

# İÇİNDEKİLER



Giriş:

**GIYBET ORUCUNUN DOĞUŞ HİKÂYESİ**

11

Birinci Bölüm

**KELİMELELERLE HAVAYI KİRLETEN ZEHİR**

17

|                                                                              |    |
|------------------------------------------------------------------------------|----|
| İFTARI OLMAYAN AMA MÜKÂFATI CENNET OLAN ORUÇ: GIYBET ORUCU ...               | 19 |
| HZ. MERYEM'E İLAHÎ TAVSİYE: "SUSMA ORUCU" .....                              | 20 |
| BİR BABANIN EVLADINA VERDİĞİ "SUİZAN" VE "GIYBET" DERSİ .....                | 23 |
| ZAN, TECESSÜS VE GIYBET: GÜNAHA SÜRÜKLEYEN ŞEYTAN ÜÇGENİ.....                | 25 |
| ÖLÜ KARDEŞİNİN ETİYLE ZİYAFET: HUCURÂT 12'NİN SARSICI ANATOMİSİ .....        | 28 |
| GIYBETİN EN ANLAŞILIR TANIMI: "DOĞRUYU SÖYLEMEK GIYBET!" .....               | 32 |
| EBEDÎ KAYIP: MÜFLİS HADİSİ VE AMELLERİN İFLASI.....                          | 38 |
| GIYBETİN RENKLERİ VE ÇEŞİTLERİ: RUHUN GÖRÜNMEZ KİRLİLİĞİ .....               | 41 |
| 1. Bedene ve fiziksel yapıya dair gıybet: .....                              | 41 |
| 2. Ahlaka ve karakter özelliklerine dair gıybet: .....                       | 42 |
| 3. Dinî ve dünyevî hâllere dair gıybet: .....                                | 42 |
| 4. Nesep ve aileye dair gıybet: .....                                        | 43 |
| BEDEN DİLİYLE GIYBET: İMA, MİMİK VE KAŞ-GÖZ İŞARETLERİYLE<br>YARALAMAK ..... | 44 |

|                                                                        |    |
|------------------------------------------------------------------------|----|
| BAŞKASININ KUSURUNDAN KAHKAHA DEVŞİRMEK:<br>KOMEDİ ŞOV TUZAKLARI ..... | 47 |
| ŞEFKAT MASKELİ GIYBET: GİZLİ KİBRİN SIZINTISI .....                    | 50 |
| GIYBET SOFRASININ SESSİZ ORTAKLIĞI: DİNLEMEK DE Mİ SUÇ?.....           | 52 |
| – “GÜZEL AMELLERİNİ BANA HEDİYE ETMİŞSİN...” .....                     | 56 |

## İkinci Bölüm

### GIYBETE GÖTÜREN YOLLAR VE SİNSİ TUZAKLAR

57

|                                                                              |    |
|------------------------------------------------------------------------------|----|
| EGONUN KİRLİ YAKITI: BAŞKASINI KÜÇÜLTÜP KENDİNİ<br>DEV AYNASINDA GÖRME ..... | 59 |
| İÇİMİZDEKİ BOŞLUĞU KELİMELELERLE DOLDURMA TELAŞI .....                       | 61 |
| KONUŞUP RAHATLAMAK MI, DAHA ÇOK KİRLENMEK Mİ? .....                          | 63 |
| YALNIZ KALMA KORKUSU: ARKADAŞ HATIRINA RUHUNU KARARTMAK ....                 | 66 |
| İLGİ ODAĞI OLMANIN EN UCUZ VE EN TEHLİKELİ YOLU .....                        | 68 |
| BASTIRILMIŞ ÖFKENİN SIZINTISI: DİLİN SESSİZ İNTİKAMI .....                   | 70 |
| MEŞGULİYETİ OLMAYAN RUHUN DEDİKODUYA MEYLETMESİ .....                        | 72 |
| – HAYVANIN DAHİ GIYBETİNİ ETTİRMEYEN BİR AHLAK .....                         | 76 |

## Üçüncü Bölüm

### EKRANLARIN ARDINDAKİ DİJİTAL KİYAMET

79

|                                                                                |    |
|--------------------------------------------------------------------------------|----|
| BİNLERCE KİŞİYE ULAŞAN GIYBETİN GEOMETRİK VEBALİ .....                         | 81 |
| WHATSAPP GRUPLARI: MODERN ZAMANIN DEDİKODU KAZANLARI .....                     | 83 |
| SOSYAL MEDYA LİNCİ: ORTAK BİR KURBAN ÜZERİNDEN<br>ADALET DUYGUSU TATMİNİ ..... | 85 |
| MODERN ZAMANLARIN SÜSLÜ GIYBETİ: MAGAZİN PROGRAMLARI .....                     | 88 |

|                                                                               |    |
|-------------------------------------------------------------------------------|----|
| SİLİNMEYEN İZLER: İNTERNETİN HAFIZASI VE İYİLEŞMEYEN<br>DİJİTAL YARALAR ..... | 91 |
| – İNSAN ETİNDEN ZİYAFET! .....                                                | 93 |

**Dördüncü Bölüm**  
**“AİLE VE DOSTLUK SİTELERİ”Nİ**  
**YIKAN GIYBET BOMBASI**

**95**

|                                                                       |     |
|-----------------------------------------------------------------------|-----|
| SILA-İ RAHİMİN EN BÜYÜK DÜŞMANI VE “KAN BAĞININ” ZEHİRLENMESİ .       | 97  |
| YIKILAN YUVALAR: BİR FISILTIYLA SARSILAN ÇEKİRDEK AİLE.....           | 99  |
| DAĞILAN DOSTLUKLAR: YILLARIN EMEĞİNİ BİR SÖZLE HARCAMAK.....          | 102 |
| GIYBETİN KURUMSAL YÜZÜ: İŞ YERİ DEDİKODUSU VE MOBBİNG .....           | 105 |
| BİR TOPLUMUN ÇÜRÜYEN DOKUSU: GÜVENİ DİLDE YENİDEN<br>İNŞA ETMEK ..... | 107 |
| – DAĞILAN TÜYLERİ TOPLAMAK.....                                       | 110 |

**Beşinci Bölüm**  
**GIYBETİN MEŞRU OLDUĞU**  
**“KILDAN İNCE KILIÇTAN KESKİN” SINIRLAR**

**111**

|                                                                                  |     |
|----------------------------------------------------------------------------------|-----|
| ZULMÜ DUYURMAK VE HAK ARAMA: ŞİKÂyet İLE GIYBET<br>ARASINDAKİ O BIÇAK SIRTİ..... | 113 |
| MEŞVERET: HAKKI TESLİM ETMEK İÇİN KONUŞMAK.....                                  | 115 |
| AÇIKTAN GÜNAH İŞLEYENİN HÜKMÜ: HAYÂ PERDESİNİ YIRTANLAR.....                     | 118 |
| TARİF ETME ZARURETİ: LAKAPLA TANITMAK ZORUNDA KALMAK .....                       | 121 |
| KAFİRİN GIYBETİ OLUR MU? MÜSLİM-GAYRİMÜSLİM SINIRI .....                         | 123 |
| – “SUS DA BİRAZ DA MÜSLÜMANLAR DİLİNDEN EMİN OLSUNLAR!” .                        | 126 |

**Altıncı Bölüm**  
**GIYBETSİZ BİR DÜNYA VE HUZUR İKLİMİNİN İNŞASI**

**127**

|                                                                      |     |
|----------------------------------------------------------------------|-----|
| SEMÎ VE BASÎR OLANIN ŞAHİTLİĞİ: GIYBETE İMANLA SET ÇEKMEK .....      | 129 |
| SETTAR AHLAKI: KUSUR ÖRTMENİN VE YARA SARMANIN İLAHÎ SIRRI.....      | 132 |
| ZİHİNSEL DETOKS: HÜSNÜZAN VE MÜSPET HAREKET DİSİPLİNİ.....           | 135 |
| EMPATİ EGZERSİZİ: GIYBET EDİLENİN YERİNE KENDİNİ KOYMA.....          | 138 |
| GIYBET ATEŞİNDEN KORUNMA: KONU DEĞİŞTİRME VE<br>CESUR ÇIKIŞLAR ..... | 141 |
| HELALLEŞME: MAHŞER ÖNCESİ SON ÇIKIŞ.....                             | 146 |
| GIYBETSİZ HAVA SAHASI: KENDİ HUZUR İKLİMİMİZİ İNŞA ETMEK .....       | 152 |
| – SOKRATES’İN ÜÇLÜ FİLTRE TESTİ .....                                | 155 |

**Yedinci Bölüm**  
**GIYBET ORUCU UYGULAMA REHBERİ**

**157**

|                                      |     |
|--------------------------------------|-----|
| 30 GÜNLÜK GIYBET ORUCU TAKVİMİ ..... | 159 |
| GÜNLÜK VİCDAN MUHASEBESİ .....       | 166 |
| GIYBETTEN KAÇINMA DUASI.....         | 167 |

**BU KİTAPTA GEÇEN BAZI KELİMELERİN  
ANLAMLARINI MERAK EDİYORSAN...**

**168**

**KAYNAKLARI MERAK EDİYORSAN...**

**173**

# GİRİŞ: GIYBET ORUCUNUN DOĞUŞ HİKÂYESİ



2012 yılının ilk aylarıydı. İç dünyamda tarif edemediğim ruhî bir sıkıntının yavaş yavaş başladığı o günler...

Etrafıma baktığımda garip bir tablo görüyordum. En samimi dost ortamlarında konu hep bir başkasının hayatıydı, yaptıkları ya da yapamadıkları, söyledikleri ya da söylemedikleri... İnsanlar, o an orada olmayan bir dostun, bir akrabanın ya da mesai arkadaşının kusurlarını konuşmak sanki en doğal haklarıymış gibi davranıyorlardı.

Sosyal medya da hayatımıza yeni yeni yerleşiyordu. Ekranın o soğuk rahatlığına sığınıp, yüz yüze gelmeye dahi cesaret edilemeyecek kişiler hakkında parmak uçlarıyla fütursuzca hükümler veriliyordu.

Bir an durdum ve kalp aynasında kendime dürüstçe baktım. Fark ettim ki, benim de ruhum o yapışkan ve zifirî kirlilikten payını alıyor. Her gün birilerinin hayatını suizan ve dedikodularla eleştiriyor, yargılıyor, yıkıyor, yerden yere vuruyorum. Bunu her zaman doğrudan yapmasam bile, birileri yaparken sessiz kalarak ya da muhatabım kırılmasın diye baş sallayarak onaylıyorum.

Kendi iç sesimin gürültüsünden ve giybet sürçmelerinden yorulduğum o günlerde, kendime bir soru sordum: “Sırtımdaki baş-

kalarına ait bu kadar ağır yükü nasıl huzur bulacağım ve mahşer günü bu insanların yüzüne nasıl bakacağım?”

O an, inayet-i ilahî tarafından kalbime “gıybet orucu”nun tohumu ekildi. Bu bir kampanya, bir sosyal sorumluluk projesi ya da başkalarına ders verme çabası değildi. Kendi dünyamdaki o yanğını söndürmek için verdiğim, çok kişisel bir “vazgeçiş” niyetiydi.

“Artık mü’min kardeşlerimin arkasından konuşmayacağım, gıybet etmeyeceğim, suizanlarla niyet okumacılığı yapmayacak, tecessüslerle mahremlerine dalmayacağım. Allah’ım, beni bu gayemde muvaffak kıl!” diyerek bir irade beyanında bulundum.

Ramazan orucunda sahurda beraber suya, ekmeğe nasıl veda ediyorsam dilim için de aynı disiplini bir ömür uygulamak istedim. Bu benim için bir “zihin terbiyesi” olacaktı. Helal olan konuşma nime-tini, harama bulaştırmadan kullanabilme mücadelesi verecektim.

Bu kararımın, sosyal medyanın o gürültülü meydanına düştüğünde nasıl bir yankı bulacağını hiç tahmin etmemiştim. Twitter’da o ilk adımı atmakla kendimi bağlıyor, kendime bir şahit arıyordum.

Klavyemin başına geçip çok sade ama içten şu cümleyi yazdım: “Bugün itibarıyla ‘gıybet orucu’na başlayacağım inşaallah. Yaşadıklarımı paylaşacağım.”

Ardından her gün bir ya da birkaç mesaj paylaştım. İlk üç günün paylaşımları şöyleydi:

Gıybet orucu 1. gün: Bir anda kendimi birinin aleyhinde konuşurken buldum. Ve hemen sustum. İlk başarım.

Gıybet orucu 1. gün: En zor şey, gıybet eden birine “Gıybet ediyorsun, lütfen sus” diyememek.

Gıybet orucu 1. gün: Kurumların aleyhinde konuşmak da gıybet mi? Evet hem de daha büyük bir gıybet.

Gıybet orucu 1. gün: Bir tanıdık “Allah yardımcın olsun, zor bir şeye girişmişsin” dedi. :)

Gıybet orucu 1. günün sonu: “Rabbim bu orucun iftarı olmasın!”

Gıybet orucu 2. gün: Don’t gıybet!

Gıybet orucu 2. gün: Birilerini çekiştirmeden ve eleştirmeden de yaşanabiliyor. :) Bunun kalp huzuru yeter.

Gıybet orucu 2. gün: “Ya hayır konuş ya da sus!”

Gıybet orucu 2. gün: Birisinin aleyhinde konuşarak kötilediği biriyle karşılaştığımda adama düşman gibi baktım. Oysa hiç de öyle değilmiş.

Gıybet orucu 3. gün: Kendisi yokken hakkında konuştuğum kişiyle yüz yüze görüştüğümde aynı şeyleri konuşabilirim ve hiç kırılmaz.

Gıybet orucu 3. gün: Allah, “Namaz kılın” emri kesinliğinde “Gıybet etmeyin” diyor. Ama biz Müslümanlar bunu hiç umursamıyoruz.

Gıybet orucu 3. gün: Eğer ben birilerinin hakkında kötü konuşmazsam, Allah da başkalarını benim hakkımda kötü konuşurmaz. Buna inanıyorum.

Gıybet orucu 3. gün: Dedikodusunu yapmadığın kişiyle karşılaştığında samimiyetsizliğini saklamana gerek kalmaz. Çünkü vicdanın utanmaz.

Gıybet orucu 3. gün: “Fasık-ı mütecahirin (açıktan çekinmeden günah işleyen) gıybeti yapılabilir” diyene cevap: “Dilini gıybeti alıştırma!”

Gıybet orucu 3. gün: Gıybet etmemek mert insanların yapabileceği onurlu bir davranıştır.

Bu paylaşımlar, dijital dünyada sessizce bekleyen, kelimelerinin kirlenmesinden muzdarip binlerce insanın ortak çığlığı oldu. Bir anda yüzlerce kişi “Benim de buna ihtiyacım var”, “Ben de gıybet orucuna niyet ettim”, “Dedikoduyu hayatımdan çıkaracağım” diyerek bu sükût yolculuğuna eklenmeye başladı.

İnsanlar, klavye başındaki parmaklarının ne kadar büyük bir vebale girdiğini, kelimelerinin nasıl kirlendiğini o küçük ve samimi itirafıyla yeniden hatırladılar. Sosyal medyanın o masum görünen “paylaş” ve “beğen” butonlarının ardındaki geometrik vebali fark eden birçok kişi, bu sükût gemisine birer birer bindi.

Hareket büyüdükçe röportajlarda ve sohbetlerde bana en çok sorulan o soruyla karşılaştım: “Peki, bu orucun iftarı ne zaman?”

Şaka yollu sorulan bu soruya verdiğim cevap, bu yolculuğun tüm mahiyetini özetliyordu: “İnşallah cennette!”

Çünkü biliyordum ki, bu dünyada iftar ettiğim an, yani o sükût nöbetini bıraktığım an orucum bozulmuş olacaktı. Gerçek iftarın, ancak son nefeste “Allah” diyerek ve sonsuzluk âleminde Efendimiz aleyhissalâtu vesselâmın o en nezih, en temiz, en muhabbetli cennet sohbetlerine dâhil olmakla yaşanacağına inanıyordum.

Bu orucu tutarken sadece sustuğumu sanıyordum, oysa sustukça “gıybetsiz hava sahamın” sınırları genişliyordu. Dilim değil, hayalim, kulağım ve hatta gözüm de bu oruca eşlik etmeye başladı. Çünkü mükemmel bir oruç, bütün duyguların aynı edeple mühürlenmesini gerektiriyordu.

Zamanla çevremde bu niyetin nasıl “bulaşıcı” olduğunu hayretle ve hayranlıkla müşahade etmeye başladım. Gıybet etmeyen bir insanın etrafında, gıybetin barınamadığı o şeffaf huzur halkasının nasıl kendiliğinden kurulduğuna defalarca şahit oldum.

Arkadaşlarım, bir araya geldiğimizde, gıybetin dumanı tütme-ye başladığı an birbirlerini uyarmaya başladılar. Bir dostumun, hafif bir mahcubiyet ama büyük bir takdirle, “Senin yanımdayken kendimi radara yakalanmış gibi hissediyorum” demesi benim için dünyada alabileceğim en büyük mükâfatlardan biriydi.

Bu radar insanları yargılayan, onları hataya zorlayan bir göz değildi; iyiliği, onuru ve mahremiyeti koruyan Rabbimizin “Settar” isminin tecellisiydi. Bu tecellinin olduğu bir mecliste kim-



senin onurunun çiğnenmediğini bilmek, bir insanın bu dünyada yaşayabileceği en büyük nimetlerdendi.

Bugün geriye dönüp baktığımda –yıllardır hesabımda bu mada paylaşım yapmamama rağmen– küçük bir tweetle başlayan bir kıvılcımın, nasıl bir toplumsal şifaya vesile olduğunu büyük bir şükürle görüyorum. Beni tanıyan pek çok dostum, arkadaşım ve yakınım giybet orucundan bahsediyor, her an tutamasalar da en azından niyetlerini arada bir tazelediklerini söylüyorlar. Duam o ki bu kitap vesilesiyle milyonlarca mü'min bu oruca niyet ederek bu illetten kurtulsun.

Rahmete vesile olması için ifade edeyim: Merhum babacığım son günlerine kadar bu orucumu tebrik ve takdir etti, berdevam olmam/olmamız için dualar etti. Rabbim onu ve onun bu dünyadaki sohbet arkadaşı anneciğimi, “Firdevs Bahçeleri”nde Efendimiz aleyhissalâtü vesselâmın sohbet halkalarına dâhil etsin, bizi de onlara yoldaş eylesin... Âmin!

*Ömer Faruk Paksu*  
*Ocak 2026, Bahçelievler*

Instagram: @giybetorucu  
Twitter/X: @giybetorucu  
Facebook: @giybetorucu





## BİRİNCİ BÖLÜM

---

# **KELİMELELERLE HAVAYI KİRLETEN ZEHİR**





## İFTARI OLMAYAN AMA MÜKÂFATI CENNET OLAN ORUÇ: GIYBET ORUCU

Orucun ne olduğunu her Müslüman bilir. İmsak vaktiyle helal rızka veda eder, gün boyu vücudumuzun yeme-içme iştahını sabırla dizginleriz. Akşama doğru gözümüz saatte, kulağımız ezan sesindedir. Ezanla birlikte orucumuzu açar, midemize bayram ettirir, ardından dünyanın en güzel lezzetlerinden olan çayı keyifle yudumlarız.

Fakat biliriz ki, bu kutlu ibadetin en mükemmel hâli, mide gibi bütün duygularımıza, gözümüze, kulağımıza, dilimize, kalbimize, hayalimize ve fikrimize de bir nevi oruç tutturmadır. Duygularımızı ve duyu organlarımızı haramlardan ve malayani işlerden çekip, her birini kendine mahsus bir kulluğa sevk etmektir asıl mesele.

Mide, bedenimizdeki en büyük fabrikadır. Biz oruçla o fabrikayı tatil ettirdiğimizde, yani çarkları durdurduğumuzda, diğer küçük tezgâhları da ona tabi kılmak çok daha kolaylaşır. Gözü harama bakmaktan, dili yalan ve dedikodudan, kulağı çirkin sözleri işitmekten menettiğimizde; gözümüzü ibretli manzaraları seyretmeye, lisanımızı meşru şeyleri terennüm etmeye, kulağımızı hak söze ve Kur'an dinlemeye yönlendirdiğimizde ruhumuz gerçek bir ziyafete oturur.

Giybet orucu, işte bu mana ikliminde beslenir... Ama Ramazan orucundan çok ilginç bir farkla ayrılır. Bu orucun, dünya vaktine

göre ayarlanmış bir iftar saati yoktur. Çünkü ruhumuzun en kadim yarasına, yani “gıybet”e karşı bir sükût orucudur bu... İnaniyor ve ümit ediyorum ki, bu orucun ödülü –iftarı demeyelim– akşam ezanıyla değil, son nefesimizi verirken, mahşer meydanında beratı sağ tarafımızdan alırken ve cennet bizi çağırırken karşımıza çıkacak.

Aslında bu oruçla kendimizi bir anlamda cennete hazırlamış olacağız, oranın iklimine burada hazırlanacağız. Kötü konuşmayacak, suizan beslemeyecek, gıybet etmeyecek, dedikodu yapmayacağız. Cennette de bunlar yok çünkü...

Hatırlayalım, gıybet ederken ya da birinin kusurunu gıyabında dinlerken üzerimizde hissettiğimiz o ağır, o yapışkan kirlilik hissi-ni... Sanki her kelimeyle ruhumuza birer kara leke yapışıyor, bakış-larımız bulanıyor, gönlümüz daralıyor, değil mi? Bu “oruç”, bizi bu kirlilikten kurtarıp kendi insanlığımıza geri çağırır sestir.

Gıybet orucunu zor kılan, hayatın tam merkezinde, o gürül-tülü çarşı-pazarın içinde tutuluyor olmasıdır. Ama biz sustukça kelimelerimizin yerini hikmet ve feraset almaya başlar. Bu oruçla beraber fark ederiz ki gerçek hürriyet her aklına geleni söylemek değil, ruhuna yakışmayanı asaletle susturabilmektir.

Gelin, bu iftarsız nöbete beraberce “Bismillah” diyelim. Dilimi-ze vurduğumuz her kilitte, ruhumuza yeni bir pencere açalım. Bi-lelim ki dünyada dili sükûta ve edebe alışanın, ebedî iftarı sonsuz bir cennet huzuruyla taçlanır.

Gıybet orucumuz mübarek olsun, kalbimiz “Settar” isminin te-cellisiyle dolsun ve o nöbetimiz sonsuz bir ferahlığa vesile olsun.

## HZ. MERYEM'E İLAHÎ TAVSİYE: “SUSMA ORUCU”

Kur'an'ın mana ve mesaj dolu sayfalarını araladığımızda, kar-şımıza hüznünlü ama bir o kadar da ibretli bir sahne çıkar. Hayatını ibadete adanmış, tertemiz bir genç kız olan Hz. Meryem, Allah'ın

bir mucizesi olarak hiçbir beşer eli değmeden bir evlatla müjdenmiştir.

Bir insan için taşınması en ağır yüklerden biridir bu... Çünkü o günün ve elbette her devrin dünyasında, böylesine mucizevi bir durumu kelimelerin dar kalıplarıyla anlatabilmek neredeyse imkânsızdır. İnsanlar genellikle gördüklerini anlamaya çalışır, göremediklerini ise kolayca yargılar.

Meryem validemiz, doğum sancılarıyla bir hurma ağacının altına sığındığında, bedenindeki sızıya kalbindeki o derin mahcubiyet eşlik eder. Öyle bir hâldir ki bu, dudaklarından dökülen “Keşke bundan önce ölseydim de unutulup gitseydim!” feryadı, iffetine olan düşkünlüğünün ve taşıdığı ağır emanetin bir yansımasıdır. Zira dışarıdaki dünya, mucizeleri anlamaktan uzak, görünenin üzerinden hüküm kuran ve zannın karanlığında yol alan bir kitleyle doludur.

Cahil bir topluluğun ağır ithamları, zehirli fısıltılar ve bakışlardaki keskin yargılar, o anın ağırlığını bir kat daha artırır. Bir tarafta tertemiz bir iffeti sığ mantıklarıyla sorgulayan –ve tabii ki anlamayan– gürültülü bir güruh, diğer yanda masumiyetin en saf hâliyle yapayalnız bir anne adayı vardır.

Tam o çaresizlik anında, Rabbimiz ona hem bedenini hem de ruhunu ferahlatacak olan o ilahî yolu gösterir: “Eğer insanlardan birini göreceksin olursan onlara, ‘Doğrusu ben, Rahman için (susma) orucu adadım, bu yüzden bugün hiçbir insanla asla konuşmayacağım!’ de!”<sup>1</sup>

Meryem validemiz, o gün kendi namusunu ve iffetini savunmayı bizzat Hakikatin Sahibine emanet eder. Konuşmayı değil, susmayı tercih eder. Kendini temize çıkarmaya çalışmayı değil, Allah’a güvenmeyi seçer. Bu, aynı zamanda dilini tutmanın en yüce

1 Meryem Suresi, 19:26

örneğidir. İşte gıybet orucu da ilhamını, Hz. Meryem'in bu mucizevi "susma orucu"ndan alır.

Gıybet orucuna niyet etmek, aynı sükût kilidini bu kez mü'min kardeşinin hukukuna bir siper olmak için diline vurmaktır. Hz. Meryem iffetini Allah'a emanet ederek susarken, biz de gıybet orucuyla kardeşimizin onurunu, şerefini "mukaddes bir emanet" bilir ve o emanete hıyanet etmemek adına sükûtun kalesine sığınırız. Bir insanın yokluğunda onun onurunu korumak için gösterilen her saniyelik sessizlik, o insanın şerefine örülen "Meryemî bir perde"dir. Bu perde, onu hem dünyada hem de ahirette korur.

Gıybet orucu, bir hatayı dile getirme iştahını sükûtla boğmayı öğretir. Yalnızca kişisel bir günahı kaçınmayı değil, bir insanın tüm ömrü boyunca ilmek ilmek ördüğü itibarının, bir sohbet meclisinde fütursuzca sökülmesine engel olmayı hedefler. Çünkü bir ömür boyunca biriktirilen itibar, bir cümleyle yıkılabilir.

Meryem validemiz sustuğunda, onuru bizzat Allah tarafından mucizelerle korunmuştu. Bizim gıybet orucuyla niyetlendiğimiz bu sükût da hem kendimizin hem de kardeşlerimizin onurunun ilahî bir koruma altına alınmasına kapı aralar. Biz birinin ayıbını konuşmaktan vazgeçip sustuğumuzda, Kâinatın Sahibi de bizim eksiklerimizin üzerine merhamet örtüsünü örter. Biz dünyada kardeşimizin haysiyetini koruruz, Allah da ebedî âlemde bizim haysiyetimizi korur.

Bir mecliste birinin gıyabında konuşulmaya başlandığında, o ortamda Hz. Meryem'in "susma orucu"nu hatırlamak, ruhumuza vakar ve sükûnet verir. O an kurulan her gıybet cümlesini, Meryemî masumiyete atılan birer taş olarak görürüz ve o taşların önüne sükûtumuzla set çekenlerden olmaya çalışırız. Dilimizi birer kırbaç gibi kullanmaktan vazgeçip, onu sükûtun yumuşak dokusuyla sardığımızda kalbimizde de o ferahlığın yeşerdiğini hissederiz.



Hız. Meryem'in orucu, nasıl ki onun iffetini ebedileştirdiyse bizim gıybet orucumuz da şahsiyetimizi ve kardeşlik bağlarımızı ebedî bir güzelliğe eriştirir.

Meryem validemizin o zor gününde bulduğu teselli, bugün bizim de elimizdedir: "Susmak." Ama bu, çaresizlikten gelen bir sessizlik değil, güçten, imandan ve Allah'a güvenmekten gelen bir sükûttur.

## BİR BABANIN EVLADINA VERDİĞİ "SUİZAN" VE "GIYBET" DERSİ

Herkesin derin bir uykuda olduğu, gecenin en sessiz vaktinde bir baba ve oğul teheccüd namazı için uyanmışlardı. Evin içinde onların ibadet fısıltıları duyuluyor, kıldıkları namazın nuru semada ışıltılı parlıyordu.

Namazlarını bitirdiklerinde genç adam, pencereden dışarıdaki karanlığa, uyuyan komşu evlere baktı. İçinde, yaptığı ibadetin verdiği gururla babasına döndü:

"Bak babacığım," dedi. "Herkes ölü gibi uyuyor, bir tek biz uyanız ve Allah'a secde ediyoruz. Kimse bu vaktin kıymetini bilmiyor."

Babanın bu söze verdiği cevap, gıybet orucunun temelini oluşturacak kadar berrak ve nettir:

"Keşke sen de uyusaydın be evladım! Keşke uyusaydın da başkalarının kusurlarını görmeseydin ve bu gıybeti yapmasaydın!"

Şeyh Sadi'nin anlattığı bu hikmetli hikâyeye, bizlere ibadetin secde kalmayıp o seccadeden kalktıktan sonra sergilenen ahlakta devam etmesi gerektiğini hatırlatır. Çünkü gerçek ibadet, ritüelle başlar ama karakterle tamamlanır.

Bazen bir iyilik yaptığımızda veya bir haramdan kaçındığımızda, kendimizi diğerlerinden daha "temiz" görme tuzağına düşeriz. Kendi ameline hayran olma hastalığı dediğimiz "ucb", teheccüdün

o nurani atmosferinde bile nefsimize sızabilir. O an fark etmeyiz belki ama başkasının “uykusunu” yani hatasını eleştirdiğimizde, aslında kendi uyanıklığımızı bir silaha dönüştürüp karşımızdaki-ni yaralarız.

Gece boyu ibadet etmiş olsak da sabahın ilk ışıklarında bir kardeşimizi yediğimizde o gecenin tüm bereketini tek bir cümleyle tüketebiliriz.

Bu durum, delik bir kovayla uzaklardan su taşımaya benzer; yolun sonunda elimizde sadece yorgunluğumuz kalır, kova ise bomboştur. Gıybet, amellerimizin altındaki o deliktir. Namaz kılan bir insanın, hemen ardından gıybet etmesi, büyük bir emekle inşa ettiği sarayı kendi elleriyle ateşe vermesi gibidir. Tehlike bu kadar yakındır ve içimizdedir.

Gencin “Herkes ölü gibi uyuyor” dediği o insanlar, belki Allah’ın sevgisine mazhar olmuş ama nafile ibadetlerini gizleyen kullardır. Belki de teheccüde kalkamadıkları için uyandıklarında çok daha samimi bir pişmanlık yaşayacak, Allah’ın nezdinde daha halis bir kul olacaklardır. Ya da belki o gece başka bir ibadetle meşguldürler; hastaya bakmakla, yetim sevindirmekle, anne-babasına hizmet etmekle...

Biz kimin uyanık, kimin uykuda olduğuna hükmederek kendimizi yargıç yerine koyuyoruz. Hâlbuki asıl uykuda olan, başkasının kusurunu görecektir kadar kendinden geçip kendi kalbindeki kibri göremeyendir.

Babanın evladına verdiği bu ibretli ders, hepimizin kulağına bir küpe olmalıdır. En faziletli ibadet, dili haram sözlerden ve kalbi kibir karanlıklarından koruyabilmektir. Eğer ibadetimiz bizi başkalarını küçümsemeye, onların aleyhinde konuşmaya itiyorsa secadeden önce edep sofrasına oturmamız gerekir.

Hasılı bu hikâye bize şunu öğretir: İbadetin gerçek ölçüsü, içimizdeki kibri eritip eritmediğidir. Teheccüde kalktık diye baş-

kasının uykusunu eleştirmek, o namazın ruhunu anlamamak demektir. Gerçek uyanıklık, kendi nefsinin oyunlarını fark edebilmektir.

## **ZAN, TECESSÜS VE GIYBET: GÜNAHA SÜRÜKLEYEN ŞEYTAN ÜÇGENİ**

Bir akşamüstü mahallemizden tanıdığımız, maddî anlamda orta hâlli bir komşumuzun kapısının önünde, göz kamaştıran, son model lüks bir aracın durduğunu görürüz. Ya da her zaman mütevazı yaşayan bir iş arkadaşımızın, hiç beklenmedik bir şekilde dünyanın en pahalı markalarıyla tepeden tırnağa giyinip kuşandığına şahitlik ederiz.

O esnada içimizde huzursuz bir fısıltı başlar. Normalde “Hayırlı olsun” deyip geçmemiz gereken o görüntü, zihnimizde karanlık bir laboratuvarın kapılarını aralar. O malum ve zehirli soru zihnimizin tam orta yerine düşüverir: “Bu değirmenin suyu nereden geliyor?”

Bu basit gibi görünen soru, o meşhur ve tehlikeli merdivene attığımız ilk adımdır. Suizannın tam eşiğindeyizdir. Şayet durup “Belki bir miras kalmıştır”, “Belki yıllardır biriktirdiği parayla bir hayalini gerçekleştirmiştir” ya da “Beni ilgilendirmez, Allah daha çok versin” diyerek kalbimizi hüsnüzannın serin sularına bırakmazsak, o karanlık basamaklardan aşağıya doğru hızla yuvarlanmaya başlarız. Çünkü zihnimiz, bir kere şüpheye düştü mü, o boşluğu her zaman en kirli senaryolarla doldurmaya meyillidir.

Zan basamağı, zihnimizin bir senaryo yazarı gibi en kötü ihtimalleri kurguladığı o ilk zehirli evredir. Komşumuzun o yeni arabasına veya arkadaşımızın o lüks değişimine insanî bir mazeret aramak yerine, “Kesin gayrimeşru bir işe bulaştı”, “Kesin bir yerden rüşvet aldı” ya da “Zaten her zaman gözü yükseklerdeydi, kim