



13348 - Yemek Yemenin Adabı

Soru

İslam'da Yemek Yemenin Adabı Nedir?

Detaylı cevap

Allah'a hamd olsun.

İslam şeriatında yemek yemenin adabı olmakla birlikte bu adab, birkaç kısımda değerlendirilmiştir:

Birincisi:

Yemekten önceki adablar:

1-Yemekten önce elleri yıkamak

Böylece kişi temiz ellerle yer ve kendine zarar vermesine neden olabilecek kirlere arınmış olur.

2- Bir kişiye misafir olduğunda ve tanımadığı bir yemek söz konusuysa yemeğin ne olduğunu sormak. Yemeyeceği bir yemek olması durumunda kişi, tedbirini almış olur. Nitekim Rasulullah Sallallahu Aleyhi Vesellem kendine yemeğin ne olduğu söylenmediği takdirde o yemekten yemezdi.

Halid b. Velid, Rasulullah ile birlikte Meymûne'nin yanına girer. Hem Hâlid'in hem İbni Abbas'ın teyzesidir. Onun yanında kızartılmış keler bulmuş. Bunu Meymûne'nin kız kardeşi Hufeyde binti Haris Necid'den getirmiş. Meymûne keleri Rasulullah Sallallahu Aleyhi Vesellem'e sunmuş. Fakat Rasulullah, ona bir yiyecek sunulduğunda o yemekten bahsedilir veya ismi söylenmezse genellikle ondan yemezdi. Rasulullah Sallallahu Aleyhi Vesellem de elini kelere uzatmış. Bunun üzerine mevcut kadınlardan biri: "Rasulullah Sallallahu Aleyhi Vesellem'e sunduğunuz şeyi haber verin!" demiş. Kadınlar: "Bu kelerdir ya Rasulallah!" demişler. Rasulullah Sallallahu Aleyhi Vesellem



hemen elini kaldırmış. Bunun üzerine Hâlid b. Velid: “Keler haram mıdır ya Rasulallah?” diye sormuş.

“Hayır lakin o benim kavmimin toprağında yoktu, bundan dolayı kendimi ondan tiksindir buluyorum.” buyurmuşlar.

Halid şöyle demiş: “Ben keleri çekerek bir güzel yedim. Rasulallah da bana bakıyordu.” (Buhari 5391, Muslim 1946)

İbn el Tin şöyle dedi: Rasulallah Sallallahu Aleyhi Vesellem’in yemeğin ismini sormasının sebebi şudur: O zamanki yaşam şartlarında ve gıdanın azlığı nedeniyle Araplar buldukları herhangi bir yiyecekten tiksинmez diler. Ancak Rasulallah Sallallahu Aleyhi Vesellem bazı yiyeceklerden tiksинirdi. Ayrıca Şeriat birtakım yiyecekleri haram kılmıştır. Araplar bunu bilmezdi, belki de ona pişirilmiş haliyle getirirler ve ne olduğu bilinmeyebilirdi. Bu nedenle ne olduğunu sorardı. (Fethulbari 9/534)

3-Ev sahibi tarafından kendisine sunulan yemeği kabul etmek

Şüphesiz ev sahibinin misafire yemek sunmasında acele etmesi, ev sahibinin misafirperverliğindedir. Aynı şekilde misafirin de ikramı kabul edip ondan yemesi ev sahibini onurlandırır. Çünkü misafirin yemek yemediğini gören ev sahibi onun hakkında kötü düşünür, dolayısıyla misafirin ev sahibinin sunduğu ikramdan yiyerek ev sahibine güven vermesi gerekir.

4-Yemekten önce besmele çekmek

Yemekten önce besmele çekmek vaciptir. Yani kişi yemek başlangıcında “Bismillah” der.

Ummu Gülsüm, Aişe r.a’dan rivayetle şöyle dedi: Rasulallah Sallallahu Aleyhi Vesellem şöyle dedi: “Biriniz yemek yediğinde Allah’ın ismini ansın, şayet yemek başında besmele çekmeyi unutursa Bismillahi Evvelehu ve Ahirehu desin”. (Tirmizi 1858, Ebu Davud 3767, İbn Mace 3264, Elbani 3202)

Ömer b. Seleme şöyle dedi: Ben Rasulallah Sallallahu Aleyhi Vesellem’in himâyesinde yetişen bir



çocuktum. Yemek yerken, elim yemek tabağının her yanına giderdi. Bunun üzerine Rasulullah Sallallahu Aleyhi Vesellem bana şöyle buyurdu: “Oğul, besmele çek! Sağ elinle ye! Hep önünden ye!” (Buhari 5376, Muslim 2022)

İkincisi:

Yemek esnasında yemek adabı:

1-Sağ el ile yemek

Müslümanın sağ eliyle yemek yemesi vaciptir. İbn Ömer r.a'dan rivayet edildiğine göre Rasulullah Sallallahu Aleyhi Vesellem şöyle dedi: “Biriniz yediği zaman sol eliyle yemesin, içtiği zaman da sol eliyle içmesin. Çünkü şeytan sol eliyle yer ve sol eli ile içer.” (Muslim 2020)

Ancak insanın hastalık, yara vb. mazereti bulunduğu takdirde sol eliyle yiyebilir. Bununla birlikte hadis, şeytanın davranışlarına benzeyen davranışların yapılmamasını tavsiye etmektedir.

2-Önünden yemek

İnsanın hemen önündeki yemekten yemesi sünnettir. Başkasının yemeğine veya yemeğin ortasına elini uzatmaması gerekir. Nitekim Rasulullah Sallallahu Aleyhi Vesellem şöyle dedi: “Oğul, besmele çek! Sağ elinle ye! Hep önünden ye!” (Buhari 5376, Muslim 2022)

Şüphesiz kişinin arkadaşının önündeki yemeği yemesi kötü bir davranıştır ve kişiliğe aykırıdır. Çorba vb. yemeklerde kişi bundan tiksinebilir. İbn Abbas r.a'dan rivayet edildiğine göre Rasulullah Sallallahu Aleyhi Vesellem şöyle dedi: “Bereket yemeğin ortasına iner; tabağın etrafından yiyin, ortasından yemeyin” (Tirmizi 1805, İbn Mace 3277) Ancak tabakta hurma veya farklı yiyecekler varsa farklı yerlerden yemek mubahtır.

3-Yemekten sonra elleri yıkamak

Elleri sadece suyla yıkamakla sünnet yerine getirilmiş olur. İbn Raslen şöyle dedi: “Bu konuda en iyisi elleri sabun vb. maddelerle yıkamaktır.” (Tuhfetul ahvazi 5/485)



Kişinin abdesti olsa bile yemekten önce ve sonra elleri yıkaması müstehaptır.

4-Yemekten sonra ağı suyla çalkalamak

Yemekten sonra ağı suyla çalkalamak müstehaptır. Suveyd b. en-Numan'dan rivayete göre: "Es-Sahba denilen yerde Nebi Sallallahu Aleyhi ve Sellem ile birlikte idik (Burası Hayber'den yarım gün uzaklıkta bir yerdir). Namaz vakti girdi. Nebi Sallallahu Aleyhi Vesellem yiyecek bir şeyler getirilmesini istedi. Sevik'ten başka bir şey yoktu. Ondan bir kısmını alıp ağımda evire çevire çiğnedi. Biz de onunla birlikte (onu) ağımda çiğnedik. Daha sonra su getirilmesini söyledi ve ağımda çalkaladı. Arkasından abdest almaksızın namaz kıldı, biz de kıldık." (Buhari 5390)

5-İkram eden kişiye dua etmek. Enes r.a'dan rivayetle Nebi Sallallahu Aleyhi Vesellem, Sa'd b. Ubâde'ye (misafir olarak) gelmiş. (Sa'd da) Kendisine ekmek ve zeytinyağı ikram etmiş. Nebi Sallallahu Aleyhi Vesellem (bunları) yedi, (yedikten) sonra şöyle dedi: "Sizin yanınızda oruçlular iftar etti, yemeğinizi salih kimseler yedi ve melekler de sizin için dua etti." (Ebu Davud 3854, Elbani 3263)

6-Üç parmakla yemek.

Elle yerken sünnet olan üç parmakla yemektir. İyad şöyle dedi: Üçten fazla parmakla yemek edep dışı ve açgözlülüktür. Ancak yemeğin tutulması daha fazla parmak gerektirirse kişi dördüncü veya beşinci parmağı kullanabilir. (Fethulbari 9/578)

Bununla beraber kaşıkla yemesinde de sakınca yoktur.

7-Düşen lokmayı yemek

Bir lokma yere düştüğünde onu temizlemek ve yemesi ve şeytana bırakmaması gerekir.

Çünkü insan bereketin yemeğin hangi lokmasında olduğunu bilemez. Belki de bereket düşen o lokmada olabilir. Onu almamak yemeğin bereketten mahrum olmasına neden olabilir.

Enes r.a'dan rivayet edildiğine göre Rasulullah Sallallahu Aleyhi Vesellem yemek yediği vakit üç parmağını yalar ve şöyle buyururdu: "Birinizin lokması düştüğü vakit ona bulaşan şeyi gidersin ve



onu yesin, onu şeytana bırakmayın!” Bir de bize tabağı silmemizi emir buyurdu ve: “Çünkü siz bereketin hangi yiyeceğinizde olduğunu bilmezsiniz” dedi. (Muslim 2034)

8-Yemek yerken bir yere yaslanmamak

Nebi Sallallahu Aleyhi ve Sellem: “Ben bir yanıma yaslanmış olduğum halde yemek yemem.” dedi. (Buhari 5399) Yasaklanan yaslanmayla ilgili ihtilaf mevcuttur. İbn Hacer şöyle dedi: Bazıları herhangi bir şekilde otururken yaslanmak, bazıları bir yana doğru yaslanmak, diğerleri ise sol elini yere yaslayarak yemek olduğunu yorumlamışlar. İbn Adiy’den rivayet edilen zayıf bir hadiste Rasulullah Sallallahu Aleyhi Vesellem, yemek yerken eliyle yere yaslanan kişiyi uyarmıştır. Malik: Bu yasaklanan yaslanmalardan biridir. Bu ifadeye göre yemek yiyen kişinin yaslanır vaziyette kabul edildiği her türlü şekil mekruhtur. (Fethulbari 9/541)

9-Zorunlu bir durum olmadıkça yemek esnasında tükürmemek ve sümürmemek

10-Diğer adaplardan bazıları ise şöyledir:

Toplu bir şekilde yemek, yemek üzerinde haram olmayan konularda konuşmak, eşi ve çocuklarıyla birlikte yemek, ilaç ve mazeret dışından kendine özel yemek seçmemek, bilakis et veya hoş bir yemek parçası olduğunda kişi ailesini kendine tercih eder. Misafir yemekten elini çektiğinde, ev sahibi ona üç kereden fazla olmamak üzere yemeği teklif eder. Dişlerin arasından çıkarılan atıkları atmak ve tekrar ağzına koymamak...

Üçüncüsü:

Yemek sonrası adab:

Yemek yiyen kimse yemeğini bitirdikten sonra sünnette geçen hamd ve duaları okur. Rasulullah Sallallahu Aleyhi Vesellem sofrayı kaldırıldığında şöyle dua ederdi:

“Çok, tertemiz, bereketli, kâfi görülmeyen, terk olunmayan, kendisinden müstağni kalınamayan hamd; Rabbimiz Allah'a mahsustur.” (Buhari 5458)



Rasulullah Sallallahu Aleyhi Vesellem süt dışında bir şey yediğinde şöyle dua ederdi: “Allah’ım bu yiyeceği bize mübarek kıl ve bize bundan daha hayırlısını yedir.”

Süt içtiğinde ise şöyle dua ederdi: “Allah’ım bu sütü bize bereketli kıl ve bundan bize bol ver.”
(Tirmizi 3377, Elbani 381)

Dördüncüsü:

Yemekle ilgili genel adab:

1-Yemeği kötülememek

Ebu Hureyre r.a’dan rivayet edildiğine göre Rasulullah Sallallahu Aleyhi Vesellem hiçbir yemeği hiçbir zaman ayıplamamış ve yermemiştir. O; eğer iştahı varsa yemeği yerdi, hoşlanmazsa bırakır ve yemezdi. (Buhari 3370, Muslim 2046)

Buradaki yemekten maksat, mübah yemektir. Haram yemeği ise ayıplar, kötüler ve ondan sakındırırdı.

Nevevi Rahimehullah şöyle dedi:

Yemek adabından bir husus; tuzlu, ekşi, katı, sulu, pişmemiş gibi ayıpları söylememektir. İbn Battal şöyle dedi: Bu muaşeret adabındandır. Zira belirli bir tat birinin hoşuna gitmez ancak başkasının hoşuna gidebilir. Şeriat açısından mübah olan hiçbir türlü yemeğin ayıplanmamasıdır. (Muslim Şerhi 14/26)

2-Yemek yerken dengeli bir şekilde yemek ve mideyi doldurmamak

Bu konuda en ideal uygulama, kişinin midesini üçe bölmesidir. Üçte biri yemek, üçte biri içecek ve üçte biri de nefesi için ayırır. Rasulullah Sallallahu Aleyhi Vesellem şöyle dedi: “Âdemoğlu, midesinden daha kötü bir kap doldurmamıştır. Âdemoğluna kendisini ayakta tutacak kadar yemesi/içmesi yeterlidir. Şayet bu miktardan fazla yiyecek ise midesini üç kısma ayırsın; bir kısım yemek, bir kısım meşrubat, bir kısım da nefes için ayrılmalıdır.” (Tirmizi 2380, İbn Mace 3349,



Elbani 1939)

Vücut dengesi ve hafifliği için bu uygulama gereklidir. Aksi takdirde vücut ağırlaşır, dolayısıyla ibadet ve çalışmada tembellik oluşturur. Üçte bir oranının belirlenmesi, insanın doyulduğu miktar olarak bilindiği içindir. (el Mevsua 25/332)

3-Altın veya gümüş kaplarda yememek ve içmemek

Şüphesiz bu davranış haramdır. Rasulullah Sallallahu Aleyhi Vesellem şöyle dedi: "İnce ipek de kalın ipek de giymeyiniz; altın ve gümüş kaplardan içmeyiniz. Bunlardan yapılmış tabaklarda da yemek yemeyiniz. Çünkü bunlar bu dünyada onların (kafirlerindir), ahirette de bizimdir." (Buhari 5426, Muslim 2067)

4-Yemek sona erdikten sonra Allah'a hamd etmek

Şüphesiz bunun büyük bir fazileti mevcuttur. Enes r.a'dan rivayetle Rasulullah Sallallahu Aleyhi Vesellem şöyle dedi: "Şüphesiz ki Allah, yemeği yedikten yahut suyu içtikten sonra ondan dolayı Allah'a hamd eden kuldan razı olur." (Muslim 2734)

Hamd ve şükür ile ilgili birtakım rivayetler mevcuttur, bazıları şöyledir:

A-Ebu Umeme r.a'dan rivayetle sofrayı kaldırıldığında Rasulullah Sallallahu Aleyhi Vesellem şöyle dua ederdi: "Çok, tertemiz, bereketli, kâfi görülmeyen, terk olunmayan, kendisinden müstağni kalınamayan hamd; Rabbimiz Allah'a mahsustur." (Buhari 5458)

B-Muaz b. Enes r.a'dan rivayetle Rasulullah Sallallahu Aleyhi Vesellem şöyle dedi: "Her kim bir yemeği yer de: "Bana bu yemeği yediren ve benim tarafımdan hiçbir güç ve kuvvet olmadan onu rızık olarak bana veren Allah'a hamdolsun." derse geçmiş günahları bağışlanır." (Tirmizi 3458, İbn Mace 3285, Elbani 3348)

C-Ebu Eyyûb el Ensari r.a'dan rivayetle Rasulullah Sallallahu Aleyhi Vesellem bir şey yedikten veya içtikten sonra şöyle dua ederdi: "Yediren, içiren, yedirip içirdiği şeyi kolaylıkla boğazdan geçirip hazmettiren ve artıkları için bir çıkış yolu yaratmış olan Allah'a hamd olsun." (Ebu Davud 3851,



Elbani Sahihi)

D-Abdurrahman b. Cubeyr şöyle dedi: Rasulullah Sallallahu Aleyhi Vesellem'e sekiz yıl hizmet eden birisi şöyle dedi: Rasulullah Sallallahu Aleyhi Vesellem'e bir yiyecek sunulduğunda "Bismillah" derdi. Yemeği bitirdikten sonra ise: "Allah'ım; yedirdin, içirdin, hidayet ettin ve hayat bahşeyledin. Verdiğin bütün nimetlere karşılık hamd sadece Sana mahsustur." (Ahmed 16159, Elbani sahihi 1/111)

Faydalı not:

Hamd ve şükürle ilgili tüm duaların hepsinin söylenmesi müstehaptır. Nitekim kişi her defasında farklı bir rivayeti söylerse sünnetin hepsini uygulamış olur. Sürekli aynı duayı yapmak, insanın anlamından gafil gelmesine neden olur. Bu nedenle her defasında farklı duayı yapmak, anlamını düşünmek açısından daha faydalı olur. (el Adab, el Şehlub s. 155)

En iyisini Allah bilir.