

 HRİSTİYANLAR VE MÜSLÜMANLAR

"Oruç, hayatımda Tanrı'ya yer açmak içindir."

İtibarenBernhard Bienen,Timur Tinç

18 Şubat 2026, Saat 10:00 Okuma süresi:7 dk.



Bu yıl, Paskalya öncesi oruç dönemi (Lent) ve Ramazan aynı gün, 18 Şubat'ta başlıyor. Katolik bir ilahiyatçı ve din görevlisi ile İslam ilahiyatçısı, benzerlikleri ve farklılıkları tartışıyor.



Sayın El Sayed, Hristiyan orucu hakkında ne biliyorsunuz?

El Sayed : Bazı şeyler. Ben Mısır gibi, birçok Hristiyanın da yaşadığı bir ülkede büyüdüm. Biliyorum ki Hristiyanlar için oruç tutmak, Müslümanlardaki gibi perhizden ziyade içsel dönüşümle ilgili. Alışkanlıklardan vazgeçmekle ilgili. Ve biliyorum ki Hristiyanlar, en azından Ortodoks Hristiyanlar, canlı olan her şeyden

uzak durma eğilimindedir. Ama genel olarak, Müslüman orucuyla birçok benzerlik var. Hristiyanlar 40 gün oruç tutar, biz 30 gün oruç tutarız.

Aynı soru sizin için de geçerli, Bayan Kadavil. Müslümanların oruç tutması hakkında ne biliyorsunuz?

Kadavil: Ramazan ayında insanlar güneş doğuşundan güneş batışına kadar oruç tutarlar ve akşamları aile ve arkadaşlarla birlikte oruçlarını açmak bir araya gelme zamanıdır. Müslüman orucu çok katıdır çünkü insanlar tüm gün boyunca içecek ve yiyecekten uzak dururlar. Bunu oldukça zorlayıcı buluyorum.

Şahsen vazgeçmeyi tercih edeceğiniz bir şey var mı?

Kadavil: Her yıl içsel dönüşümümde gerçekten neyin yardımcı olduğunu yeniden değerlendiriyorum. Kül Çarşambası ve Kutsal Cuma, oruç ve perhiz günlerinde etten kaçınılması gerektiği açıktır. Ayrıca genel olarak zevklerden de kaçınılır ve geleneğe göre, sadece bir tam öğün yenen katı oruç günleri vardır. Geçmişte, örneğin Advent döneminde olduğu gibi, çok daha fazla oruç günü vardı. Benim için kişisel olarak en önemli şey, yeni şeylere, iyi şeylere yer açmak için yavaşlamaktır. Bizim için önemli bir yön, bir hedef için hazırlık amacıyla oruç tutmaktır. Bu hedef Paskalya, büyük yeni başlangıç ve diriliştir. Oruç, bir anlamda, bu büyük bayramdan önce bir arınmadır.

Müslümanların oruç tutmasıyla ilgili birçok yanlış anlamayla karşılaşıyor musunuz?

El Sayed: Gerçekten de, oruç tutmak çoğu zaman sadece perhizden ibaretmiş gibi görünüyor . Ama oruç içsel bir meseledir. Şu soruyla ilgilidir: Kendime nasıl davranmalıyım? Elbette, Müslümanların yiyecek ve içecekten uzak durmaları gerektiği gerçeği katı bir emir gibi görünüyor. Oruç tutmanın nedenini sürekli açıklamak gerekiyor: Bu daha çok kalple, yeniden yönelimle ilgili. Kendini ve duyularını keskinleştirmek yerine, Tanrı'yı merkeze geri koymakla ilgili. Hristiyan orucu hakkında söylediklerinizi, Müslüman orucuna da aynen uygulayabilirim.

Ramazan ayında oruç tutmak tam olarak nasıl bir şey?

El Sayed: Biz şafaktan gün batımına kadar oruç tutarız. Güneş doğana kadar zaten oruç tutmaya başlamış oluruz. Bu yüzden yazın biraz daha uzun, neredeyse 19 saat oruç tutarız. Kışın günler daha kısa olduğu için daha az saat oruç tutma şansımız olur.

O halde hiçbir şey yemeyin veya içmeyin.

El Sayed: Temel insan ihtiyaçlarından vazgeçiyoruz. Kalbinize ve ruhunuza alan açıyorsunuz; oruç duyuları keskinleştiriyor. Kendime, Tanrı'ya ve diğeri insanlara nasıl davranmalıyım?



Katolik ilahiyatçı ve pastoral yardımcı Doly Kadavil ve Müslüman ilahiyatçı Halid El Sayed Anjou Vartmann

Günümüzde Hristiyanlar için oruç tutmak daha çok gönüllü bir uygulama mı?

Kadavil: Oruç, Kilise'nin beş emrinden biridir, ancak vurgu cezalandırma değil, vicdanın sorumluluğunu üstlenme üzerinedir. Çok bireysel bir şeydir. Herkesin zaafları vardır veya telafi arayışındadır. Örneğın benim için bu tatlılardır. Bir şeyden uzak durmak o kadar zor değil, ancak bunu günlük hayatta sürdürmek ve tutarlı olmak zor olan kısımdır. Özellikle stresli anlarda, tatlı bir şeye uzanmak veya telefonunuzda gezinmek kolaydır. Bu Paskalya döneminde bunu daha az yapmaya karar verdim.

Camilerde cemaat hayatı nasıl?

El Sayed: Müminlerin oruçlarını atıktan sonra camilerde kıldıkları özel bir namaz var. Akşam ve gece namazları arasında kılınan teravih namazı her gün kılınıyor. Camiler o zaman genellikle tıklım tıklım dolu oluyor. Tıpkı bir ailenin Noel için bir araya gelmesi gibi – ama bir ay boyunca (gölüyor) . Ayrıca, bireyler veya gruplar cemaat için yemeğ

kendileri hazırlıyor. Ya da para bağışlıyorlar ve gönüllüler camide yemek pişiriyor. Herkes oruç açmak için gelebilir.

Hristiyan cemaatlerinde topluluk duygusu nasıl tezahür eder?

Kadavil: Oruç dönemi de bizim için büyük önem taşıyor. Birçok insan oruç yemekleri için bir araya geliyor. Bu süre zarfında, Misereor adlı yardım kuruluşu için bağış toplanıyor. Sabahın erken saatlerindeki ayinler insanları birlikte dua etmeye davet ediyor, ardından kahvaltı veya tövbe ayini yapılıyor; bu da tefekkür için bir alan yaratıyor.

St. Boniface bölgesindeki durum nasıl?

Kadavil: "Günlük Yaşamda Egzersizler" sunuyoruz. Bunlar, 40 günlük Büyük Perhiz boyunca yapılan dua seanslarıdır. Herkes, yaşamları üzerine düşünmeye teşvik eden günlük yönlendirmeler içeren bir rehber alır. Buna ek olarak, bu düşüncelerin tartışılması ve paylaşılması için haftalık toplantılar düzenlenmektedir. Bu dönem, cemaat üyelerinin deneyimlerini paylaşabileceği etkileşimli ibadet hizmetleriyle çerçevelenmiştir.

Birçok insan tedavi amaçlı oruç tutuyor veya dijital detoks yapıyor. Diğerleri ise herhangi bir dini bağlam olmaksızın perhiz uyguluyor. İkinize de aykırı bir soru: Oruç tutmanın neden dini bir gerekçeye ihtiyacı var?

Kadavil: Bunlar farklı şeyler. Biri bedene, kendini optimize etmeye odaklanıyor. Dinde ise şu soru söz konusu: Hayatımda esas olan nedir? Bence bu, açılış etkinliğimiz olan Kül Çarşambası'nda çok açık bir şekilde ortaya çıkıyor. Küllerden yeni bir şey doğuyor. Aynı zamanda, hayatlarımız da dahil olmak üzere birçok şeyin geçici olduğunu gösteriyor. Kendinize bu anlam sorularını sorduğunuzda, onlara tamamen farklı bir şekilde odaklanıyorsunuz.

El Sayed: Bu, kişinin dünya görüşüne bağlıdır. Bir mümin olarak, Tanrı'ya odaklanırsınız ve O'nunla olan ilişkinizi geliştirmeye çalışırsınız. Biz müminlerin, bir ay boyunca oruç tutmamız gerektiğini söyleyen bir kitabımız var. Bunu sorgusuz sualsiz ciddiye alıyoruz çünkü bu Tanrı'dan gelen bir emir. Sonra da düşünmeye başlıyorum: Oruç bana ne kazandırıyor?

BU KONU HAKKINDA DAHA FAZLA BİLGİ

Müslümanlar Ramazan ayında neden oruç tutar?

PASKALYA ÖNCESİ ORUÇ DÖNEMİ İÇİN ÜRÜN

Ramazan takvimi Müslümanları ticaretle nasıl daha görünür kılıyor?

HIZLI

"İyice çığnerseniz, yarım porsiyon genellikle yeterlidir."

Peki bu size ne fayda sağlayacak?

El Sayed: Bu, irademi güçlendiriyor. Ayrıca tedavi amaçlı oruç ve aralıklı oruç da tutuyorum. Oruç sadece bir zorunluluk değil, Ramazan dışında da tavsiye edilen gönüllü bir uygulamadır.

Kadavil: Şimdiye kadar Tanrı'yı işin içine katmadım çünkü bir Hristiyan olarak bu benim için o kadar açık ki, hiç bahsetmedim bile. Esas olarak hayatımda onun işine yer açmakla ilgili. Her gün orada olduğunu, bana eşlik ettiğini hissetmekle ilgili. Bu yüzden yavaşlamaktan da bahsediyorum, çünkü hayat acele ve tüketimcilikle dolu. Biz Hristiyanlar için İsa, dünyaya çıkıp hizmetine başlamadan önce çölde 40 gün oruç tutan bir rol modelidir. Öncesinde tefekkür için durakladı, bu da onu güçlendirdi, sonundaki çöldeki ayartma öyküsünde de görüldüğü gibi. Oruç sayesinde neyin önemli olduğunu bilme ve direnme temelini edindi. Ama Lent aynı zamanda daha özgür olmak anlamına da geliyor.

Neden daha özgür?

Kadavil: Bu kulağa garip gelebilir, çünkü oruç başlangıçta acı çekmekle ilişkilendirilebilir. Ancak istenmeyen alışkanlıklardan vazgeçtiğinizde içsel özgürlük ve alan yaratır: Artık telefonuma veya tatlılara o kadar bağlı değilim ve bunu başka şeylerle telafi etmiyorum. Kendiniz hakkında daha fazla netlik kazanırsınız. Ayrıca, Tanrı ile iyi bir bağlantı kurarsınız.

El Sayed: Oruç, insan olarak özerk olmadığımızı, daha büyük bir şeyin parçası olduğumuzu gösteriyor. Bu şeyin içinde yerimizi ve bahsettiğiniz gücü bulmaya çalışıyoruz. Oruç sayesinde kendimi, sadece kendi ihtiyaçlarıma göre hareket etmediğimde ne kadar güç ve kudrete sahip olabileceğimi fark ediyorum. İzin verilen şeylerden uzak durarak, aynı zamanda bana veya başkalarına zarar veren şeylerden de uzak durabilirim.

Sizi kalıcı olarak etkilemiş olabilecek herhangi bir oruç deneyiminiz oldu mu?

El Sayed: Gerçekten de öyle. Dediğim gibi, Mısır'da büyüdüm. Belli bir huzursuzluk ve dış baskının olduğu zamanlarda, oruç tutmak yavaşlamaya yol açardı. Ama bir de insani bir unsur vardı. Gençliğimizde, arkadaş çevremizde Ortodoks bir Hristiyan vardı. Ramazan'ın ikinci günü orucu açmak için her zaman onun evine gitmek geleneğimizdi. Annesi bize yemek yapardı . Bu bana dinin asla bir engel olmadığını ve bölünme anlamına gelmediğini, aksine insanları bir araya getirebileceğini gösterdi. Bu beni şekillendirdi ve Frankfurt'ta her zaman diyalog arayışına yönlendirdi.

Kadavil: Benim için Paskalya öncesi oruç dönemi genellikle profesyonel olarak çok yoğun bir zaman oluyor. Bu yüzden manevi sunumlarımız benim için özellikle duygusal anlar oluyor. Oruç tutmayı düşündüğümde, ergenlik çağında benim için oldukça cesaret sınavı olan, ailemin sade pirinç çorbasını hatırlıyorum.

Anavatanlarından Doğu Ortodoks ayinini bilen ailem, bazen Kutsal Cuma günü daha sıkı oruç tutardı. Bunun dışında, gençken akranlarımla dua etmeyi bir bağ kurma deneyimi olarak buldum. Ya da pandemi sırasında ortaya çıkan ve sonrasında bile iyi karşılanan deneysel bir çevrimiçi meditasyon etkinliği. Aynı şey, ergenlik çağında SMS orucu fikrinin ortaya çıktığı yemek pişirme akşamı için de geçerli. İlgilenen insanlara kısa mesaj yoluyla gönderdiğimiz İncil ayetleri seçtik – o zamanlar WhatsApp yoktu. O zamanlar 500 kişi ilgilenmişti.

Aynı anda oruç tuttuğunuzda kendinizi daha bağlı hissediyor musunuz? Belki de bu daha kolay bile olabilir?

El Sayed: Elbette, dindar bir insan olarak, başkalarının da inançlarını yaşadığını görmek beni her zaman mutlu eder. Bu tür ortak noktalar harika. Ancak şunu da hatırlamak önemli: Oruç bir yükümlülüktür, ama aynı zamanda merhameti de içerir; herkesin oruç tutması gerekmez. Kişinin o kadar uzun süre yiyecek ve içecekten uzak durabilmesi gerekir.

Müslümanlar üzerinde Hristiyanlara göre daha büyük bir toplumsal baskı var mı?

El Sayed: Oruç, imanın temel taşlarından biridir ve eğer oruç tutmazsanız, başkaları tarafından farklı bir şekilde değerlendirilirsiniz. İmanın uygulanması eksik gibi görünür. Bu anlamda, gerçekten de toplumsal bir baskı vardır. Ancak teolojik olarak bunun hiçbir temeli yoktur. Bir insanın inancını nasıl yaşadığı, o kişi ile Tanrı arasındaki çok bireysel bir ilişkidir.

Hristiyan oruç tutma kuralları çok mu gevşedi?

Kadavil: Önemli bir noktaya değindiniz. Benim için Hristiyanlığın özü özgürlük fikridir. Örneğin, beslenme kuralları yoktur. İsa, "İnsanı kirleten içine giren şey değil, içinden çıkan şeydir" diyerek bakışlarımızı içimize yönlendirir. Bununla şunu açıkça belirtir: Tanrı benim şunu mu yoksa bunu mu yediğimle ilgilenmez. Önemli olan kalbimin durumu ve onun ürettikleridir. İnsanlara nasıl davranıyorum? Hangi değerlerle yaşıyorum? Nasıl konuşuyorum? Nasıl tartışıyorum? Düşünerek mi yoksa ani tepkiler mi veriyorum? Sözlerimle veya eylemlerimle başkalarını incitiyor muyum? Çevremde adaletsizlik olduğunda adalet için ayağa kalkıyor muyum?

Oruç mevsimi ve Ramazan

Paskalya öncesi oruç dönemi, İsa'nın ölümünün ve dirilişinin kutlandığı Paskalya'ya hazırlık niteliğindedir. Kül Çarşambası'nda başlar ve 40 gün sürer – oldukça sembolik bir sayı. Litürjik takvime göre, oruç dönemi Kutsal Perşembe günü Efkariya ile sona erer. Paskalya Pazarı her zaman ilkbahar dolunayından sonraki ilk Pazar günü olduğundan ve 21 Mart ile 25 Nisan arasında herhangi bir güne denk gelebildiğinden, oruç döneminin tarihleri de değişir.

Ramazan, İslami ay takviminin dokuzuncu ayıdır. Güneş takviminde her yıl on veya on bir gün ileriye kayar. Oruç, şafaktan gün batımına kadar 30 gün sürer. Ergenlik çağına ulaşmış Müslümanların oruç tutması zorunludur. Hasta, hamile, emziren ve adet gören kadınlar ile yolcular için istisnalar yapılır. Ramazan'ı üç günlük Ramazan Bayramı takip eder.

Kaynak: FAZ [Makale haklarını edinin](#)



Bernhard Bienen

Rhein-Main-Zeitung gazetesinde editör.



Takip etmek



Timur Tinç

Rhein-Main-Zeitung gazetesinde editör.



Takip etmek