar hem dinlenmiş hem de canlılığını korumuş olurlar.

Allah Resûlü (sallallâhu aleyhi ve sellem), bıkkınlık hâsıl edecek şekilde kendilerini ibadete verenlere mâni olmuştur. Kadınlık dünyasının sultanlarından Zeynep binti Cahş Validemiz, ibadet ü taate düşkünlüğü ve cömertliği ile meşhur bir annemizdi. Efendimiz (sallallâhu aleyhi ve sellem), ne yaparsa O da onu yapardı.

Hız. Zeynep Validemiz, ibadet ü taate o kadar düşkün idi ki, yorulduğu zaman düşmemek için tutunmak maksadıyla mescitteki iki direk arasına bir ip germiştir ve ona dayanıyordu. Bu ipi gören Allah Resûlü ikaz sadedinde şöyle buyurmuşlardı: **“Çözün o ipi, yorulunca istirahat etsin ve dinlendikten sonra ibadet yapsın.** Siz bıkkınlık göstermedikten sonra Allah bıkkınlık göstermez ve istediğini verir.”

Âişe radiyallahu anhâ' dan rivayet edildiğine göre Resûlullah sallallahu aleyhi ve sellem şöyle buyurdu: “Sizden biriniz namaz kılariken uyku hali bastırırsa, kendisinden bu hal gidinceye kadar yatsın. Çünkü **Uyku ile kılacağınız namazda, lehinizde yapacağınız duayı aleyhinizde yapma ihtimali var.**” (*Buhârî, Vüdü 53; Müslim, Müsâfirîn 222. Tirmizî, Mevâkît 146; Nesâî, Tahâret 116; İbni Mâce, İkâme 184*) Uyuyunca kalkamama ihtimali varsa, her hâlükârda farz olan ibadetlerimizi eda edip öyle istirahat etmenin daha doğru olduğu da unutulmamalı.

Bediüzzaman Hazretleri de yaz mevsiminin insanda oluşturduğu gaflete dikkatleri çekmiş ve dünyaya dalıp iman hakikatlerinden uzak kalınmamasını tavsiye buyurmuşlardır.

İnanmış sinelerin, kendilerini ve ailelerini dinlendirmek maksadıyla tatile çıkmaları, imkânları nispetinde ayda veya senede bir, belli günlerde bir yerlere gidip tenezzüh etmeleri canlılıklarını devam ettirmeleri adına önemlidir.

Seyahatlerimizi ve tatillerimizi başından sonuna kadar çok iyi planlayarak manevi beslenme ihmal edilmemeli, dinlendirici/eğlendirici faaliyetlerin yanında, Kur'ân bilmeyenlere Kur'ân okuması öğretilmeli, birlikte kitap müzakereleri yapılmalı, birlikte evrad u ezkâr okunmalı veya faydalı görülen daha farklı programlar düzenlenebilir. **Tatil evden çıkınca başlar** düşüncesi ile hareket ederek, stresten uzak durulmalı, Efendimizin, Hz. Aişe annemizle bir yolculuk esnasında yaptığı yarıştan dersler çıkarılmalı. **Gezilen yerlerin sosyal medyada paylaşılarak gidemeyenlerin üzülmeye neden olunmamalı.**

İnanmış bir insan haftalık, aylık veya yıllık istirahatini yapmak için, mekan ve atmosfer değiştirdiğinde, bunu, kalbine ruhuna derman olacak tarzda yapmalı, **yeniden işe başladığında ruhen, kalben ve zihnen doymuş olarak başlamalıdır.** Beden, ruha tabi olduğundan dolayı, ruhun dinlenmesinden o da nasibini alacak ve ruha arkadaşlık yapacaktır. Tatil yapıyorum derken, vaktini öldürmemeli, manevi hayatı adına önemli olan bazı hayatî duygularını katletmemelidir.

Gaflet ve nefsanî hevesleri kalınlaştırıcı yerlerde dinlenmeyi düşünmek, ruhun dinlenmesine mani olduğundan, kısmen beden dinlenmesini sağlayabilse de, **bedenin tam olarak dinlenmesi zinde bir ruha bağlıdır.** Bedenle beraber ruh da dinlendirilmek

isteniyorsa, ibadet ü taat, güzel ahlâk ve yaşayışlarıyla örnek olabilecek insanlar ziyaret edilmelidir.

Ayrıca gidilen yerlerde dinimize hizmet etmiş büyüklerimizin kabirlerini ziyaret edilebilir. Sadece bedenin isteklerini karşılamak için yapılan tatiller, bedeni dinlendirse de gafletin devamını sağlar ve bir kısım manevi latifelerin ve hislerin ölmesine neden olabilirler.

Aziz kardeşlerim; İslâm'ın ilk asırlarında Müslümanları zirvelere taşıyan dinamikler; sa'yu gayret, çalışkanlık, bitmek bilmeyen bir aksiyon ve **yaşatmak için yaşamayı hayat felsefesi** hâline getirmedir. Bizi mahveden şey ise; rahat düşkünlüğü, yaşama zevki, istirahate çekilmedir. Mü'min her zaman hareket hâlinde olmalıdır. Bir işi bitirince hemen farklı bir işe koyulmalı, **“çalışarak dinlenme, dinlenirken çalışma”** metoduyla hareket etmelidir. Bir mü'min için **“artık yapacak bir şey kalmadı; vazifem bitti”** diye rahata kapılıp, boş durması söz konusu olamaz. Bir açıdan büyüklerimizin ifadesi ile, **“müminin emeklisi değil rahmetlisi olur”**. Tatil veya dinlenme anlayışımızın, hiçbir şey yapmadan durma değil, aktif dinlenme üzerine kurulması gerekir. Meşguliyetlerimizi değiştirerek dinlenme, dinlenirken yeni yapacağımız işlere motive olma, bedenimiz meşru dairede dinlenirken, ruhumuzun da huzur bulması hedefimiz olmalıdır. Bu duygu ve düşüncelerle herkese; kazasız, belasız, hayırlı ve bereketli tatiller dileriz.