Ona söyleyiniz! Konuşsun, gölgelensin, otursun ve orucunu tamamlasın.

Abdullah b. Abbas -radıyallahu anhumâ- şöyle dedi: Nebi -sallallahu aleyhi ve sellem- insanlara hitap ederken, ayakta duran bir adam gördü ve onun kim olduğunu sordu. Ashâb: O, Ebu İsrâîl'dir. Güneşte durmayı, oturmamayı, gölgelenmemeyi, konuşmamayı ve sürekli oruç tutmayı adamıştır, dediler. Bunun üzerine Nebi -sallallahu aleyhi ve sellem-: «Ona söyleyiniz! Konuşsun, gölgelensin, otursun ve orucunu tamamlasın.» buyurdular.

[Sahih Hadis] [Buhârî rivayet etmiştir]

Bu sahabe güneşte durmayı, oturmamayı, gölgelenmemeyi, konuşmamayı ve yiyip içmeyi terk etmeyi adamıştır. Burada nefse eziyet etme, zorluk vardır ve haram olan bir adaktır. Bundan dolayı Allah Rasûlü -sallallahu aleyhi ve selem- o sahabeye bunu yapmasını yasaklamıştır. Ancak orucunu tamamlamasını emretmiştir. Çünkü oruç meşru olan bir ibadettir. Meşru olan bir ibadeti adayan kimsenin adadığı şeyi yerine getirmesi farzdır. Her kimse meşru olmayan bir ibadeti adarsa, onu yerine getirmesi gerekmez.

http://www.sunnah.global/hadeeth/tr/show/5835