

Yeme - İçme Adabı

İnsanların haklarını belirleyen hukuk kuralları olduğu gibi içtimai hayat kuralları da mevcuttur. Bu kurallar insanların arasında bulunan ilişkileri düzenleyen, yakınlık sağlayan kurallardır. İnsanlar arasındaki ilişkileri olumlu yönde geliştiren önemli görgü kurallarına “adab-ı muâşeret” denilmektedir. Yüce dinimiz İslam namaz, oruç, zekât gibi farz olan ibadetler gibi adab-ı muâşerete de önem vermiş, hatta bunların pek çoğunu ibadetten saymıştır. Peygamber Efendimiz de (s.a.v) hayatı boyunca adab-ı muâşeret kurallarını fiili olarak ailesine ve ashabına öğretmiştir.

Önce Elleri Yıkamak ve Besmele İle Başlamak

Rasul-i Ekrem (s.a.v) bir hadislerinde “Yemeğin bereketi yemekten önce elleri, yemekten sonra da elleri ve ağzı yıkamaktır” (Ebu Davud) buyurmuştur. Bu hususun sağlık açısından da ne kadar önemli olduğunu izah etmeye gerek yoktur. Hz. Ayşe (r.a) anlatıyor: “Nebi (s.a.v) bir gün, ashabından altı kişi ile bir yiyecek yiyordu. Derken bir bedevi geldi ve yemeği iki lokmada yiyip bitirdi. Bunun üzerine Rasulullah (s.a.v) şöyle buyurdu: ‘Bakınız şayet o, Allah’ın adını ansaydı (besmele çekseydi, yemek) size yetecekti! Biriniz bir şey yediğinde Allah’ın ismini ansın, (besmele çeksin). Şayet Allah’ın ismini anmayı (başında) unutursa, ‘Bismillah fî evvelihi ve ahirihi’ (Başında ve sonunda bismillah) desin.” (Darimi)

Yemeğe Tuzla Başlayıp Tuzla Bitirmek

Rivayet edildiğine göre; Rasulullah Efendimiz (s.a.v), Hz. Ali’ye şöyle buyurmuştur: “Ya Ali! Yemeğine tuzla başla ve tuzla bitir. Çünkü tuz, cinnet, cüzam, ala tenlilik, karın ve diş ağrıları dâhil, yetmiş derde devadır.” (İbn Hacer, el-Metalib) Hz. Ayşe de (r.a) şöyle rivayet etmiştir: “Rasulullah’ın (s.a.v) sol ayağının başparmağını bir akrep sokmuştu. Nebi (s.a.v), ‘Bana, şu hamurun içine koyduğunuz beyaz maddeden (tuzdan) biraz getirin’ buyurdu. Biz de kendisine tuz getirdik; onu avucuna koydu, ağzına götürüp, diliyle üç defa yaladıktan sonra kalan kısmını ısırılan yere koydu, acısı derhal kesildi.” (İbn Ebi Şeybe, el-Musanef)

Yemeği Topluca Yemek

Yemeği bir arada yemek müstehaptır. Nitekim Cabir (r.a), Rasulullah’ın (s.a.v) şöyle buyurduğunu rivayet etmiştir: “Allah Teâlâ’ya en sevimli olan yemek, üzerinde çokça ellerin uzandığı yemektir.” (Ebu Yala, Müsned)

Bir grup insan, Rasulullah’a (s.a.v) gelerek, “Ya Rasulullah! Biz çok yiyoruz ama doymuyoruz!”

dediler. Nebi (a.s), “Herhalde siz yemeğinizi ayrı ayrı yiyorsunuz. Yemeği topluca yiyiniz ve evvelinde besmele çekiniz ki; yemeğiniz bereketlensin.” buyurdu. (Ebu Davud)

Yemeği Sağ Elle Yemek

Ebu Hüreyre'nin (r.a) rivayetine göre; Rasulullah (s.a.v), şöyle buyurmuştur: “Sağ elinizle yiyin, sağ elinizle için, sağ elinizle alın, sağ elinizle verin. Çünkü şeytan sol eliyle yer, sol eliyle iğer, sol eliyle alır, sol eliyle verir.” (Ebu Davud)

Yemeği Tam Ortasından Değil, Önünden Yemek

Efendimiz (s.a.v) yemeğin topluca yenildiği ve yemeğin büyük bir kap içinde getirildiği durumlarda, yemeğin nasıl yenileceğini de haber vermiştir: “Önünüze konulan yemeğin kenarından yiyin, ortasına uzanmayın. Çünkü bereket, yemeğin ortasına iner.” (Ebu Davud) Kenardan yenildiği zaman herkes yemeğin ortasındaki bereketten istifade etmişt olur.

Yemekte Kusur Aramamak

Ebu Hureyre (r.a) diyor ki: Rasulullah (s.a.v) hiçbir yemeğe kusur bulup ayıplamazdı. Eğer iştahı varsa yer, yoksa yemez; öylece bırakırdı. (İbn Mace)

Yemek Kabını İyice Sıyırıp temizlemek, Yemeğe Üflememek

Yemek kabının (tabak veya sahanın) güzelce sıyırılıp temizlenmesi de sünnettir. Enes (r.a) Hz. Peygamber'in (s.a.v) yemek kabını sıyırmayı kendisine emrettiğini haber vermiştir.

Yemeğe üflemek konusunda ise Hz. Ayşe (r.a) Rasulullah'ın (s.a.v) şöyle buyurduğunu rivayet etmiştir: “Yemeğin içine üflemek, bereketini giderir.” (Ebu Davud) Abdullah b. Abbas (r.a), Rasulullah'ın (s.a.v) yiyecek ve iğeceğe üflemediğini, su kabına da nefes vermediğini rivayet etmiştir. (Buhari)

Yemekte Suskun Durmamak

Sofrada hiç konuşmadan durmak uygun değildir. Çünkü bu, İslam milletinin dışındaki kimselerin âdetidir. Onlar, hırsıyla yemeğe yönelip, başka şeyle ilgilenmezler. Hâlbuki bu, sofrada oturanlar arasında soğukluğa sebep olur. Fakihler, yemek yenirken sofradakilerin güzel şeylerden bahsederek yemek yemelerinin sünnet olduğunu haber vermişlerdir.