

30. Zararlı Alışkanlıklar

Zararlı Alışkanlık Olan Sigara İçmek Haram mı?

Sigara, insanın rengini solduran, zamanla karartan bir alışkanlıktır. Hiçbir insana, hele ki ilke sahibi ve irade sahibi olması gereken bir mümine asla yakışmayan bir davranıştır. Çünkü mümin, hayatını denge ve ölçü içerisinde sürdüren insan demektir. Bu sebeple o, bağımlılık ve tiryakilik oluşturabilecek her türlü alışkanlıktan uzak durur; özgürlüğünü bu tür zincirlerle sınırlamaz. Zira alışkanlıkların ağına düşen, yani bağımlı hâle gelen bir insan, şartlar azıcık değiştiğinde hayatın en hafif yüklerini bile taşıyamaz, âdeti eli kolu bağlanmış, çaresiz kalmış bir duruma düşer. Hâlbuki iman sahibi bir insan, lüzumsuz yere kendini birtakım alışkanlıklara kaptırmaz, geniş dünyasını daraltmaz, kendi kendine tuzak kurmaz. Aksine, her zaman ve her şart altında insan olmanın gereğini, Allah’a olan kulluk borcunu yerine getirecek şekilde hayatını düzenler. Özellikle son yıllarda tıp alanındaki gelişmeler, sigaranın nikotin, karbon monoksit, arsenik, siyanür, amonyak, katran gibi binlerce zehirli madde içerdiğini ortaya koymuştur. Bu maddeler insanlarda bağımlılık yapar, karaciğer, gırtlak, mide, prostat, rahim ve böbrek gibi organlarda kansere yol açar, kalp hastalıklarına sebebiyet verir, kangrene neden olur, şeker hastalığını tetikler ve üreme organlarında telafisi mümkün olmayan bozukluklara yol açar.

Ayrıca bu zehirlerin, hücrelerin kandaki oksijeni kullanmasına engel olduğu ve tüm organların işleyişini olumsuz etkilediği de ispatlanmıştır. İstatistikler, milyonlarca insanın bu nedenle hayatını kaybettiğini açıkça göstermektedir. Sigaranın içerdiği zehirleri alan bir kişi aniden ölmese de, her geçen gün ölüme biraz daha yaklaşır. Bu şekilde kendi eliyle sağlığına zarar verdiği için âdeti intihar etmiş olur.

Evet, bir hançerin ucunu bağrına saplayıp yavaş yavaş içeri itmekle, sigarayı tütürerek kendini yok etmek arasında fark yoktur.

İnsanın kendi canına kıyması nasıl kesinlikle haramsa, sağlığına bilerek zarar vermesi de haramdır. Çünkü beden bir emanet olarak verilmiştir ve korunması şarttır. Aksi durumda bu emanete ihanet edilmiş olur. Canı korumak, dini, nesli, akli ve malı korumak gibi temel yükümlülüklerden biridir. Bu açıdan sigara, sağlığa zarar vermesi yönüyle haramdır.

Kul Hakkına Tecavüz ve İsrâf

Sigara, yalnızca içen kişiye değil, aynı zamanda çevresindekilere ve doğaya da zarar verir. Anne karnındaki bebeklerden, sigara içilen kapalı ortamlarda bulunan pasif içicilere kadar birçok insan, doğrudan ya da dolaylı olarak bu zararlardan etkilenmektedir.

Bu yönüyle denilebilir ki, sigara içen kişi hem çevresine hem de başkalarına zarar vermektedir.

Sigaranın haram sayılması konusunda ayrıca önemli bir gerekçe de büyük bir israf kaynağı olmasıdır. Bu, Kur’ân’ın ifadesiyle “tebzîr”dir, yani israfın en aşırı hâlidir. Yine Kur’ân-ı Kerim şöyle buyurur: “Mübezzirler şeytanların kardeşleridir.” (İsrâ, 27) İslam, bir nehir kenarında abdest alırken bile ihtiyaç fazlası su kullanımını israf sayarak yasaklamış ve müsrifliğe tamamen kapıları kapatmıştır. Yemede, içmede, giyimde, konuşmada ve hayatın her alanında mümin israftan sakınmalı, sözlerini ölçülü söylemeli, gereksiz tek bir kelime bile etmemeli, midesini tıka basa doldurmadan sofradan kalkmalı, istihale ve uykuya ise yalnızca ihtiyaç duyduğu kadar zaman ayırmalıdır. Bu durumda sigara için yapılan harcamaların açık bir israf olduğu ortaya çıkar. Hatta birçok kişi, ailesinin rızından kısıp sigaraya para harcamaktadır. Bu ise israfın ötesinde kul hakkına tecavüz anlamına gelmektedir.

Özetle ifade etmek gerekirse, sigara hem kullananın hem de aynı ortamda bulunanların akıl ve beden sağlığında geri dönüşü olmayan zararlar meydana getirir. Kötü kokusuyla insanlara ve ruhanilere eziyet verir, insanların hakkını ihlal

eder, çevreyi kirletir. Bu olumsuzlukların her biri, sigaranın haram olduğuna ayrı bir delildir.

Öldüren Zehir: Alkol ve Uyuşturucu

Alkol ve uyuşturucuya başlanmasının başlıca sebepleri özentidir, arkadaş çevresidir, bulunduğu ortama ayak uydurma isteğidir. Sigara gibi bunlar da birçok zararı beraberinde getirdikleri için haramdır. Alkol, vücuda alındığında beyni uyuşturan zararlı bir maddedir. Allah, bizim içmemiz için birçok helal içecek yaratmıştır. İçki ise bütün kötülüklerin anasıdır. Alkol, aile yapısını bozar, toplumsal huzuru zedeler. İçki içmek günahaftır; azı da çoğu da zararlıdır.

Alkolün zararları: Alkol ve uyuşturucunun birlikte kullanımı çok daha ağır sonuçlar doğurur. Trafik kazalarının büyük kısmı bu maddelerin etkisiyle gerçekleşmektedir. Alkol, uyuşturucunun etkisini artırır. Alkolün uzun vadeli etkileri, aylarca ya da yıllarca süren yoğun tüketim sonucu ortaya çıkar.

Kronik alkolizm hem fiziksel hem de psikolojik açıdan çok sayıda zarara neden olur ve bunların çoğu ölümcüldür. Sürekli alkol kullananlarda genellikle kalp, böbrek, karaciğer hastalıkları, mide iltihabı ve kanama görülür. Ölümcül olmayan diğer etkiler arasında iştah kaybı, vitamin eksikliği, iltihaplanmalar ve sindirim bozuklukları yer alır. Alkol tüketimi arttıkça ölüm riski de yükselir. Alkoliklerde erken ölüm oranı oldukça yüksektir. Ölüm sebepleri arasında kalp, karaciğer ve böbrek yetmezliği, zatürree, kanser, zehirlenme, kazalar, cinayet ve intihar yer alır. Unutulmamalıdır ki güvenli alkol miktarı diye bir şey yoktur. Alkolün bedene verdiği zararlar ve bağımlılık yaptığı tıbbi olarak ispatlanmıştır. Ayrıca alkol, zihinsel dengeyi bozduğu için kişi ne yaptığını ne söylediğini bilemez hâle gelir. Bu nedenle dostlar arasında tartışma ve kavgaların, sarhoşluk yüzünden işlenen cinayetlerin sayısı artmaktadır. Alkollü araç kullanan birçok kişi kazalarda ya hayatını kaybetmekte ya da başkalarının ölümüne sebep olmaktadır. Evine sarhoş dönen, eşi ve çocuklarıyla tartışan, onlara şiddet uygulayan ve aile yuvasını yıkan insanların sayısı

da oldukça fazladır. Bu sebeple dinimizin içkiyi yasaklaması hem bireysel sağlık hem de aile ve toplum huzuru açısından son derece önemlidir.

Şeytanın Oyunu

Zamanında bir köyde çok âlim bir insan yaşarmış. Şeytan, onu yoldan çıkarmak için çeşitli yollar denemiş. Bir gün insan kılığına girerek karşısına çıkmış ve kendini iyi biri olarak tanıtmış. Adam, nasıl bu kadar iyi bir insan olduğunu sormuş.

Şeytan şöyle demiş:

“Eskiden çok kötüydüm. Sonra tövbe ettim ve iyi biri oldum.”

Sonra da adama: “Sen de iyi bir insan olmak ister misin?” diye sormuş.

Adam: “Elbette isterim” deyince, şeytan: “O hâlde önce bir adam öldür, sonra tövbe et” demiş.

Adam: “Olmaz” demiş.

Şeytan: “O zaman hırsızlık yap.”

Adam yine: “Olmaz” demiş.

Bunun üzerine şeytan: “Hiç olmazsa bir içki iç, sonra tövbe edersin” demiş.

Adam bu teklifi kabul etmiş. İçkiyi içince sarhoş olmuş, önce hırsızlık yapmış, ardından kavga ettiği kişiyi öldürmüştü.

Şeytanın doğrudan yaptıramadığı kötülükleri içki ona kolayca yaptırmış.

Efendimiz de şöyle buyurmuştur: “İçki, bütün kötülüklerin anasıdır.”