

**T.C.  
SAKARYA ÜNİVERSİTESİ  
SOSYAL BİLİMLER ENSTİTÜSÜ**

# **HADİSLERDE HASTALIK VE TEDAVİ YOLLARI**

## **YÜKSEK LİSANS TEZİ**

**Gülşen EREN**

**Enstitü Anabilim Dalı : Temel İslam Bilimleri  
Enstitü Bilim Dalı : Hadis**

**Tez Danışmanı: Doç. Dr. Mehmet ÖZŞENEL**

**ŞUBAT-2010**

**T.C.**  
**SAKARYA ÜNİVERSİTESİ**  
**SOSYAL BİLİMLER ENSTİTÜSÜ**

**HADİSLERDE HASTALIK VE TEDAVİ YOLLARI**

**YÜKSEK LİSANS TEZİ**

**Gülşen EREN**

**Enstitü Anabilim Dalı : Temel İslam Bilimleri**  
**Enstitü Bilim Dalı : Hadis**

**Bu tez 11/02/2010 tarihinde aşağıdaki jüri tarafından oy birliği ile kabul edilmiştir**

<b>Doç. Dr. Mehmet ÖZŞENEL</b>	<b>Doç.Dr. A. Vahit İMAMOĞLU</b>	<b>Doç.Dr. Ayhan TEKİNEŞ</b>
<b>Jüri Başkanı</b>	<b>Jüri Üyesi</b>	<b>Jüri Üyesi</b>
<input type="checkbox"/> Kabul	<input type="checkbox"/> Kabul	<input type="checkbox"/> Kabul
<input type="checkbox"/> Red	<input type="checkbox"/> Red	<input type="checkbox"/> Red
<input type="checkbox"/> Düzeltme	<input type="checkbox"/> Düzeltme	<input type="checkbox"/> Düzeltme

## **BEYAN**

Bu tezin yazılmasında bilimsel ahlak kurallarına uyulduğunu, başkalarının eserlerinden yararlanılması durumunda bilimsel normlara uygun olarak atıfta bulunulduğunu, kullanılan verilerde herhangi bir tahrifat yapılmadığını, tezin herhangi bir kısmının bu üniversite veya başka bir üniversitedeki başka bir tez çalışması olarak sunulmadığını beyan ederim.

**Gülsen EREN**

**12.12.2009**

## ÖNSÖZ

‘Hadislerde Hasta ve Hastalık’ konusu Kur’an-ı Kerim ve Hz. Peygamber’in hastalıklara bakış açısını yansıtmaktadır. Özellikle Hz. Peygamber’in tıbbi uygulamalar noktasında gerek kendi dönemindeki insanlara gerekse günümüz insanına farklı bir perspektif getirdiği görülmektedir. Hz. Peygamber, her konuda olduğu gibi tıp konusunda da bizim için en büyük rehberdir, bu açıdan O’nun tıp konusundaki bütün söylediklerini ve yaptıklarını tespit etmek önemlidir. Bu çalışmanın hazırlanmasında desteklerini esirgemeyen başta danışman hocam Doç. Dr. Mehmet ÖZŞENEL’e ve Balıkesir İl Müftüsü Sayın Necdet ÇETİN hocama teşekkürlerimi sunmayı bir borç bilirim. Ayrıca İl Müftü Yardımcısı Sayın Sedanur SEZEN hocama ve bana yardımcı olan tüm arkadaşlarıma ve eşime de şükranlarımı sunarım.

**Gülşen EREN**  
**12.12.2009**

# İÇİNDEKİLER

<b>KISALTMALAR</b> .....	<b>iv</b>
<b>ÖZET</b> .....	<b>v</b>
<b>SUMMARY</b> .....	<b>.vi</b>
<b>GİRİŞ</b> .....	<b>1</b>
<b>BÖLÜM 1: HADİSLERDE HASTALIK VE HASTAYA KARŞI</b>	
<b>SORUMLULUKLAR</b> .....	<b>6</b>
1.1. Hasta ve Hastalık Kavramlarının Tanımı .....	6
1.2. Hastalık Çeşitleri .....	9
1.2.1. Fiziksel Hastalıklar .....	9
1.2.1.1. Cüzzam.....	11
1.2.1.2. Veba .....	15
1.2.1.3.Kuduz .....	18
1.2.1.4. Humma.....	20
1.2.1.5. Sara.....	21
1.2.2. Ruhsal Olumsuzluklar.....	22
1.2.2.1. Korku .....	24
1.2.2.2. Öfke.....	25
1.2.2.3. Nefret.....	31
1.2.2.4. Haset.....	33
1.2.2.5. Kıskançlık .....	35
1.2.2.6. Kibir .....	36
1.2.2.7. Üzüntü .....	37
1.2.2.8. Yaşlılık .....	38
1.3. Hastaya Karşı Sosyal ve Ahlaki Sorumluluklar .....	44
1.3.1. Hasta Ziyaretinin Önemi.....	44
1.3.2. Hasta Ziyaretinde Dikkat Edilmesi Gereken Hususlar .....	49
1.3.3. Hastaya ve Hastalığa Karşı Gösterilmesi Gereken Davranışlar .....	54
1.4. Hasta Hakları .....	56

<b>BÖLÜM 2: HADİSLERDE TEDAVİNİN ÖNEMİ VE TEDAVİ YOLLARI .....</b>	<b>63</b>
2.1. Hastalıkta Tedavinin Önemi.....	63
2.2. Koruyucu Hekimlik .....	68
2.2.1. Temizliğe Dikkat Etmek.....	68
2.2.1.1. Bedenin Temizliğini Sağlamak .....	68
2.2.1.2. Ellerin Temizliğini Sağlamak .....	70
2.2.1.3. Ağız ve Diş Temizliğini Sağlamak .....	71
2.2.1.4. Çevre Temizliğini Sağlamak.....	72
2.2.2. Beslenmeye Dikkat Etmek.....	74
2.2.3. Dengeli Beslenmeye Dikkat Etmek .....	83
2.2.4. Perhiz Yapmak.....	84
2.2.5. Giyim-Kuşama Dikkat Etmek .....	85
2.2.6. Mesken Seçimine Dikkat Etmek.....	86
2.2.7. Uyku.....	88
2.2.8. Bulaşıcı Hastalıklarla Savaş.....	91
2.2.9. Spor Yapmak .....	92
2.2.10. Güzel Koku Sürünmek.....	94
2.2.11. Dinlenmeye Vakit Ayırmak.....	94
2.3. Hadislerde Geçen Tedavi Yolları .....	95
2.3.1. Fiziksel Tedavi Yolları .....	95
2.3.1.1. Hastalığa Karşı Perhiz Yapmak .....	95
2.3.1.2. Kan Aldırmak (Hacamat).....	97
2.3.1.3. Ateşli Hastalıkları Su İle Serinletme.....	99
2.3.1.4. Haram Madde ile Tedâvi.....	99
2.3.1.5. Yarayı Dağlama ile Tedavi .....	100
2.3.1.6. Karantina .....	100
2.3.1.7. Rukye (nefes etmek) ile Tedavi .....	101
2.3.1.8. İlâçla Tedâvi.....	102
2.3.2. Ruhsal Tedavi Yolları .....	106
2.3.2.1. İnanç ve İbadetler .....	106
2.3.2.2. Zikir.....	112
2.3.2.3. Kuran-ı Kerim Okumak .....	116

2.3.2.4. Dua .....	118
2.3.2.5. Sabır .....	126
2.3.2.6. Rukye .....	129
2.3.2.7. Mûsiki .....	132
2.4. Hastalığın Manevi Kazanımları.....	134
<b>SONUÇ.....</b>	<b>137</b>
<b>KAYNAKLAR .....</b>	<b>139</b>
<b>ÖZGEÇMİŞ.....</b>	<b>143</b>

## KISALTMALAR

<b>a.s.</b>	: Aleyhi's-selam
<b>b.</b>	: Bin, İbn
<b>çev.</b>	: Çevirmen
<b><i>DİA</i></b>	: Diyanet İslam Ansiklopedisi
<b><i>DSÖ.</i></b>	: Dünya Sağlık Örgütü
<b>Hz.</b>	: Hazreti
<b>İ.Ö.</b>	: İsa'dan Önce
<b>nşr.</b>	: Neşreden
<b>r.a.</b>	: Radıyallahu anh
<b>s.</b>	: Sayfa
<b>s.a.s.</b>	: Sallallahu aleyhi ve sellem
<b>trc.</b>	: Tercüme eden
<b>vb.</b>	: Ve benzeri
<b>vs.</b>	: Ve saire



<b>Tezin Başlığı:</b> Hadislerde Hasta ve Hastalık	
<b>Tezin Yazarı:</b> Gülşen EREN	<b>Danışman:</b> Doç. Dr. Mehmet ÖZŞENEL
<b>Kabul Tarihi:</b> 11.02.2010	<b>Sayfa Sayısı:</b> vi (ön kısım) + 143 (tez)
<b>Anabilimdalı:</b> Temel İslam Bilimleri	<b>Bilimdalı:</b> Hadis
<p>Bu tezde hastalık kavramının tanımı, hadislerde geçen fiziksel ve ruhsal hastalıkların ne olduğu ve bu hastalıklara karşı nasıl tedbirler alınması gerektiği, tedavinin önemi ve tedavi yollarının neler olduğu ve sosyal bir yönü olan hasta ziyaretinin önemi, hasta ziyaretinde dikkat edilmesi gereken hususların neler olduğu üzerinde durulmuş ve hasta haklarından bahsedilmiştir.</p> <p>Hz. Peygamber'in hastalığa karşı aldığı tedbirlerin en önemlisi koruyucu hekimliktir. Kişi hasta olmadan önce kendisini korumasını bilmelidir. Hasta olmamaya dikkat etmelidir. Hz. Peygamber bu konuda bazı tedbir mahiyetinde kurallar ortaya koymuştur. Hasta olduktan sonra da kişinin hastalık durumuna göre maddi ve manevi tedavi yollarına başvurmalıdır. İslam Dini'nde tedavi önemlidir. Fiziksel rahatsızlığı olan bir kişi Hz. Peygamber'in tavsiye ettiği ilaçla tedavi metotlarını uygulamalı, doktora gitmelidir. Ayrıca Hz. Peygamber'e göre işin uzmanı bir doktora gitmeli ve doğru ilacı kullanmalıdır. Ruhsal hastalığı olan bir kişi de manevi tedavi metotlarına başvurmalıdır. Dua, sabır, zikir, Kur'an okumak, ibadet yapmak ve rukye(okuyarak) bu tedavi yollarından bazılarıdır.</p> <p>Tezde hadisler çerçevesinde sosyal bir yönü olan hasta ziyareti üzerinde durulmuştur. Hasta ziyareti bir Müslüman'ın diğer Müslüman üzerindeki hakkıdır. Hasta ziyareti insanlar arasındaki bağın kuvvetlenmesinde önemli bir yere sahiptir. Hz. Peygamber'in hasta ziyaretine giderken dikkat ettiği ve ashabına tavsiye ettiği bir takım tavır ve davranışlar mevcuttur. Günümüz insanı da bu kurallara uyarak hasta ziyaretinde bulunursa hem sünnet olan bir davranışı yerine getirmiş olur, hem de adap kurallarına uygun davranmış olur. Hadisler ve günümüz çerçevesinde hasta haklarının neler olduğu tespit edilip hastalara bir takım haklarının olduğu hatırlatılmıştır.</p>	
<b>Anahtar Kelimeler:</b> Hadis, hasta, hastalık, tedavi, hasta ziyareti.	

<b>Thesis headline :</b> Patient and Disease mentioned in hadiths	
<b>Thesis Author:</b> Gülsen EREN	<b>Adviser:</b> Assoc. Prof. Dr. Mehmet ÖZŞENEL
<b>Acceptance date:</b> 11.02.2010	<b>Page Number :</b> vi (pre text) + 143 (main body)
<b>Main Department:</b> Fundamental Islamic Sciences	<b>Department:</b> Hadith
<p>This thesis includes subjects concerning definition of disease concept, definition of physical and psychological diseases explained in hadiths and the precautions that must be applied against diseases, importance of curing and medical treatment methods and importance of patient visits that have a social aspect, the subjects that must be kept during patient visits. Also it was mentioned about patient's rights.</p> <p>Prophet Muhammed's most important precaution against diseases is preventive medicine. Person must know preventive methods before actually become ill. Precautions preventing diseases must be taken. Prophet Muhammed proved some preventive rules related to this issue. After becoming ill, person must take some material and spiritual supports in order to cure illness. Cure is important in Islam religion. People that have physical illness must apply medicine curing methods mentioned by Prophet Muhammed and must take help from a doctor. Besides according to Prophet Muhammed must look for help from doctor specialists and take correct medicines. The persons who have psychological illness must apply spiritual curing methods. Some of these are praying, patience, allusion, reading Holy Koran and reading praying.</p> <p>In thesis it was mentioned about importance of patient visits that have a social aspect. Patient visits are the right of a Muslim over other Muslims. Patient visits have important place in tightening of connection between people. Prophet Muhammed paid attention and recommended to his friends some behaviors during patient visits. Nowadays people as obeying to mentioned rules during visiting patients could perform a circumcision behavior and besides will fulfill an ethical rule. Hadiths and according nowadays acceptances patient rights were determined and reminded to the patients that they have some rights.</p>	
<b>Key words:</b> Hadith, patient, disease, cure, patient visit	

# GİRİŞ

## Çalışmanın Konusu, Yöntemi ve Kaynakları

Bu çalışmada hadislere göre hastalık ve tedavi yolları konusu açıklanmaya çalışılmıştır. Gerek Kuran-ı Kerim’de gerekse sahih hadislerde insanın ruh ve bedenden meydana geldiğine dikkat çekilir. Buna bağlı olarak hastalıklarda maddi ve manevi olmak üzere iki çeşittir. Ayet ve hadislerde bu hastalıkların sebep ve sonuçları üzerinde durulur. Özellikle bu tezde tıbb-ı nebevi çerçevesinde konu ele alınmaya çalışılmıştır. Hz. Peygamber’in tıpla alakalı görüşleri ve uygulamalarının hepsine tıbb-ı nebevi denir. Tıbb-ı nebevinin temelinde sağlam bilgiler ve doğru esaslar vardır. Her konuda olduğu gibi tıp konusunda da batıl inanış ve hurafelere karşı ciddi biçimde karşı konulmuştur. Tıbb-ı nebevi çerçevesinde koruyucu hekimlik ve tıpla ilgili Hz. Peygamber’in tavsiyeleri, bulaşıcı hastalıkların salgın halinde olduğu yere girmemek ve bu yerlerden dışarı çıkmamak, vücut temizliği başta olmak üzere, yiyecek, içeceklerin ve çevrenin temizliğine önem vermek, yiyecek ve içeceklerde itidalli hareket etmek, zararlı yiyecek ve içecekleri yiyip içmemek gibi temel konuların yanında hastalık anında işinin uzmanı bir hekime başvurmak, cahil hekimlerden uzak durmak, hastalığın tedavisine gayret etmek, hasta olanları ziyaret etmek ve hasta hakları gibi konular üzerinde durulmuştur.

Bu tezin hazırlanmasında kullanılan yöntemler anlama, açıklama ve yorumlama metodudur. Bu metotlar kullanılarak o dönemle günümüz arasında bir bağlantı kurulmaya çalışılmıştır. Konuyu izah ederken ayet ve hadisler temel alınmıştır. Özellikle *Kütüb-i Tis*’a diye isimlendirilen dokuz temel hadis kaynağı ( Buhari ve Müslim’in *Sahih* adlı eserleri, Tirmizi, Ebu Davud, Nesai, İbn Mace ve Darimi’nin *Sünen* isimli eserleri, Malik’in *Muvatta*, ve Ahmed b. Hanbel’in *Müsned*’i) esas alınmıştır. Çalışmada hastalık konusu, hem tıp açısından hem de inanç açısından değerlendirilmiştir. Konuyla ilgili hadisler tespit edildikten sonra bir bütünlük içinde işlenmiş, hadislerin anlaşılmasında ilgili şerhlere müracaat olunmuştur. Ayrıca tezde yer verilen ayetlerin meallerinde Suat Yıldırım hocanın “*Kuran-ı Hâkim’in açıklanmalı Meali*” eserinden faydalanılmıştır.

Tezin temel araştırma alanını Tıbb-ı Nebevi adı verilen Hz. Peygamber’in tıbbi tavsiye ve tedavi önerileri teşkil etmektedir. Hz. Peygamber (s.a.s.)’in sağlık politikası ve

konuya verdiği önem, İslâm toplumunda tıbbın gelişmesinin en önemli etkeni olmuştur. İslam'da tıp konusu en geniş araştırma alanlarından birini teşkil etmektedir. Hz. Peygamber'in tıp konusunda gösterdiği hassasiyet birçok âlimin dikkatini çekmiş ve bu konuda araştırma yapmalarına vesile olmuştur. Özellikle hadis alimleri bu konudaki rivayetleri toplayıp tasnif etmeye özel bir gayret göstermişlerdir. Onlar, bu konudaki rivayetleri toplayıp tasnif etmeye özel bir gayret göstermişlerdir. Kütüb-i Sitte olarak bilinen altı meşhur hadis kitabının müellifleri arasında Tıbb-ı Nebevî'ye müstakil kitap veya bablar ayıranlar vardır. Buhârî, meşhur eserinde "*Kitâbu't-tıb*" ve "*Kitabu'l-merdâ*" başlığı altında iki müstakil bölüm meydana getirmiştir. Ebu Dâvud "*Kitabu't-tıb*"ı ayrıca teşekkül ettirmiştir. Tirmizî, aynı zamanda *Camî'* olarak adlandırılan eserinde tıp bölümüne yer vermiştir. İbn Mace de eserinde tıp konularından bahsetmiştir. İmam Müslim ve Nesâî gibi müellifler, tıp konusuna müstakil bir kitap veya bâb ayırmamışlarsa da, tıpla ilgili hadislere çeşitli vesilelerle yer vermişlerdir. Yine ilk dönem eserlerinden olan müsnedlerde tıp ile ilgili rivayetler -bu eserlerin karakteri icabı- dağınık bir şekilde yer almaktadır. Meselâ, Ebu Dâvud Tayalisi (204/819)'nin *Müsned*'inin müretteb şeklinde tıp kitabı müstakil bir bölüm halindedir. Ahmed b.Hanbel (240/854)'in *Müsned*'i de pek çok tıbbî hadis ihtiva eder. Kütüb-i-Sitte öncesi dönemin eserlerinden olan İmam Malik (179/795)'in *Muvatta*'ı ve Abdurrezzak b.Hemmam (210/825)'in *Musannef*'inde tıbbî konuları ihtiva eden pek çok hadis ile dağınık da olsa ilgili bablara rastlama imkânına sahibiz. Daha sonraki dönemlerde meydana getirilen hadis kitaplarında da tıp konusunun ihmal edilmediğini görmekteyiz. Bagavî (516/1122)'nin *Şerhus-Sünne*'sinde Kitabu't-tıp müstakil bir bölüm halindedir. İbnu'l-Esîr (606/1209), hacimli eseri *Câmi'u'l-Usul*'de Kitabu't-tıba yer vermiştir. Heysemî (807/1404)'nin *Mecmau'z-zevâid*'inde, Kitabu't-tıp yer almaktadır. Yine bir zevâid kitabı olan İbn Hacer Askalânî (852/1448)'nin *el-Metâlibu'l-âliye* isimli eserinde Kitabu't-tıp müstakil bir yer tutar. Nihayet, daha da muahhar bir dönemin eseri olan *Kenzu'l-l Ummâl*'de, Kitabu't-tıba ayrılan bölümlerde müellif 508 hadisi bir araya getirmiş bulunmaktadır. Hacimli hadis kitaplarında yer alan Tıbb-ı Nebevî ile ilgili bölümlerin dışında, müstakil olarak meydana getirilmiş eserler de vardır. Umumiyetle Tıbb-ı Nebevî adını taşıyan bu eserlerin meydana getirilmeye başlanıldığı dönem, erken bir devreye rastlamaktadır. En eski Tıbb-ı Nebevî kitabı, 120/737 senesinde vefat eden Abdülmelik b.Habîb tarafından meydana getirilmiştir. Tespit edilebilen diğer Tıbbî

Nebevî eserlerine, kronolojik sıraya göre ve ayrıntılara girmeden şu şekilde sıralanabilir:

- 1-Ebul Kasım b.Habîb en-Neysâbûrî (245/860): *et-Tıbbu'n-Nebevî*.
- 2-İbnus-Sünnî, Ahmed b.Muhammed ed-Dîneverî (364/975): *et-Tıbbun Nebevî*.
- 3-Muhammed b.Hassan el-harrânî (369/975): *Kitâbut-tabîb fi'l-hâdis*.
- 4.Ebu Nu'aym el-İsfehânî (430/1038): *et-Tıbbi'un-Nebevî*.
- 5-Ebul-Abbas Ca'fer b.Muhammed el-Müstağfirî (432/1040): *et-Tıbbu'n-Nebevî*.
- 6-Ziyâu'd-Dîn Ebû Abdillâh el-Makdisî (643/1245) : *et-Tıbbun-Nebevî*.
- 7-Alî b.Abdi'l-Kerîm b.Tarhân el-Hamevî (720/1320): *el-Ahkâmu'n-Nebeviyye fi's-sanâati't-tıbbiyye*.
- 8-Ebu Abdillâh Muhammed b.Ahmed ez-Zehebî (748/1347): *et-Tıbbu'n-Nebevî*.
- 9-İbni'l-Kayyim el-Cevziyye (751/1350) : *et-Tıbbu'n-Nebevî*.
- 10-Ebu'l-Hasan Alî es-Safedî (759/1358) : *et-Tıbbu'n-Nebevî*.
- 11-Mehdî b.Alî el-Yemenî (815/1412): *er-Rahme fi't-Tıb ve'l-hikme*.
- 12-Muhammed b. Abdirrahman es-Sehâvî (902/1496): *es-Seyru'l-kavî fit-tıbbi'n-Nebevî*.
- 13-Celâlü'd-Dîn Abdurrahman b.Ebî Bekr es-Süyûtî (911/1505): *el-Menhecu's-sevî ve'l-menhelür-ravî fi't-tıbbi'n-Nebevî*.
- 14-Hayruddîn Hızır b. Muhammed el-Atûfi (948/1541): *Ravdu'l-insân fi tedâbiri sıhhati'l-ebdân*.
- 15-Şihâbuddin Ahmed b. Ahmed b.Selâme (1070/1659): *el-Mesâbihu's-seniyye fi tıbbi hayri'l-beriyye*.

16-Muhammed Bedru'd-Dîn Kaysûnîzâde (1020/1611) : *et-Tibbu'n-Nebevî*.

17-Abdûlmelik b.Habîb (?): *et-Tibbun-Nebevî*.

18-Abdulvezir el-Ebharî (?): *et-Tibbu'n-Nebevî*.

19-Osmanzûdc??? Tâib Ahmed (1136/1723) : *Sihhatâbâd*.

20-Maraşizâde Ahmed Kuddûsî (1265/1848): *Muhtasar Tıbb-ı Nebevî*.

21-Dr.Hüseyin Remzî (1896): *Tıbb-ı Nebevî*.

22-Milaslı İsmail Hakkı, *Tıbb-ı Nebevî*.

23-Dr. Nebîl et-Tavîl, *Ehâdis fi's sıhha*.<sup>1</sup>

Bu konuda yukarıdaki tıbb-ı nebeviyle alakalı değerlendirme ve tespitlerini naklettiğimiz Prof. Dr. Raşit Küçük'ün “*Tıbbî Nebevî Literatürü*” üzerine yazmış olduğu makalesi konuya ilişkin kuşatıcı tespitler içermektedir. Yine Doç. Dr. Ayhan Tekineş'in ‘*Tıbbî Nebevî’de Tıbbî Etik*’ adlı makalesi de konunun ahlaki boyutunu ele almaktadır. Ayrıca Sakarya Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü’nde İsmail Kurt tarafından hazırlanan “*Hadislerde Veba ve Korunma Yolları -Bezli’l-Ma’un adlı eser çerçevesinde-*” isimli yüksek lisans tezinde de hastalıkla alakalı özel bir konu ayrıntılı bir şekilde incelenmiştir. “Hadislerde Hastalık ve Tedavi Yolları” adlı bu tezde de çalışmalardan istifade etmekle birlikte yukarıda zikredilen kaynaklar çerçevesinde genel olarak hadisler değerlendirilip tahlil edilmiştir. Ayrıca hadisler ışığında hastaya karşı sosyal sorumluluklar ve hasta hakları konusunda da bir takım tespitler yapılmaya çalışılmıştır.

### **Çalışmanın Amacı**

İslam tıbbının temelini oluşturan yapı, sıhhatli insan ve sıhhatli toplumdur. Ruh ve beden açısından sağlıklı insanlardan oluşan bir toplum İslam’ın hedeflerinin başında gelir. Bu tezin temel amaçlarından birisi, tüm tedbirlere rağmen hastalık kaçınılmaz bir hale geldiğinde, uygun tedavi yollarının ne olduğunu ve şifa çarelerini aramak gerektiğini izah etmektir. Hz. Peygamber’in bizzat kendisinin tedaviye nasıl baktığını,

---

<sup>1</sup> Küçük, “*Tıbbî Nebevî Literatürü Üzerine Bir Deneme*”, s. 6,7.

hem kendisine uyguladığı hem de tavsiye ettiği tedavi yollarının neler olduğunu, hadisler çerçevesinde hastalık kavramını, fiziksel ve ruhsal hastalıklarla bunların neler olduğunu belirlemeye çalışmaktır. Burada tıbb-ı nebevide her hastalığın bir çaresinin olduğunu hatırlatarak muhatapları tıbbi araştırmalara teşvik amaçlanmıştır. Ayrıca tedavi yollarını araştırmaya da teşvik vardır. Kişinin tüm maddi ve manevi çarelere başvurduktan sonra şifa bulamaması neticesinde sabretmesi gerektiğini, ruhi bir tatmin için bunun önemli olduğunu ortaya koymak amaçlanmıştır. Ayrıca sosyal açıdan hasta ziyaretinin mahiyeti ve hadislere göre hasta ziyaretinde dikkat edilmesi gereken hususların tespiti de amaçlanmıştır. Yine hasta hakları kavramı üzerinde durulmuş, Hz. Peygamber döneminde var olan hasta haklarıyla günümüzdeki hasta haklarının karşılaştırılması yapılarak iki dönem arasındaki benzerlik ve farklılıkları tespit edilmeye çalışılmıştır.

### **Çalışmanın Önemi**

Konu hakkında temel hadis kaynaklarında yer alan tıbb-ı nebevi rivayetleri yanında, tıbb-ı nebeviye dair müstakil eserler de bulunduğu yukarıda işaret edilmişti. Bu tezde, gerek kaynaklardaki rivayetler, gerek müstakil eserlerdeki hadisler ve gerekse modern çalışmalardaki bilgiler değerlendirilip tasnif edilmiş, ayrıca yeni gündeme gelen konulardan hasta hakları üzerinde durulmuştur. Bu çerçevede günümüz hasta haklarıyla Hz. Peygamber dönemindeki hasta haklarının bir karşılaştırması yapılmıştır. Ayrıca Hz. Peygamber'in hadislerinde hastalığa ve hastalığın tedavi yollarına bakışın belirlenmesi günümüz insanına bu mesajların iletilmesi açısından önem arz etmektedir.

# BÖLÜM 1: HADİSLERDE HASTALIK VE HASTAYA KARŞI SORUMLULUKLAR

## 1.1. Hasta ve Hastalık Kavramlarının Tanımı

Hasta, bir hastalığa yakalanmış, sağlığı bozulmuş canlı varlığa denir.<sup>2</sup> Hastalık ise canlılarda normal fizyolojik ya da ruhsal yapıyı, işlevi ve dengeyi değiştiren ya da engelleyen ve çeşitli belirtilerle ortaya çıkan bozukluktur. Hastalık vücuda canlı(örneğin mikroorganizmalar) ya da cansız(örneğin toksinler) bir dış etkenin girmesiyle veya canlıda var olan bir yapı ya da metabolizma bozukluğu ile başlayabilir.<sup>3</sup> İslam'a göre hastalık, Kuran'da ifade edildiği şekliyle, haber verilen imtihan şartlarından biridir.<sup>4</sup> Yani insan diğer birçok musibet gibi hastalıkla da imtihan olabilir. Müslümanın hastalık anlayışını tanımlamak üzere Yüce Allah bir ayetinde “Başınıza gelen musibet, işlediğiniz günahlar (ihmal ve kusurlarınız) sebebiyledir, hatta Allah günahlarınızın çoğunu da affeder”<sup>5</sup> buyurmuştur. Bu ifade tıbb-ı nebevi açısından önem taşır. Zira kişi bu inançla, hasta olmamanın ön tedbirlerini alacaktır.<sup>6</sup>

Hastalık insanın beden ve ruh sağlığını bozan bir durumdur. Tedavisi ise bu halin giderilmesidir. Hastanın yeniden sıhate kavuşması için maddi-manevi her türlü çareye başvurmastır. Hastalıkla mücadele ve gerekli tedavi yollarını arama hem insanın tabii yapısının gereği hem de dinin emir ve tavsiyesidir.<sup>7</sup> Hz. Peygamber: “Allah hem derdi hem de devayı göndermiş, her hastalığa bir çare yaratmıştır. Tedavi olun, ancak tedavide haramı kullanmayın”<sup>8</sup> buyurmuştur.

Müslümanların hekimlik ve hasta iyileştirilmesine önem vermelerinin sebebi Hz. Peygamber'in tıp ilmine verdiği önemdir. Hz. Peygamber bu konu üzerinde hassasiyetle durmuştur. Kendisine başvuran hastalar için birçok tedavi, çare ve reçeteleri tertip edip göstermiştir. Hz. Peygamber tedavi olunurken doktorların en bilgisini seçmek konusunda da çok hassas davranmıştır. Bir adam peygamber zamanında yaralandı.

<sup>2</sup> “Hasta” *Büyük Larousse*, X, 5072.

<sup>3</sup> “Hastalık” *AnaBritannica* X, 447.

<sup>4</sup> Bakara, 2/155.

<sup>5</sup> Şûra 42/30.

<sup>6</sup> Canan, *Kütüb-i Sitte*, XI, 129.

<sup>7</sup> Heyet, *Türk Diyanet Vakfı İslam İlmihali*, II, 164.

<sup>8</sup> Ebu Davud, Tıb, 11.



Adamın biri de Enmar kabilesinden iki kişiyi çağırdı, bunlar yaralıya baktılar. Hz. Peygamber bu adamlara:

“Hanginiz tıpta maharetlisiniz?” dedi. Onlarda peygamberimize:

“Tıpta da hayır var mıdır? Ey Allah’ın elçisi!” dediler. Bunun üzerine Hz Peygamber onlara:

“Derdi gönderen dermanını gönderdi”<sup>9</sup> buyurdular.

Bu hadiste, kendi konusunda uzman olan kişilerden faydalanmak gerektiğine işaret vardır. En mahir demek, tedaviyi işinde en iyi olana, en becerikli olana yaptıracağını manasındadır. Derdi veren dermanını da göndermek Allah’ın Rab’liğinin bir göstergesidir. Kullarının başlarına hastalık verip de, hastalıklara katlanmalarını kolaylaştıran ilaçları yaratarak onlara yardım etmesi ve bu işi gerçekleştirecek tıp ilmini insanlara öğreterek bunu gerçekleştirmesi hikmetinin bir gereğidir. Allah verdiği belaya karşılık bir çözüm yolu da vermiştir. İnsana düşen bu yolu arayıp bulmaktır.<sup>10</sup>

Sahte doktorların açtıkları zararları ödemeleri konusunda öyle buyurur:

“Daha önce tabiplik yaptığı bilinmeyen bir kimse tabiplik yaparsa açtığı zararları ödemesi gerekir.”<sup>11</sup>

Dinimizin emri, bilgisi olmayan doktorun neden olacağı zararları ödemesi gerektiğidir. Hastaya hiçbir şey bilmediği halde biliyormuş gibi yapıp yaklaşan kişi hastanın hakkına tecavüz etmiş sayılacağından cezasını görmelidir. Verdiği zararları ödemesi gerekir.<sup>12</sup>

Askeri seferler esnasında Hz. Peygamber’in askeri karargâhında her zaman kadın hastabakıcılar bulunuyordu. Bizzat Medine’de bile bu konuda sık sık Rufeyde’nin çadırından bahsedilmektedir. Hatta bu çadırın Medine’de büyük camide de kurulduğu olmuş ve buraya yaralılar nakledilmişlerdir. Rufeyde sıradan bir hastabakıcı kadın değil, yaralıları tedavi eder ve gönüllü olarak, hasta düşmüş bütün Müslümanların hizmetine koşardı. Hz. Peygamber’in bu uygulamalarını kendisinden sonrada ashabı devam ettirmiştir. Hz. Ömer, Kadisiye medyan savaşı sırasında, İslam ordusunun tıbbi

---

<sup>9</sup> Muvatta, Ayn, 12.

<sup>10</sup> İbn Kayyim el- Cevziyye, *et-Tıbbu ’un-Nebevi*, s. 170, 171, 173.

<sup>11</sup> Ebû Dâvûd, Diyet, 23.

<sup>12</sup> İbn Kayyim el- Cevziyye, *et-Tıbbu ’un-Nebevi*, s. 177.

ihtiyaçlarını karışlamak üzere, orduyla birlikte birçok da doktor göndermiş bulunuyordu.<sup>13</sup>

Hastalığın maddi ve manevi birçok sebebi bulunabildiği gibi buna paralel olarak maddi, ruhi ve manevi birçok tedavi yöntemi vardır. Modern bilimin ilerlemesiyle yeni tedavi imkân ve usulleri de ortaya çıkmaktadır.<sup>14</sup> Her dönemde olduğu gibi Hz. Peygamber döneminde de çeşitli hastalıklar ortaya çıkmıştır. Hadislerde geçen o dönemdeki bazı hastalıklar şunlardır:

Bars: Deri üzerinde görülen beyaz lekelerden ibaret bir nevi deri hastalığıdır. (Beyaz Cüzam)

Batn: Mide hastalığıdır.

Cüzam: Parmakların döküldüğu cüzam hastalığıdır. (Kara Cüzam)

Cudri: Çiçek hastalığıdır.

Cünun: Akıl Hastalığıdır.

Zat'ül-cenb: Akciğer iltihabıdır.

Şakika: Yarım başağrısı.

Hasaba: Kızamık hastalığıdır.

Humma: Ateşli hastalıktır.

Meşi: İshal hastalığıdır.

Remd: Göz apaklanması.

Suda': Başağrısı.

'Udre: Yumurtalıkların yanması.

Uzra: Boğaz ağrısı.

Vebe: Bulaşıcı ve öldürücü bir hastalıktır.

---

<sup>13</sup>Hamidullah, *İslam Peygamberi*, II, 808, 812.

<sup>14</sup>Heyet, *Türk Diyanet Vakfı İslam İlmihali*, II, 164.

Kuduz: Köpekler tarafından ısırılarak insan veya başka canlılara geçen bulaşıcı ve öldürücü bir hastalıktır.

Yine hadis kitaplarında tıpta ilaç olarak kullanılan çok sayıda ot isimleri zikredilmektedir. Ayrıca bu ilaçların nasıl alınması gerektiğini de gösterilmektedir. Boğazdan, burundan v.s. gibi. Usulüne uygun olarak tedavi maksadıyla, Kuran'dan ayet ve surelerin okunmasının meşruluğu da Hz. Peygamber'den naklen gelen hadislerde gösterilmiş bulunmaktadır. Kuran tilavetinin inanan kimse üzerinde en azından ruhi-manevi bir yumuşama şeklinde bir tesir ortaya çıkardığı inkâr edilemez.<sup>15</sup> Hastalıkları fiziksel ve ruhsal hastalıklar olarak iki kısma ayırmak mümkündür.

## **1.2. Hastalık Çeşitleri**

### **1.2.1. Fiziksel Hastalıklar**

Burada fiziksel hastalıklardan hadislerde geçen özellikle bulaşıcı hastalık olarak isimlendirilen hastalık türleri ve korunma yolları tetkik edilecektir. Yukarıda zikredilen hastalık türlerinin hepsine burada değinilmeyecektir. Çünkü bu hastalıklar arasında hadislerde en fazla üzerinde durulan fiziksel hastalıklar cüzam, veba, humma ve kuduz gibi bulaşıcı hastalıklardır. Diğer hastalık türlerine de Hz. Peygamber'in tedavi yöntemleri çerçevesinde ele alınmış olup yeri geldiğinde belirtilmiştir. Konuya bulaşmanın ne demek olduğu ve hangi şekillerde bulaşmanın olabileceği izah edilerek başlanacaktır.

Bulaşma, bulaşıcı hastalık etkenlerinin, kaynaklarından bir takım vasıtalarla istidatlı canlılara taşınmasına denir. İnsanların öksürme, hapşırma, bağırma ve hatta konuşmaları sırasında bir metre kadar uzağa saçtıkları mikroplar, hava yoluyla çeşitli yerlere taşınır ve bu havanın solunmasıyla da birçok hastalık insana bulaşır. Hastalığın bulaşmasında ellerin önemi çok büyüktür. Eller ve parmaklar, hastalık etkenli insanların ve hayvanların vücuduna, çıkartı ve salgılarına veya bunlarla temasa gelen maddelere değerek pislenir ve sonra yine o insana veya onun çocuğuna yahut başkalarına veya temiz eşyaya ve besinlere mikrop getirir. Eller ne kadar sık yıkanır, o kadar az

---

<sup>15</sup> Hamidullah, *İslam Peygamberi*, II, 810, 811.

tehlikeli olurlar Hastalık insandan insana bulaştığı gibi hayvanlardan da insanlara bulaşabilir.<sup>16</sup>

Bulaşıcı hastalıklar için İslam bazı kaideler ortaya koymuştur. Doktorların bulaşıcı hastalık dedikleri hastalığın karşısında Müslüman'ın gerekli uyarıları dikkate alması dinin bir gereğidir. Hastalığın bulaşması konusunda Hz. Peygamber birçok tedbir almıştır. Aksırdığı zaman ağzını kapayarak sesini kısıtığını, tuvalete gittiği zaman su kabını götürüp su ile temizlendiğini; dışkı, idrar, kan, irin gibi şeyleri pis saydığını görüyoruz.<sup>17</sup>

Ayrıca Hz. Peygamber bulaşıcı hastalıktan korunmak için hasta kişilerden uzak durulması, karantina gibi tedbirleri tavsiye etmiştir. Bununla birlikte her şeyin Allah'ın takdirine bağlı olduğunu da beyan etmiştir. Diğer taraftan bulaşıcı hastalıklardan korunmak için yiyecek ve içeceklerin temizliğine dikkat etmek gerekir. Bu konuda Kuran-ı Kerim'de açık hüküm bulunmaktadır: “Ey iman edenler! Size kısmet ettiğimiz rızıkların temiz ve helâlinden yiyiniz!”<sup>18</sup>

İnsanlar bulaşıcı hastalıklarla bütün tarih boyunca uğraşmışlardır ve son yıllarda bu savaşlar parlak başarılarla ulaşılmıştır. Bu sayededir ki, orduları perişan etmiş olan lekeli humma, on dördüncü yüzyılın ortalarında Avrupa nüfusunun dörtte birini öldüren veba önemsizleşmiştir. Bulaşıcı hastalıklardan korunma devlet eliyle idare edilir fakat buna herkesin yardım etmesi ve bunun için de her insanın bulaşıcı hastalıklardan korunma tedbirlerini öğrenmesi gerekir. Bulaşıcı hastalıklara karşı alınacak tedbirleri şu şekilde sıralayabiliriz:

Mikropları kaynaklarında yok etmek ve etrafa yayılmalarını önlemek.

Etrafa yayılmış olan hastalık yapıcı mikropları tehlikesiz hale getirmek için çevrenin sağlığa uygun duruma getirilmesi.

Sağlam insanların kendilerini gerek ilaçlarla gerekse bağışıklama ile korumaya çalışmasıdır.<sup>19</sup>

---

<sup>16</sup> Unat, Ekrem Kadri, *Bulaşıcı Hastalıklarla Savaş ve İslam Dini*, s. 13–16.

<sup>17</sup> Denizkuşları, *Kuran-ı Kerim ve Hadislerde Tıp*, s. 83.

<sup>18</sup> Bakara, 2/ 172.

<sup>19</sup> Unat, *Bulaşıcı Hastalıklarla Savaş*, s. 23.

Hastalandırıcı mikroplar insan vücuduna, ağız yoluyla, burun ve ağızdan da sindirim yoluna girdikleri gibi deri ve zarlardan da bulaşabilirler. Mikroplu maddelerin deriye değmesiyle yılançık, cüzam, uyuz gibi hastalıklar ortaya çıkmaktadır. Hayvan ısırıkları da kuduz gibi bazı hastalıkların bulaşmasına sebep olur.<sup>20</sup> Aşağıda hadislerde geçen bulaşıcı hastalık türlerinden bazıları incelenecektir:

#### **1.2.1.1. Cüzam**

Diğer ismiyle Lepra, Hansen basili adı verilen bir mikroorganizmanın yol açtığı, çevresel sinir sistemi ve deri başta olmak üzere birçok sistem ve organı etkileyebilen, bulaşıcı bir hastalıktır. Hastalık eski dönemlerde miskin hastalığı olarak da adlandırılmıştır. Cüzam hastalığının kesin olarak ne zaman ortaya çıktığı bilinmemekle beraber hastalığın tanısıyla alakalı ilk yazılı kayıtlar M.Ö. 600'lü yıllara aittir. Çin, Mısır, Hint, Eski Yunan ve Arapların bu hastalığı tanıdıkları düşünülmektedir. Bazı kaynaklar cüzamın Avrupa'ya Hindistan'dan Büyük İskender'in ordusunun askerleri ile bazıları da Roma askerleri tarafından taşındığını öne sürerler.<sup>21</sup>

Lepra hastalığını yapan basile karşı insanların pek çoğunda doğal bir bağışıklık hali vardır. "Hücrel immunité" nedeniyle oluşan bu bağışıklık hali insanlara kendinden önceki soylardan gelen bir özelliktir. Bu insanlar lepra basilini almış olsalar da, vücut dirençleri basili yok edeceği için hastalık ortaya çıkmayacaktır. Bu bağışıklık halini ölmüş lepra basilleriyle yapılan Lepromin Testi (Mitsuda Testi) ile anlamak mümkündür. Ancak çok az oranda insanda bu doğal direnç hali kendinden önceki soylarından onlara geçmez. Bu kişiler daha çok lepralı hastaların yakınlarıdır. Eğer bu dirençsiz kişilerin yakın çevrelerinde (aile fertleri içinde) halen dışarıya lepra basili çıkaran tedavisiz bir lepralı hasta varsa ve bu kişiyle uzun süreli ve yakın teması olmuşsa bunun sonucu olarak damlacık yoluyla alacakları çok sayıdaki lepra basili nedeniyle hastalığa yakalanabilirler. Bulaşma genellikle aynı aile içindeki büyüklerden 10–11 yaşına kadar olan çocuklara yönelik olarak ortaya çıkmaktadır. Cüzamın bulaşma kaynağı sadece insandır. Basil, hasta vücudundan dışarıya çeşitli yara salgıları

---

<sup>20</sup> Unat, *Bulaşıcı Hastalıklarla Savaş*, s. 16.

<sup>21</sup> <http://www.cuzzam.org.tr/cuzzam.htm>, 15.07.2009. Ülkemizde cüzam sosyal hastalıklar arasında sayılmaktadır. Türkiye'de 2002 yılı rakamlarına göre 2500 cüzamlı hasta bulunmaktadır. Hastalığa Doğu ve Güneydoğu Anadolu'da daha sık rastlanmaktadır. Türkiye'deki Lepralı hastalar İstanbul Lepra Araştırma ve Uygulama Merkezi ve İstanbul Lepra Hastanesinde tedavi edilmektedir.

ve özellikle burun salgısı ile çıkar ve etrafa yayılır. İnsanlar arasındaki bulaşmanın nasıl olduğu kesin olarak bilinmemekle beraber bunun daha çok sıkı temasla olduğu ve bu temasın uzun süre devamının gerekli bulunduğu düşünülmektedir. Çocuklara anne sütü ile geçebilmektedir.<sup>22</sup>

Bu durumda cüzam hastası yakınlarının, tedavi görmemiş olan cüzamlı yakınlarından kaçması gerekiyor. Hz. Peygamber'in bu konudaki "Cüzamlıdan aslandan kaçır gibi kaçınız"<sup>23</sup> hadisini de belki bu çerçevede değerlendirmek gerekir. Cüzam bulaşması zor bir hastalık da olsa Hz. Peygamber cüzamlıdan kaçmayı, cüzamlı kimselerin sağlam kimseler arasına girmemesini emretmiştir. Yani Hz. Peygamber'in cüzamlıdan kaçın buyurması bir tedbir mahiyetindedir.

Hadiste cüzamlının aslana benzetilmesinin de bir anlamı olmalıdır. Nitekim cüzam aslan hastalığı olarak da isimlendirilmektedir. Cüzam, siyah salgının bedene tamamen yayılması sonucu meydana gelen bayağı bir hastalıktır. Organın karakterini görünüş ve şeklini bozar, son dönemlerinde organlar arasındaki iletişimi aksatır. Hatta organları yiyerek düşürür. Bu özeliğinden dolayı cüzam "aslan hastalığı" diye isimlendirilir. Bu ismin verilmesinin sebebini doktorlar şöyle açıklar:

- a- Cüzamın aslana uyan yönleri çok olduğundan,
- b- Bu hastalık, hastanın yüzüne saldırarak, hastayı aslan görünümüne soktuğu için,
- c- Cüzamlı bir kimse hastalığıyla kendisine yaklaşanı, aslanın avladığı gibi avladığından bu hastalığa aslan hastalığı adı verilmiştir.

Yukarıda ifade edildiği gibi, cüzam serpicisi ve kalıtım yoluyla geçen bir hastalıktır. Hz. Peygamber, cüzamlıdan kaçın derken, ümmetine öğüt verdiği için ümmetinin kalp ve bedenlerini kusurlu ve ayıplı hale getirecek sebeplerden uzak durmalarını istemiştir. Çünkü bedende bu hastalığı kabule gizli bir hazırlık bulunur. Bazen de bünye, kendisine yaklaşan, kendisiyle ilişkide bulunan insandan hızlıca etkilenecek, hastalığı kazanmaya kabiliyetli durumda olur. O zaman bünye hastalığı hızlıca kendisine taşır. Cüzamlı kişinin kokusu, uzun süre yanında oturup onunla konuşan kimseyi hastalandırarak kadar şiddetlenir. Kendisinde akciğer iltihabı, verem, uyuz bulunan kişi de cüzama

<sup>22</sup><http://www.cuzzam.org.tr/cuzzam.htm>, 15.07.2009.

<sup>23</sup> Müslim, Selam, 126; İbn Mace, Tıb, 44.

yakalanmaya müsaittir. Doktorlar akciğer iltihabı bulunan kişiyle cüzamlının, birlikte oturmamalarını söylerler. Bu yolla hastalığın bulaşmasını değil de kokunun değişmesini sağlamak istemişlerdir. Çünkü bu koku, uzun süre koklayanı hastalandırabilir.<sup>24</sup> Buradan Hz. Peygamber'in ümmetine yaptığı bu tavsiyenin tıbbi bir alt yapıya sahip olduğu anlaşılmaktadır.

Diğer bir hadiste de Hz. Peygamber'in aynı tavrı sergilediği görülmektedir. "Sakif (kabilesini temsilen Medine'ye gelen) heyet içinde cüzamlı bir adam vardı. Hz. Peygamber o adama şöyle haber gönderdi: (Memleketine) dön. Biz senin beyatini kabul ettik."<sup>25</sup> Hz. Peygamber'in böyle davranması muhtemelen o mecliste doğuştan cüzzama bağışıklığı olmayan insanlar bulunmasıdır. O meclise gelen cüzamlıdan oradakilere hastalık bulaşabilir endişesiyle Allah Resulü böyle buyurmuş olabilir. Bulaşıcı olan hastalıklardan her zaman kaçmak gerekir. Bir bölgede bulaşıcı hastalık çıkmış ise o bölge karantina altına alınır ki başkalarına bulaşmasın. O yüzden tedbiri alınıp takdir Allah'a bırakılmalıdır.

Nitekim Hz. Peygamber diğer bir hadisinde "Sakın hasta deveyi sağlam devenin yanına bağlamayınız"<sup>26</sup> buyurarak bulaşmaya karşı tedbir almayı tavsiye etmiştir. Birçok hayvan hastalıkları mevcuttur. Bunların içinde de bulaşıcı olanları vardır. Her yıl çiftçiler bu hastalıklardan dolayı sayısız zararlara uğrarlar. Bu konuda Hz. Peygamber'in yukarıdaki tavsiyesini dikkate almak yerinde olacaktır.<sup>27</sup>

Cüzzam Haçlı seferleri sırasında oldukça yaygın bir hal almıştır. Hastalık yaygınlaşmaya başladıkça cüzamlılar adeta lanetlenmiş kimseler olarak kabul edilip, toplumdan dışlanmışlardır. Tedavinin bilinmediği dönemlerde cüzamlılar yerleşim birimlerinden uzak yerlere hatta özel adalara sürülerek, buralarda kendi hallerinde bırakılmaktaydılar.<sup>28</sup> Oysa İslam dininde ve Hz. Peygamber'in uygulamasında cüzamlıları toplumdan tecrit etmek yoktur. Hz. Peygamber cüzzam hastalığına tutulmuş bir adamın elini tuttu, sonra kendi eliyle birlikte yemek çanağına sokup şöyle buyurdu: (Benimle beraber) ye. Ben Allah'a güvenirim ve Allah'a dayanırım.<sup>29</sup> Yine Hz. Peygamber

<sup>24</sup> İbn Kayyim el- Cevziyye, *et-Tıbbu'un-Nebevi*, s. 187- 190.

<sup>25</sup> İbn Mace, Tıb, 44.

<sup>26</sup> İbn Mace, Tıb, 43.

<sup>27</sup> Şekerci, *Kaynaklarımıza Göre İslam Terbiyesi*, s. 321.

<sup>28</sup> <http://www.bilkent.edu.tr/bilheal/ay konu/ 07.Ocak.2007/ cuzzam.html>, 15.07.2009.

<sup>29</sup> İbn Mace, Tıb, 44.

“Hastalığın (kendiliğinden) bulaşması yoktur, kuşlarda uğursuzluk yok, baykuşun ötmesinde de uğursuzluk yoktur” buyurdu. Bir bedevi ayağa kalkarak: Ya Resulallah! Sen, hastalığın bulaşması yoktur, buyurdun. Ama uyuz olan bir devenin, deve sürüsünün tamamını uyuz ettiğini gördün mü (buna ne dersin)?” dedi. Hz. Peygamber: “İşte; O (onların uyuz edilmeleri), kaderdir. (Yoksa) ilk deveyi kim uyuz etti?” buyurdu.<sup>30</sup>

Bu hadislerle yukarıda zikredilen hadisler arasında zahiren bir çelişki var gibi görünse de gerçekte bir çelişki bulunmamaktadır. Allah Resulü yukarıdaki hadislerde tedbirin güzel bir örneğini sunmuştur. Bu hadiste de her şeyi sebeplere bağlayan Allah’ın dilemesini unutan insanlara Allah’ın takdirini hatırlatmıştır. Çünkü cahiliyet devrinde bulaşıcı hastalıkların ilahi takdirin etkisi olmadan kendiliğinden bulaştığına inanılıyordu. İslam dinine göre sebeplerin etkisi zahiridir. Asıl müessir Allah’tır. Bulaşıcı hastalıkların sirayeti ancak Allah’ın kaza ve kader hükmü ile olabilir. Kâinatta hiçbir şey Allah’ın takdirinin dışında olmaz. Doğal olarak hastalığın sirayeti meselesi de kendiliğinden olamaz. Bununla beraber bulaşıcı hastalıklardan korunmak için gerekli tedbirlere başvurmaktan geri durulmamalıdır. Bu konuda da Hz. Peygamber’in hadisleri bize ışık tutmaktadır. Hz. Peygamber’in cüzamlı adamla aynı kaptan yemek yemesi ve elini tutması, bulaşıcı hastalıkların ancak Allah’ın takdiriyle bulaşabileceğinin halk tarafından bilinmesi içindir. Cüzamlıyla beraber aynı kaptan yemiştir, fakat Hz. Peygamber hastalığa yakalanmamıştır. Demek ki hastalığın bulaşması ancak Allah’ın kaza ve takdiriyledir.<sup>31</sup> Yine Hz. Peygamber’in birlikte yemek yediği cüzamlı kişinin cüzamı, başkasına bulaşmayacak şekilde az olmuş olabilir. Cüzamlının hepsi aynı derecede değildir. Hepsinden de bulaşma meydana gelmez.<sup>32</sup> Bunlar arasında hastalığını erken fark edip tedavi olan hastalığı vücudunun bir kısmında kalmış kişilerde vardır. Bunlarla görüşüp konuşmanın aynı ortamı paylaşmanın bir zararı yoktur.

Hz. Peygamber’in hadislerinin her birinin anlamı yere, zamana ve muhatabın durumuna göre değişiklik arzedebilir. Her bir hadis yerine konulduğunda çelişki ortadan kalkar. Yukarıda da ifade edildiği gibi cüzamlıyla uzun süre aynı ortamda oturup, o kişinin

<sup>30</sup> Müslim, Selam, 101; İbn Mace, Mukaddime, 10.

<sup>31</sup> Hatipoğlu, *Sünen-i İbn Mace Terceme ve Şerhi*, I, 152.

<sup>32</sup> İbn Kayyim el- Cevziyye, *et-Tıbbu’un-Nebevi*, s. 192.



kokusunu koklamak vücudunda bu hastalığa karşı bağışıklığı olmayan zayıf kimselere bu hastalığın geçmesine sebep olur.

### 1.2.1.2. Veba

Veba ilk çağlardan beri tanınan bulaşıcı ve öldürücü bir hastalıktır. Eskiden ağır ve öldürücü, salgın yapan hastalıkların hepsi veba altında toplanmıştır.<sup>33</sup> Taun ise; sözlükte bir veba türüdür. Türkçede veba ile taun eş anlamda kullanılmaktadır. Her taun vebadır, ama her veba taundur denilemez. Yaygın hastalıklarda veba taundan daha genel anlamda kullanılır, taun onlardan biridir.<sup>34</sup>

Tıp âlimlerine göre taun; helak eden ve öldürücü bir deri şişliğidir. Bu şişlikle beraber acı veren şiddetli bir ateş görülür. Sonra şişliğin etrafında siyahlık oluşur. En sonunda hızlıca uyuza yol açar. Vebanın bulaşması daha çok, mikrop taşıyan pirelerin, kaynağından mikropları yüklenerek insanların kol ve bacaklarını, el ve yüzlerini ısırmasıyla olur. İnsanın bu bölgelerinde ısırıklar görüldüğünde boyundaki toplardamarlarda, koltuk altında veya boyun kökünde çıbanlı veba olduğu anlaşılır.<sup>35</sup>

Veba gibi bulaşıcı hastalıkların tarihine bakıldığında bu hastalıkların medeniyetlere bazen savaşlardan, tabi afetlerden daha fazla zarar verdiği görülecektir. Veba hastalığı da insanlık tarihi boyunca toplumlara büyük zararlar veren bir hastalıktır. İ.Ö. 10–9. Yüzyıllardan itibaren bilinen veba salgınları zaman zaman çok sayıda insanın ölümüne sebep olmuştur.<sup>36</sup>

Veba mikrobu taşıyan farelerin pireleri tarafından insanlara geçer. Nedeni, pisliktir. Pis ve güneş girmeyen yerler veba için en uygun ortamlardır. Hastalık, mikrop kapıldıktan sonra gelen 2–8 gün içinde kendini gösterir. Hastada, aniden başlayan baş ve sırt ağrıları, ateş, titreme, kusma, nefes darlığı, halsizlik, deri lekeleri, burun kanaması, kan tükürme, kasık ağrıları ve devamlı dalgalılık görülür. Dili de kahverengi ve kurudur. Yapılacak ilk iş hastayı tecrit etmektir. Çevresindeki sağlıklı kimselerin de koruyucu aşı olması gerekir. Bugün için önemi kalmayan ve eski devirlerde olduğu

<sup>33</sup>Denizkuşları, *Kuran-ı Kerim ve Hadislerde Tıp*, s. 85.

<sup>34</sup>İbn Kayyim el- Cevziyye, *et-Tıbbu'un-Nebevi*, s. 56.

<sup>35</sup>İbn Kayyim el- Cevziyye, *et-Tıbbu'un-Nebevi*, s. 56.

<sup>36</sup>Canan, *Kütüb-i Sitte*, XI, 359.

kadar çok görülmeyen bu hastalığın tedavisi için geç kalmadan sağlık kuruluşlarına haber vermek gerekir.<sup>37</sup>

Bugünün tıp anlayışında vebadan korunmak için vebalı hastalara karantina mutlak surette tatbik edilmelidir. Karantinanın bugünkü tanımı şudur: Bulaşıcı bir hastalığın bulaşmasına maruz kalmış ve maruz kalmış olmasından şüphelenilen insan veya evcil hayvanların, hastalığın en uzun kuluçka dönemi boyunca, böyle olmayanlarla temasını önlemek için hareket serbestliğinin sınırlandırılmasıdır.<sup>38</sup>

Vebalı hasta ve şüpheli şahısların buldukları yerden ayrılmasına müsaade edilmez. Hastalığın olduğu bölgelerden gelen hastaların direkt memleket içine girmesine izin verilmez.<sup>39</sup> Günümüzde dünyayı sarsan ve bulaşıcı hastalık olan domuz gribine karşı ülkelerin aldıkları tedbirlerin başında bu gelmektedir. Aynı tedbiri yüzyıllar öncesinde Hz. Peygamber kendi döneminde almıştır. Hz. Peygamber döneminde de bu hastalık görülmüştür. Vebadan korunmak için Peygamberimiz tarafından ilk defa tecrit ve karantina uygulaması tavsiye edilmiştir. Hz. Peygamber veba hastalığının olduğu yerde bulunan kimselerin oradan dışarı çıkmamalarını, dışarıdan birilerinin de oraya girmemesini istemiştir.<sup>40</sup> Yani bu hastalıktan tam olarak kaçınmak gerektiğini vurgulamıştır. Hadisin birinci kısmında dışarıdan gelinerek hastalık alınmasını önleyici, ikinci kısım ise hastalığın bulaşık bölgeden etrafa yayılmasını durdurucudur. Bir insanın salgın olan bölgeden çıkması için sağlıklı olması gerekir. Vücuda biraz da olsa mikrop girmişse yine de dışarı çıkmamalıdır.<sup>41</sup>

Vebanın bulunduğu yere girmekle, insan belanın üstüne bilerek gitmiş olur. Bu davranış hem dine hem de akla aykırıdır. Aksine insanın kendisine zarar gelecek yerden uzak durması gerekir. Hz. Peygamber'in hastalığın bulunduğu bölgeden çıkmayı yasaklamasının iki anlamı olabilir: Birincisi, Müslümanları, Allah'a güvenmeye O'nu vekil edinmeye, hükümlerine sabır göstermeye ve hoş karşılamaya teşvik anlamı taşımasıdır. İkincisi ise, tıp açısından veba hastalığına yakalanmış kişilerin hastalığın vermiş olduğu etkiyle vücudu hafifleten birtakım tedbirlere başvurması gerekir. Fakat spor ve banyo bu tedbirlerin dışında kalmalıdır. Spor ve banyo kötü salgıların vücuda

<sup>37</sup> <http://www.saglikbilgisi.com/makale/veba,15.07.2009>.

<sup>38</sup> Unat, *Bulaşıcı Hastalıklarla Savaş Ve İslam Dini*, s. 28.

<sup>39</sup> Denizkuşları, *Kuran-ı Kerim ve Hadislerde Tıp*, s. 85.

<sup>40</sup> Buhari, *Tıb*, 30; Müslim, *Selam*, 98.

<sup>41</sup> Denizkuşları, *Kuran-ı Kerim ve Hadislerde Tıp*, s. 86.

yayılmasına sebep olur. Bu da kötü hastalıklara sebep olur. Bu nedenle veba salgını sırasında vücut salgılarını yatıştırmak için mutlaka sakin ve rahat olmak gerekir. Buradan da anlaşılıyor ki, Hz. Peygamber hem vebanın ortaya çıktığı yerdeki kişilerin hem de oraya girmek isteyen kişilerin sağlıklarını korumak için birtakım kurallar ortaya koymuştur. Hastalık bulaştıktan sonra ne gibi tedbirler alınacağını bildiren Hz. Peygamber hastalığa sebep olan ve zararları dokunan hayvanlarla mücadeleyi de emretmiş ve şöyle buyurmuştur: “Yeryüzünde yaşayan, zararlı beş çeşit hayvanı öldüren hiçbir günah yoktur. Onlar şunlardır: Akrep, karga, çaylak, fare ve kuduz köpektir”.<sup>42</sup>

Karantina mevzusunda Abdullah b. Abbas şöyle bir hadise anlatıyor: Ömer ibn-i Hattab Şam’a hareket etti. Nihayet (Yermuk yakınlarında bir köy olan) Serg’aya vardığı zaman ordu kumandanları Ebu Ubeydete’bnu’l Cerrah ve arkadaşları kendisini karşıladılar ve Şam arazisinde veba vuku bulduğunu ona haber verdiler. İbn Abbas dedi ki: Ömer ‘ilk muhacirleri bana çağır’ dedi. Ben onları çağırdım. Ömer onlarla istişare etti ve onlara Şam’da veba olduğunu haber verdi. Onlar ihtilaf ettiler. Bazısı ‘bir iş için çıkmışsın o işte geri dönmeni doğru bulmayız’ dediler. Bazısı da ‘insanların tümü ve Rasulullah’ın arkadaşları seninle beraberdirler. Onları şu veba üzerine götürmeni doğru bulmayız’ dediler. Ömer onlara da “yanımdan çıkın” dedi. Sonra ‘Kureyş ihtiyarlarından fetih muhacirlerinden burada bulunanları bana çağır’ dedi. Onları çağırdım. Onlardan ikisi bile Ömer’e karşı itiraz etmedi. Onlar: ‘İnsanları geriye döndürmeni ve halkı şu veba üstüne götürmemeni’ doğru görürüz, dediler. Bunun üzerine Ömer: İnsanların arasında şöyle nida ettirdi:

‘ Ben sabahleyin bineğime binip geri döneceğim. Buna göre hazırlanın sabahleyin’ dedi. Ebu Ubeydete İbnu’l Cerrah : ‘ Allah’ın kaderinden mi kaçyorsun?’ dedi. Ömer: ‘Keşke bunu senden başkası söyleseydi Ey Ebu Ubeyde’! Evet, ‘Allah’ın kaderinden yine Allah’ın kaderine kaçıyoruz. Ne dersin? Şayet senin develerin olsa, iki yamacı olan bir vadiye inseler yahut indirsen o yamaçlardan biri munbit, diğeri otsuz olsa sen develeri bitek yerde gütsen, Allah’ın kaderiyle gütmüş değil misin?’ dedi. İbn Abbas dedi ki: Abdurrahman ibn-i Avf bir haceti yüzünden ortada yok iken bu sırada çıkageldi ve şöyle dedi: ‘ Bu hususta bende bir ilim vardır ki; ben onu Rasulullah’dan işittim

---

<sup>42</sup> Buhari, Bed’u’l-Halk, 16.

şöyle buyuruyordu: “ Bu hastalığın bir yerde çıktığını işittiğiniz zaman oraya gitmeyiniz. Hastalık bulunduğunuz yerde ortaya çıkarsa, ondan kaçmak için sakın o yerden çıkmayınız.”

Abdullah: “Bunun üzerine Ömer, Allah’a hamd etti, sonra ayrıldı” demiştir.<sup>43</sup> Bu olay ve olay içerisinde nakledilen hadis açık bir şekilde karantinayı tavsiye etmektedir.

Hz. Peygamber döneminden günümüze kadar gelen süreçte yeryüzünde farklı isimlerde birçok bulaşıcı hastalık ortaya çıkmıştır. Yakın tarihte dünya ülkelerinde ve ülkemizde kuş gribi vakası görülmüştür. Bu da hayvanlardan insanlara geçen bulaşıcı bir hastalıktır. Şu an için tehlike atlatılmış gibi gözükmektedir. Birçok hastalıklı kanatlı hayvanlar ortadan kaldırılmıştır.<sup>44</sup> Hastalıklı hayvanların itlaf edilmesini, Hz. Peygamber’in yukarıda geçen, zararlı hayvanları öldürmekle ilgili hadisi çerçevesinde değerlendirmek mümkündür.

Günümüzün bir başka bulaşıcı hastalığı ise domuz gripidir. Domuz gribi, A(H1N1) tipi virüsten kaynaklanan, insanlarda hastalığa yol açan ölümcül bir hastalıktır. Hastalık ilk kez Meksika ve ABD’de görülmüş ve daha sonra birçok ülkeye yayılmıştır. Domuz gribi denilmesinin sebebi, domuzlar arasında görülen grip virüslerine çok benzediğinin gösterilmiş olmasıdır. Domuz gribi A(H1N1) virüsü bulaşıcıdır ve insandan insana geçmektedir. Bu hastalık insandan insana öksürük ve hapşırma yoluyla bulaşmaktadır. Grip virüsü bulaşan bir yere dokunulduktan sonra, eller, ağız ya da buruna götürüldüğünde de hastalık bulaşabilir. Öksürük ve hapşırma yoluyla, hasta kişinin tükürük zerrecikleri havaya yayılarak sandalye, masa gibi yüzeylere bulaşabilir. Kişi virüsün olduğu bu yerlere dokunmamalı, dokunduysa gidip hemen ellerini yıkamalıdır. Bu hastalıktan korunmak için vücut ve eşyaların temizliğine çok dikkat edilmelidir.<sup>45</sup> Bu ve benzeri bütün bulaşıcı hastalıklarda Hz. Peygamber’in hastalıktan korunma, karantina, temizlik gibi tavsiyelerinin önemi ortaya çıkmaktadır.

### **1.2.1.3.Kuduz**

Hz. Peygamber, kuduz köpekleri öldürmeyi emrettiği gibi bazı hastalıklara sebep olacağından av köpeği ile çoban köpeği dışındaki köpeklerin beslenmesini yasaklamış

<sup>43</sup> Buhari, Tıb, 30; Müslim, Selam, 98.

<sup>44</sup> [http://www.grip.saglik.gov.tr, 15.07.2009.](http://www.grip.saglik.gov.tr, 15.07.2009)

<sup>45</sup> [http://www.grip.saglik.gov.tr, 15.07.2009.](http://www.grip.saglik.gov.tr, 15.07.2009)

ve köpeğin salyasına karşı tedbir alınmasını isteyerek şöyle buyurmuştur: “Köpek bir kabı yalarsa, onu hemen yedi defa yıkayın, sekizincide toprakla ovalayın”.<sup>46</sup>

Kuduzun bulaşmasında en önemli hayvan köpektir. Bunlar insanlar arasında yaşar, kolay çoğalırlar, yerleşim yerlerinin dışına çıkınca, çakal, kurt gibi vahşi hayvanlar tarafından ısırılarak hastalığı alır ve kendi aralarında yayarlar. Enfeksiyon köpeklerden at, eşek, sığır, koyun, keçi, kedi ve farelere bulaşır.<sup>47</sup>

Kuduz mikrobi, köpeklerin salyalarıyla, hastalanmadan 6 gün önce dışarı atılmaya başlar ve bu iş ölene kadar sürer. Bu sebepten sağlam görünen hayvanın ısırmasıyla hastalık bulaşabilir.<sup>48</sup>

Hadiste köpeğin yaladığı kabın yedi defa yıkanması, sekizincide toprakla ovalanması zikredilmektedir. Mikropları imha eden stopuomicine, tetraceline ve miyomacine gibi mikrop öldürücü ilaçların çoğu toprak mikroplarından hatta en çok mikropla bulanmış olan kabristan toprağından elde edilir. Böylece köpeğin yaladığı kabın toprakla ovalanmasının hikmeti ortaya çıkmaktadır. Bundan maksat, toprakta bulunan zararlı mikropları öldürücü mikroplar vasıtasıyla köpeğin kaba bulaştırdığı mikropları imha etmektir.<sup>49</sup>

Kuduz genellikle köpekler ile yayıldığı için korunmada ilk yapılması gereken köpekleri ortadan kaldırmaktır. Salgın ortaya çıktığında başıboş köpeklerin yok edilmesi gerekir. İnsana hastalık yalnız köpeğin büyük abdestiyle pislenmiş yiyecek ve içeceklerle geçmez. Köpeklerin değdiği eşyadan da alınabilir. Bu sebeple tıbbi yönden Hz. Peygamber’in av köpeği ve çoban köpeği dışındaki köpeklerin beslenmesini yasaklamasının hikmeti anlaşılmaktadır. Hastalıktan korunmak için her türlü temizliğe riayet etmek, bulaşıcı hastalık bulunan kimselerden kaçınmak ve hastalık bulaşmışsa bulunan yerden ayrılmamak gerekir.<sup>50</sup>

---

<sup>46</sup> Müslim, Taharet, 93.

<sup>47</sup> Denizkuşları, *Kuran-ı Kerim ve Hadislerde Tıp*, s. 86.

<sup>48</sup> Unat, *Bulaşıcı Hastalıklarla Savaş Ve İslam Dini*, s. 38.

<sup>49</sup> Denizkuşları, *Kuran-ı Kerim ve Hadislerde Tıp*, s. 87.

<sup>50</sup> Denizkuşları, *Kuran-ı Kerim ve Hadislerde Tıp*, s. 88.

#### 1.2.1.4. Humma

Humma hastalığı da şiddeti fazla olan hastalıklardan biridir. Hz. Peygamber buyuruyor ki: “ Humma (hastalığı) cehennem hararetinin şiddetinden (bir parça) dır. Siz onu su ile soğutunuz.”<sup>51</sup>

Hummanın bütün şekilleri, su ile iki şekilde tedavi edilebilir:

- a- Dışarıdan soğutulmuş ya da içine buz parçaları konulmuş sargı bezini ateşi düşürmesi için kullanmak,
- b- Hastaya su vererek ateşini düşürmeye çalışmak.

Hz. Peygamber’in hitabı iki türdür. Birisi geneldir, diğeri özeldir. Hz. Peygamber’in Humma hastalığıyla alakalı hitabının Hicaz ve etrafındaki Müslümanlara ait olduğu meydana çıkar, çünkü burada yaşayanlara gelen humma hastalıklarının çoğu, güneş ısısının şiddetinden doğan günlük hastalıklar türündendir. İşte soğuk suyun, içilerek ya da banyo yoluyla tedavi ettiği humma budur. Humma kalbi alevlendiren, tüm vücuda yayılan, vücudun ısısını yükselterek normal çalışmasını engelleyen bir ısıdır. Humma hastalığının türleri vardır. Vücutta herhangi bir şişlik yoksa bu humma suyla tedavi edilebilecek bir türdür. Tıp âlimleri, soğuk suyun hummaya iyi gelebileceğini söylüyorlar.<sup>52</sup>

Humma, ateşli hastalıklara genel olarak verilen isimdir. Yukarıda zikredilen hadiste, bir taraftan humma hastalığına karşı nasıl bir tedavi yöntemi uygulanacağı belirtilirken; öbür taraftan, cehennem kaynaması, yani ateşinin şiddetini bu dünyada hissettirilerek, insanlar uyarılmaktadır. Ateşli bir hastalığa yakalanan kişi o ateşin hararetiyle nasıl eriyip bitiyorsa ve hastalığa düşmemek için çeşitli önlemler alınıyorsa, cehennem azabına uğramamak için bu dünyada gereken şeyler yapılmalıdır. Bu dünyada nasıl su ateşli hastalığın hararetini dindiriyorsa, aynı şekilde bu dünyada yapılacak ve asılları temizliğe, yani “suya” dayanan ibadetlerin serinliği, ahirette cehennem ateşini etkisiz hale getirecektir.<sup>53</sup>

<sup>51</sup> Buhari, Tıb, 28; Müslim, Selam, 78; İbn Mace, Tıb, 19; Malik, Ayn, 6; Darimi, Rikak,55.

<sup>52</sup> İbn Kayyim el- Cevziyye, *et-Tıbbu'un-Nebevi*, s. 41,42.

<sup>53</sup> Aydın, *Sünen-i Darimi*, VI, 60.

Humma hastalığına sabretmenin mükâfatı çok büyüktür. Ebu Hureyre'den rivayet edildiğine göre: (Bir kere) Hz. Peygamber'in huzurunda humma hastalığından söz edildi, bir adam hummaya sövdü. Bunun üzerine Hz. Peygamber (adama):

“Hummaya sövme. Çünkü ateş, demirin pasını-kirini giderdiği gibi humma (hastalığı) da günahları giderir” buyurdu.<sup>54</sup> Humma hastalığı insanın kalbini manevi pisliklerden temizler. Ve mükâfatı büyük olan bir hastalıktır. Günümüzdeki bulaşıcı hastalıklar sadece yukarıda zikredilenlerle sınırlı değildir. İnsan hayatını tehdit eden bulaşıcı hastalıkların başında, evlilik dışı münasebetlerle insanlara bulaşan frengi, yumuşak yara gibi zührevi hastalıklar ve bunların en tehlikelisi olan AIDS hastalığı gelmektedir. İslâm dini ve onun yüce kitabı Kuran-ı Kerim ve Hz. Peygamber'in hadisleri, insanın ve insan neslinin muhafazasını ve korunmasını sağlamak amacıyla, önleyici bir takım ön tedbirler getirmiş ve bu tedbirlerin uygulanmasını da emretmiştir. Kuran'ın ve hadislerin getirdiği ön tedbirlerin başında, önleyicilik ve caydırıcılık prensibi, ilk sıralarda yer almaktadır. Bu prensibe göre Kuran, evlilik dışı cinsî münasebeti ve bu çeşit münasebetlere götüren yolları kesinlikle yasaklamış ve bu konuda tedbirler getirmiştir.<sup>55</sup>

Sonuç olarak bulaşıcı hastalıklar için şu söylenebilir; bugün tıp ilmi tarafından “bulaşıcıdır” sıfatını taşıyan (mesela: Kolera, verem, AIDS, öldürücü gripler vs.) her hastalık yukarıdaki hadislerin mahiyeti içine girer. Müslüman, Allah'ın takdirinden yine Allah'ın takdirine koşmalı ve tedbirini almayı ihmal etmemelidir.<sup>56</sup>

#### **1.2.1.5. Sara**

Beyin, milyarlarca sinir hücresi, bunların uzantıları ve oradaki destek dokularından oluşmuştur. Her sinir hücresi elektrik akımı üretme ve bunu diğer hücrelere iletme yeteneğine sahiptir. Bir başka deyişle, hareket edebilmemizi, konuşmamızı, duygulanmamızı sağlayan bu elektrik akımıdır. Bu elektrik akımında oluşan aşırı deşarj nedeniyle ortaya çıkan tabloya "nöbet" denir. Epilepsi, tekrarlayan nöbet hastalığıdır. Nöbet geçiren her insan epilepsi hastası değildir. Epilepsi tanısı, tekrarlayan 3 nöbet hikâyesi olan bir hasta nöroloji uzmanı tarafından sürdürülen ayrıntılı araştırma sonrasında konabilir. Epilepsi her yaşta görülebilmekle birlikte öncelikle çocukları

<sup>54</sup> İbn Mace, Tıb, 18.

<sup>55</sup> Canan, *Hadis Ansiklopedisi*, XI, 383.

<sup>56</sup> Şekerci, *Kaynaklarımıza Göre İslam Terbiyesi*, s. 320, 321.

etkilemektedir. Epilepsinin tedavisini nöroloji uzmanları ve çocuk nörolojisi uzmanları yapar. Epilepsi tedavisinde en önemli nokta nöbetleri durdurmaya yönelik olarak seçilen ilaçların düzenli ve planlı kullanımınıdır. Her beş hastadan dördünde uygun ilaçlar seçildiğinde ve yeterli dozda alındığında nöbetler kontrol altına alınabilir.<sup>57</sup>

Hiz. Peygamber döneminde sara hastalığı mevcuttur. Bazı hadislerde bu hastalıktan bahsedilmektedir. İbn Abbas, bir arkadaşına şöyle demiştir: “Ey Atâ! Sana Cennet kadınlarından bir kadın göstereyim mi?” O da “evet, gösterin” demesi üzerine İbn Abbas şöyle demiştir: “Şu (gördüğün iri yapılı ve uzun boylu habeşi) siyah kadın yok mu? Bu kadın bir kere Nebî (s.a.s.)’ye gelip: ‘Yâ Rasûlallah! Ben sara hastasıyım, sara nöbetim gelince de (bayılıyor) açılıyorum, Allah’a benim için dua buyurun’ dedi. Hiz. Peygamber: “Ey kadın! İstersen hastalığına sabret. Buna karşılık sana Cennet vardır. Veya sıhhat vermesi için Allah’a dua edeyim” buyurdu. Kadın ‘hastalığıma sabrederim; ancak, açılıyorum, açılmamam için Allah’a dua buyurun’ deyince Rasûl-i Ekrem dua buyurdu (Mahrem yerleri açılmaz oldu).”<sup>58</sup>

Yukarıdaki açıklamalardan ve hadisten anlaşılıyor ki; sara hastalığı da insanın fiziki yapısıyla ilgili bir rahatsızlıktır. Hadiste bu rahatsızlıktan bahsedildiği gibi bunun bir çözüm yolu olduğundan da bahsediliyor. Fakat sabrederse bunun mükafatının daha büyük olacağı da ifade edilmiştir. Fakat güç yetirebilen kişiler sabretmelidir. Güç yetiremeyenler ruhsatla amel etmelidirler.

### **1.2.2. Ruhsal Olumsuzluklar**

Hastalık yalnızca biyolojik bir süreç değildir, aynı zamanda psikolojik bir süreçtir. Fiziksel hastalıklar olduğu kadar ruhi hastalıklar da mevcuttur. Yapılan araştırmalar sonucunda fiziksel hastalıkların asıl sebebinin üzüntü ve ruhi bunalımlar olduğu söylenmektedir. Öne sürülen bu görüşü mutlak manada doğru kabul etmek yanlış olur. Fakat Kuran-ı Kerim’de Hiz. Yakup’un çocuklarının Yusuf’u kaybettiğinde babalarına ‘sonunda kederden eriyeceksin’ demeleri bu gerçeği de ifade etmektedir.<sup>59</sup> Yani psikolojik olarak yoğun bir şekilde hissedilen üzüntü duygusu insanın fiziksel olarak

---

<sup>57</sup> [http://www.sarahastaligi.com/sara\\_hastaligi\\_tedavisi.html](http://www.sarahastaligi.com/sara_hastaligi_tedavisi.html). 25.02.10.

<sup>58</sup> Buhârî, Merdâ 6; Müslim, Birr, 54.

<sup>59</sup> Yusuf, 12/85.



etkilenmesine sebep olmaktadır. Fakat bazen tam tersi de olabilir. Kişide fiziksel bir rahatsızlığın tetiklediği ruhsal durumlarda ortaya çıkabilir.

Geçen asırlarda hususiyle mikrobun keşfiyle bütün hastalıklarda organik sebepler ileri sürüldü. Fakat 1935 yılından beri resmen ve ismen kabul edildiğine göre bedene ait türlü hastalıklar vardır ki bunda sebep ruhidir denilmektedir. Hastalıkların ortaya çıkmasında organik faktörler kadar ruhi faktörler de etkilidir. Korku hallerinde görülen, çarpıntı, yüz solukluğu, mide ve bağırsak rahatsızlıkları bilinen hakikatlerdir. Sıkıntı anında insanın rengi solar, alnından soğuk terler dökülür, nefesi sıklaşır, başı döner, baygınlık geçirir. Kollarda ve karında ağrılar başlar. Bu konuda bu şikâyetlerle doktora gidip ameliyat olan hastalarda mevcuttur. Demek ki ruhi sebepler vücudun uvuzları üzerinde etkili olabilmektedir.<sup>60</sup>

Hastalık aslında vücudun sırtına yüklenen duygusal acılardan kurtulmak için çıkardığı feryatlardır. Bu tarif, psikiyatri kliniklerinde yapılan araştırmalarla doğrulandığı söyleniyor. Hastalığa bu yeni yaklaşımın esası, bedenle zihnin tek bir bütün oluşturduğu inancıdır. Yani kişinin düşündüğü, inandığı, hissettiği ve duyduğu her şey vücuduna yansır. Bedenle ruh arasında sıkı bir iş birliği vardır. Biliriz ki utanınca kızarır, sıkılınca surat asarız. Araştırmalar göstermektedir ki belli hal, davranış ve şahsiyet türleri belli hastalıklara yol açmaktadır. Mesela, kanserin oluşmasıyla, bir yakının kaybedilmesinden duyulan derin çaresizlik ve bunalım oranında bir bağ vardır. Aşırı saldırganlık ve tedirginlik, kalp hastalıklarıyla; öfke ve kızgınlık ise ülser ve kolit hastalıklarıyla bağlantılıdır. Ruh sağlığının bozulması ve dolayısıyla psikolojik hastalıkların ortaya çıkması genellikle, insanların sıkıntı içerisinde olmaları, çelişkiye düşmeleri, kaldıramayacakları kadar yük yüklenmeleri gibi sebeplerden kaynaklanmaktadır. Gerek Kuran-ı Kerim gerek Hz. Peygamber sözlerinde hep Allah'a, kadere ve ahiret gününe iman etmeyi, tevekkülü, tövbeyi, sabrı emretmekle ve ruhsal gerilimleri hafifletici, sıkıntıları giderici, rahatlatıcı kaideleriyle insanların psikolojik olarak rahatlamalarına vesile olmuştur.<sup>61</sup>

İnanç sistemimizle sağlığımız arasında bir bağ vardır. İnançsızlığın, sıkıntının, öfkenin, insan hayatındaki çelişkilerin, acıların, kısaca ruhsal dengesizliğin, ruhi ve bedeni

---

<sup>60</sup> Özcan, *Angoisse (Sıkıntı)*, s. 3, 5, 7.

<sup>61</sup> Kırca, "*Kuran'da Ruh Sağlığı*", s. 163.

hastalıklara sebep olduğu, bugün artık bilinmektedir. İnançsız, sıkıntılı, acılı bir insan, ruhi bunalımlara düşmekte, kendisini çevresinden ve arkadaşlarından kopartarak içine kapanık bir hayat sürdürmeye çalışmaktadır. Bu ruh hali kişinin sinir sistemini etkilemekte ve bu da bedeni hastalıklara neden olmaktadır. Oysa ayet ve hadislerde insana tavsiye edilen iman, tevekkül, sabır gibi hususlar insana güven duygusu vermekte ve sıkıntıları önlemektedir. Yine bu hususlar, insandaki savunma mekanizmasını kuvvetlendirmekte ve ruhi hastalıkları hızlandırıcı davranışları dengelemektedir.<sup>62</sup>

Hadislerde insanın ruh dünyası incelendiğinde çeşitli psikolojik rahatsızlık diyebileceğimiz duyguların var olduğu ortaya çıkmaktadır. Bunların ilki korkudur.

### **1.2.2.1. Korku**

İnsanın zarar ve eziyet görme, hayati tehdit veya ölüm tehlikesi gibi durumlarda duyduğu, yaratılıştan gelen bir duygudur. Korku yerine göre kullanıldığında zararı yoktur. Aksine faydası vardır. Mesela; derslerinden kötü not almaktan korkan bir öğrenci korktuğundan çalışır ve başarılı olur. Fakat korkunun derecesi yüksek olursa, insanın sıkıntıya düşmesini, yapacağı şeyleri becerememeye sevkeder. Normal korku, öğrencinin, imtihanlara iyi hazırlanmasını, iyi yapmasını sağlar. Ancak aşırı korku derslerine çalışmada konuya yoğunlaşmayı önler, böylece imtihanlarda başarısız olmasına neden olur.<sup>63</sup> Hz. Peygamber de Müslümanların nefis terbiyesinde, Allah'ın azap ve cezasıyla korkutma; Allah'ın emirlerine sarılma, yasaklarından sakınma, günahlardan sakınmalarında korku duygusundan yararlanmıştır.<sup>64</sup> Ebu Hureyre'den rivayet edilen bir hadiste, Hz. Peygamber: "Her ölen pişman olur. Ya Resulallah! Pişmanlığı ne yüzden? İyiyse daha iyi olmadığı için; kötüyse, kaçınmadığı için."<sup>65</sup> Bu hadiste kötülük ve günahlardan kaçınmaya teşvik vardır. Bu faydalı bir korku çeşididir. Fakat Allah'ın azabından aşırı korku Allah'ın rahmetinden ümit kesmeye sevkeder. O zaman kişinin kimliği zedelenir ve Allah'ın rahmetinden ümit kestiği için dini görevlerini yerine getiremez. Bundan dolayı Allah'ın azabından ortaya çıkan korkuya, rahmetinden ümidin eşlik etmesi gerekir. Allah'ın rahmetinden duyulan ümit, insanın

<sup>62</sup> Kırca, "Kuran'da Ruh Sağlığı", s. 164, 165.

<sup>63</sup> Necati, *Hadis ve Psikoloji*, s. 77-79.

<sup>64</sup> Necati, *Hadis ve Psikoloji*, s. 78.

<sup>65</sup> Tirmizi, *Zühd*, 59.

ibadetlerini yapmasına vesile olacak bir noktaya getirir. Fakat Allah'ın rahmetinden ümit aşırı olursa, insanı, rahmete kapılarak dini görevlerini ihmal etmeye sevk eder. O yüzden İslam dini her zaman orta yolu tavsiye eder. Ümit ve korku arasında olmak gerekir. Yüce Allah, nebilerini ve salih kullarını tanıtırken korku ve ümidin bir arada olmasının önemine işaret etmiştir: “Doğrusu onlar hayırlı işlere koşuşur, iyilikte yarışır, hem ümit hem endişe içinde Bize yakarırlardı. Gerçekten Bize derin bir saygı gösterirlerdi.”<sup>66</sup>

Bütün duyguları orta halli yaşamak en uygun olanıdır. İnsan bu aşırı duygular neticesinde fiziksel olarak da zarar görmektedir. Şiddetli heyecan duymak ve sürekli korku içerisinde yaşamak sağlığa zararlı olunca, insanın, heyecan duygusuna hâkim olmak ve kontrol altına almak için gayret göstermesi zorunludur. İnsanın başına gelebilecek gerçek bir tehlike korkusu, canına, malına, namusuna zarar gelebilecek gerçek bir düşmanın varlığı gibi, tepki göstermesi şart olan durumlar dışında tepki göstermesi normal değildir. Ancak birçok kimse, heyecanlanacak gerçek bir tehlike içermeyen birçok durumlar karşısında tepki gösteriyorlar. Mesela, çoğu insan, karanlıktan, köpek kedi gibi evcil hayvanlardan, kapalı odadan, arabaya, trene, gemiye binmek vb. gibi tehlikeli olmayan; kendilerinde aşırı korku meydana getiren hadiseyle ilgili olayı, birçok insanın şahsi tecrübelerle öğrendiği önemsiz şeylerden korkuyorlar. Bazı insanlar, endişeye kapılıyorlar. Bu endişe, belirli bir tehlike beklentisine girme, hastalıktan korkma, sevdiği bir şahsı yitirme korkusu gibi çeşitli korku şekillerine dönüşüyor. Bu tip insanlar böyle tehlikelerden korunmak için psikoterapiye muhtaç hale geliyor. Kuran-ı Kerim, insanları heyecan duygularına hâkim olma ve kontrol etmek için onları, korkulması gerekmeyen veya korkulmasında fayda olmayan fakirlik ve ölüm gibi şeylerden korkmamaya yönlendirir. İnsanlara, öfke, sevgi, kibir, üzüntü, sevinç gibi öteki birtakım duygularına hâkim olmalarını öğütler.<sup>67</sup>

#### **1.2.2.2. Öfke**

Bir diğer rahatsızlık hali öfkedir. Öfke, acı veren kötü bir davranışın kişinin ruhunda uyandırdığı kızgınlık, intikam duygusu ve cezalandırma isteği anlamına gelmektedir. Öfke (Gazap)kelimesi Kuran-ı Kerim’de on dört yerde geçer. Bunların çoğunda da

---

<sup>66</sup> Enbiya, 21/90.

<sup>67</sup> Necati, *Hadis ve Psikoloji*, s. 91, 92.

gazap kelimesi Allah'a nisbet edilmiştir.<sup>68</sup> Bazı öfke yerilirken bazıları da övülmektedir. Allah Teâlâ, Peygamberin ve ashabın, İslam davetinin yayılması yolunda mücadelelerinde kâfirlere karşı öfkelerini övmüştür: “Muhammed, Allah'ın resulüdür. Onun beraberindeki müminler de kâfirlere karşı şiddetli olup kendi aralarında şefkatlidirler.”<sup>69</sup> Kâfirlere karşı şiddet gösterme, İslam'a ve Müslümanlara düşmanlıkları sebebiyle ortaya çıkan öfkenin normal sonucudur. Yüce Allah buyurdu ki: “Ey Peygamber! Kâfirler ve münafıklarla mücadele et ve onlara sert davran. Onların varacağı yer cehennemdir. Gidilecek yer olarak ne fena yerdir orası!”<sup>70</sup>

İslam ahlakçıları ılımlı bir öfke duygusunu “şecaat” veya “hamiyet” diye adlandırmışlar: insanın onurunu, haklarını ve değerlerini korumak için hamiyet sahibi olmasının gerekliliğini önemle vurgulamışlardır. Öfke Allah tarafından insanın kalbine yerleştirilmiş bir histir. İfrat ve tefrite gitmeden itidalli kullanılması yerinde bir davranış olur. İmam Şafî: “ Kızmayı gerektiren hallerde kızmayan merkeptir” demiştir. Gazap ve hamiyetini kökünden kaybeden, cidden noksanıdır. Düşmana karşı şiddet, hamiyetin eseridir.<sup>71</sup> Allah Teâlâ yukarıda da zikredilen ayette peygamberine kâfirler ve münafıklarla savaşmasını, onlara karşı sert davranmasını emretmektedir.<sup>72</sup>

Fakat önemli bir nedeni olmayan, dünyalıkla ilgili geçici bir neden yüzünden öfkelenmek, övülen bir öfke değildir. Hz. Peygamber şahsı için hiç kızmadı; sadece hak için, Allah'ın koyduğu sınırlardan biri çiğnendiğinde öfkelenirdi. Hz. Peygamber'in öfkesi övülen bir öfkedir. Çünkü kendi nefsi için değil, yalnızca Allah için kızıp öfkelenildiğini görüyoruz. Allah Resulü kendisine yapılan kötülüklere karşı intikam almamıştır, ancak Allah'ın yasaklarının çiğnenmesi durumunda Allah hakkı için öç almıştır. Hz. Peygamber'in öfkelenildiği yüzünün kızarması gibi fizyolojik belirtilerden anlaşıldığı ifade edilir.<sup>73</sup> Nitekim kendi şahsına hakaret edildiği yerlerde öfkesini bastırıldığını görmekteyiz.<sup>74</sup>

<sup>68</sup> Çağrı, “Gazap”, *DİA*, XIII, 436.

<sup>69</sup> Fetih, 48/29.

<sup>70</sup> Tahrim, 66/9.

<sup>71</sup> Gazâlî, *İhyâu Ulûmi'd-dîn*, III, 376.

<sup>72</sup> Tahrim, 66/9.

<sup>73</sup> Buhari, Menakıb, 23, Edeb, 75, 80; Müslim, Fezail, 77, Salât, 128.

<sup>74</sup> Buhari, Daavat, 33; Müslim, Birr, 95.

İnsan kızınca, bedeninde bir takım bedeni değişiklikler meydana gelmektedir. Bunların tekrarı halinde bazı bedeni hastalıklar ortaya çıkar. Bu değişikliklerin bazıları içte, bazıları dışta; kişinin yüzünde, sesinin değişmesin de, kaslarındadır. Öfkeye eşlik eden en önemli tepki, kalp atışlarının hızlanmasıdır. Bu durumda kişi kalp hastalığına yakalanacağı korkusuyla gerilime (strese) neden olur. Böylece içerdeki kan damarları daralır, vücudun yüzeyinde kan damarları genişler, bu da kanın hareketinin özellikle yüz çevresinde hızlanmasına ve buna bağlı olarak kişinin yüzünde öfke esnasında açık bir şekilde kızarıklık oluşmasına sebep olur. Bu yüzden öfke anında insanın yüzü kızarır.<sup>75</sup>

Kızgınlık anındaki bu halleri Hz. Peygamber şöyle anlatmıştır. “Öfke, Âdemoğlunun kalbinde bir kordur; gözlerinin kızardığını, boyun damarlarının şiştiğini gördüğünüz zaman çok dikkat edin!”<sup>76</sup>

Kızgınlık gibi, bütün aşırı tepki hallerinde düşünme durur. Bu yüzden, insan çoğunlukla öfke anında söylediği söz ve yaptığı işlerden dolayı pişman olur. Öfke anında, sağlıklı düşünme olmadığından, Hz. Peygamber: “Öfkeden düşünemez hale gelince yapılan boşama ve köle azadı sayılmaz”<sup>77</sup> ve “Hâkim öfkeliyken taraflar arasında kesinlikle hüküm vermemelidir”<sup>78</sup> buyurmuştur. Hadislerde belirtildiği gibi öfke duygusunu ortadan kaldırmak yerine öfkeli halde iken yanlışlık yapmaktan sakınmanın gerekliliği üzerinde durulmuştur. Buna göre gazap sırasında kalp atışlarının hızlanması ile kanın damarları ve beyni zorlaması aklın normal görev yapmasını önler; yanlış ve zararlı işler yapılmasına yol açar. Bu sebeple “gazap muvakkat bir deliliktir” denilmiştir.<sup>79</sup>

Aşırı tepki, bir sıkıntı halidir; akıl çalışmaz olur, insan doğru düşünemez hale gelir, sağlıklı kararlar veremez. İnsanın düşünmesi durunca, insanı hayvandan ayıran özelliği kaybolmuş olur; hataya düşmesi kolaylaşır. Bu yüzden insan öfke anında, şeytan için, söz ve yaptıklarında birçok hata yapacak öfkesi geçip sağlıklı düşünmeye başlayınca söylediklerine ve yaptıklarına pişman olacak kolay bir av olur. Hz. Aişe Hz. Peygamber’i kışkırttığından kızdı. Hz. Peygamber de ona “ Yine şeytanın geldi”<sup>80</sup> dedi. Yani kıskanıp kızınca, sağlıklı düşünme durduğu için şeytan bunu fırsat bilerek

<sup>75</sup> Necati, *Hadis ve Psikoloji*, s. 82.

<sup>76</sup> Tirmizi, *Fiten*, 26.

<sup>77</sup> Ebu Davud, *Talak*, 8.

<sup>78</sup> Buhari, *Ahkâm*, 13.

<sup>79</sup> Gazâlî, *İhyâu Ulûmi'd-dîn*, III, 377.

<sup>80</sup> Müslim, *Münafikun*, 70.

onu etkiledi ve bu halinde etki altına alması kolay olduğu için kıskanıp kızmasına neden oldu. Çünkü şeytan insana zayıf noktalarından yaklaşır.

Hız. Peygamber, Müslümanlara, her vakit öfkelerine hâkim olmalarını öğütlerdi. Birisi Hız. Peygamber'e gelerek, "Bana tavsiyede bulun." deyince, Hız. Peygamber " Kızma" buyurdu. Adam tekrar tekrar öğüt istedikçe, tekrar "Kızma" buyurdu.<sup>81</sup>

Bu hadis, müminin hayatında öfkesini kontrol etmesinin önemine işaret etmektedir. Bu mücadeleyi başaran, öfke anında kendine hâkim olur.

Burada dikkat edilmesi gereken önemli bir nokta da şudur; bazı âlimlerin izah ettikleri gibi, burada "öfkelenme" sözcüğünün manası, "Öfkenin sebeplerinden kaçın, öfkeye yönlendirecek amillerden uzak dur" manasındadır. Öfkenin bizzat kendisinin yasaklanması söz konusu olamaz. Çünkü öfke tabii, fitri bir haldir. Ancak nefis terbiyesi sonucu güzel bir kanala yönlendirilebilir. Bazı âlimler bu hislerin yok edilemeyeceği fikrindedir. Öfkelenme, inat etme demek, fitratını değiştir emrinde bulunmak gibi, yapılması mümkün olmayan bir şeydir. Ve bu fitri duyguların hayırda kullanılması gerektiğini ifade ediyor. Yine bu âlimlere göre, her duygunun her uzvun meşru bir kullanma yeri ve yönü vardır. Öyleyse yapılacak iş onları yok etmek değil, hayır yolunda kullanmaktır. Öyleyse başkalarına değil nefsin isteklerine öfkelenip terbiye etmeye çalışmak en güzel yoldur.<sup>82</sup>

Hız. Peygamber, ashabını çoğunlukla öfkelerine hâkim olmaya teşvik ederdi. Hız. Peygamber ashabına sordu: "Siz pehlivan diye kime diyorsunuz? Kimsenin yemediği kişiye deriz, dediler. Hız. Peygamber: Hayır, pehlivan, kızgınlık anında kendine hâkim olandır"<sup>83</sup> buyurdu.

Bu hadiste Hız. Peygamber Müslümanlara gücün yeni bir anlamını öğretiyor. Güç, bedendeki fiziki kuvvet ve başkasını tutup yıkmaya değil; nefis mücadelesi, öfke tepkisini kontrol etme, gücü yettiği halde gücünü başkasına kullanmamadır.<sup>84</sup> Hız. Peygamber ashabını, kızgınlıklarını kontrol etmeye teşvik eder, başarıya ahirette büyük sevap verileceğini söylerdi: "Kim, gücü yettiği halde öfkesini yenerse, Yüce Allah kıyamet

<sup>81</sup> Buhari, Edeb, 76; Tirmizi, Birr 73.

<sup>82</sup> Canan, *Kütüb-i Sitte*, XII, 108.

<sup>83</sup> Müslim, Birr 106; Ebu Davud, Edeb 3.

<sup>84</sup> Necati, *Hadis ve Psikoloji*, s. 93.

günü istediği kadar huri vermek için onu iyi ahlaklı kişilerin yanına çağırır.”<sup>85</sup> Öfkeyi tutmanın ve öfkeli iken kendine hâkim olmanın ehemmiyetine ayette de yer verildiğini görmekteyiz: “ O muttakîler ki bollukta da darlıkta da Allah yolunda harcarlar, kızdıklarında öfkelerini yutar, insanların kusurlarını affederler. Allah da böyle iyi davrananları sever.”<sup>86</sup>

Hz. Peygamber’in ashâbı da bu konuda kendisini örnek almıştır ve Hz. Peygamber’in tavsiyelerine göre hareket etmişlerdir. İbn Abbas anlatıyor: “Uyeyne ibnu Hısn (Medine’ye) gelince, kardeşinin oğlu Hürr İbnu Kays’ın yanına indi. Hürr İbnu Kays ise Hz. Ömer’in yakınlarındandı. Onun meclisinde yaşlı veya genç bir kısım kurra ve fakihler müşavere heyeti olarak bulunurdu. Uyeyne İbnu Hısn:

“Ey kardeşimin oğlu! Emirü’lmüminin yanına girmem için izin talep et!” dedi. O da izin istedi. Ancak yanına girince:

“Yeter artık! Ey İbnu’l-Hattab sen bize bol vermediğin gibi, aramızda adaletle de hükmetmiyorsun!” dedi. Hz. Ömer pek öfkeleni. Neredeyse dövmek için üzerine yürüyecekti ki, Hürr atılıp:

“Ey Emir’u-l müminin Allah Teâlâ Resulüne: “Sen af ve müsamaha yolunu tut, iyiliği emret, cahillere aldırış etme”<sup>87</sup> diye emretmiştir. Bu adam da cahillerden biridir dedi. Vallahi, Hürr ayeti okuyunca Hz. Ömer olduğu yerde kalıp hiçbir şey yapmadı. Hz. Ömer Kitabullah’ın yanında hemen durur, onu koyup geçmezdi.”<sup>88</sup>

Öfkesini yenmede Hz. Peygamber ashâbına en güzel örnektir. Birisi Hz. Peygamber’e bir kötülük yaptığında asla kızmaz. Aksine af ve hoşgörüsü karşılık verirdi. Enes (r.a.) anlatır: Bir gün Resulullah ile birlikte yürüyordum. Sırtında necran kumaşından yapılmış, sert kenarlı bir hırka vardı. Bu sırada arkasından yetişen bir çöl arabı, hırkasını hızla çekti. Hz. Peygamber’in omzuna baktım; çekişin şiddetinden boynunda iz kalmıştı. Ardından Arap: “ Ya Muhammed! Yanındaki Allah’ın malından bana

---

<sup>85</sup> Ebu Davud, Edeb, 3;Tirmizi, Birr, 74.

<sup>86</sup> Al-i İmran, 3/134.

<sup>87</sup> Araf, 7/199.

<sup>88</sup> Buhari, İtisam 2, Tefsir, Araf, 5.

vermelerini emret.”dedi. Resul(s.a.s.) adamın yüzüne bakıp güldü; sonra bir şeyler verilmesini söyledi.”<sup>89</sup>

Kızmak ve öfkelenmek doğaldır, ancak kızgınlığı sürekli hale getirmek ve ani öfke patlamaları yaşamak sağlıklı değildir. Kontrolsüz öfke, birçok yönden kişiyi yaralayabilir.<sup>90</sup> Hz. Peygamber ahabına, kızgınlıklarını nasıl yeneceklerini ve bunu başarmaları için gereken metotları öğretirdi. İnsan, kızgınlık anında çoğunlukla başkasına, gerek eliyle gerek diliyle saldırır. Öfkeyi yenmenin yollarından biri, bedendeki gerilim durumundan kurtulmak için, vücudu gevşeyecek duruma getirmektir. Hz. Peygamber ahabına, öfkelendiklerinde, ayaktaysalar oturmalarını, kızgınlıkları geçmediyse, sırtüstü uzanmalarını öğütlediğinde bu gerçeğe işaret etmiştir. Hz. Peygamber: “ Sizden biri gazaplandığında, ayaktaysa otursun; öfkesi geçmezse sırtüstü yatsın”<sup>91</sup> buyurmuştur.

Kızgınlık anında oturmak veya sırtüstü uzanmak vücudun gevşemesine sebep olur, kızmaya neden olan gerilime karşı koymaya yardım eder. Bu da insanın öfke tepkisinin hafiflemesine, sonra da tamamen insanın bundan kurtulmasına yardımcı olur. Bir de oturma ve uzanma, insanın düşmana karşı ilgisini azaltır, kişiyi öfkeliendiren duruma, hiddetle kalkmadan ve kendini ileri atmadan, sakin ve güzel bir şekilde karşı koymaya yardımcı olur.<sup>92</sup>

Abdest almak da aynı şekilde, Hz. Peygamber’in, ahabına öfkeyi kontrol altına almak için öğütlediği yollardan biridir. Hz. Peygamber: “Kızgınlık şeytandandır; şeytan ateşten yaratılmıştır. Ateş ancak suyla söndürülür; sizden biri kızınca abdest alsın”<sup>93</sup> buyurmuştur.

Soğuk su, tepkiden doğan kanın hızlı akmasını yavaşlatır. Ayrıca sinir ve kaslardaki gerilim halinin azalmasına yardım eder. Bu yüzden, eskiden, banyo yapmak psikoterapide kullanılırdı. Gazap duygusundan kurtulmaya yardım eden şeylerden biri de insanın psikolojik durumunun değiştirilmesi, dikkatinin, kızgınlığını motive eden halden başka durumlara çekilmesidir. İnsan, bu yeni hususla ilgilenirken kızgınlığını

---

<sup>89</sup> Buhari, Libas, 18, Edeb, 68; Müslim, Zekât, 128; Ebu Davud, Edeb, 1; Nesai, Kasame, 24.

<sup>90</sup> Saygılı, *Depresyon ve Korunma Yolları*, s. 69.

<sup>91</sup> Ebu Davud, Edeb, 4.

<sup>92</sup> Necati, *Hadis ve Psikoloji*, s. 94.

<sup>93</sup> Ebu Davud, Edeb, 4.



motive eden işi unuttur. Hz. Peygamber bu konudaki örnek hareketleriyle öfke hastalığını psikolojik olarak etkin bir şekilde tedavi etti. Öfkeyi yenmeyi öğrenmek, nefsin bütün arzularını kontrol altına alma hususunda insanın iradesini güçlendirir.<sup>94</sup>

Yine Hz. Peygamber öfkeyi giderecek, kişiyi sakinleştirecek, ümmetine bir reçete sunuyor. Muaz ibn Cebel anlatıyor: “ İki kişi Hz Peygamber’in huzurunda küfürleştiler. Öyle ki birinin yüzünde diğerine karşı öfkesi gözüküyordu. Hz. Peygamber: “ Ben bir kelime biliyorum, eğer onu söyleyecek olsa, kendinden zuhur eden öfke giderdi; “Euzu billahimineşşeytanirracim” buyurdular.<sup>95</sup> Demek ki Euzu besmele çekip şeytanın uzaklaştırılması insanın öfkesinin gitmesine sebep olur. Zira öfkenin asıl kaynağı şeytan ve nefistir.

Ancak öfkelendiğimizizi bizi kıran kişiye belli etmemek için içimize atmak ve bastırmak da doğru değildir. Karşımızdaki kişiye sözel olarak saldırıda bulunmak yerine kızgınlığımızı sakin bir şekilde dışa vuralım. “Hakaret ediyorsun” söylemektense “ bu sözlerin beni gerçekten kırıyor” demekle daha iyi bir sonuç alınır. Haklı öfkemizi ifade ederken kararlı olalım, saldırgan değil. Öfkemizi sağlıklı yollarla boşaltalım, içimize atıp biriktirmeyelim. Bastırılmış öfke, uzun vadede ciddi sağlık sorunlarına yol açar. Baş ağrısı, gastrit gibi hastalıklar ortaya çıkar. “Beni insanların arasında küçük düşürdüğün için sana kızgınım.” Bu basit ve kararlı bir ifadedir, hedefe yöneliktir. Hâlbuki “Ne kadar sahte, ne kadar zayıf, ne kadar ikiyüzlüsün!” demek yanlıştır. Böyle kızgınlık halleri hem karşıdaki kişinin düşmanlığını artırır hem de sürekli öfke, düşmanca duygular sağlığını zedeler.<sup>96</sup>

### 1.2.2.3. Nefret

İnsanda var olan diğer bir hastalık nefret duygusudur. Nefret, sevginin zıddıdır. İnsan, kendine faydalı olan şeyleri sever; onunla sevinir, tat ve lezzet almasına sebep olur. Kendine zararı olan, sıkıntı veren şeylerden hoşlanmaz, onun üzüntü ve acı duymasına neden olur. Burada öfke ile hoşlanmamak arasında bir ilgi vardır. Öfkeyi tetikleyen şeyler, çoğunlukla nefreti de tetikler. İnsanların hayatın çeşitli ihtiyaçlarını karşılamak için çalıştıkları işlerinde rekabet sonucu, çoğunlukla öfkeleri nefrete, düşmanlık,

<sup>94</sup> Necati, *Hadis ve Psikoloji*, s. 95, 96.

<sup>95</sup> Tirmizi, *Daavat*, 53; Ebu Davud, *Edeb*, 4.

<sup>96</sup> Saygılı, *Depresyon ve Korunma Yolları*, s. 70, 71.

tartışma ve kavgaya kadar götürür. Bu da toplumdaki birlik ve beraberliğin zayıflamasına neden olur.<sup>97</sup> Hz. Peygamber, bu konuya şu sözlerle işaret etmiştir: “Sizden önceki toplumların hastalığı size de geçmiştir: Çekememezlik ve öfke.”<sup>98</sup>

Müminin kalbi insan, hayvan ve Allah’ın yarattığı bütün mahlûkatın sevgisiyle dolu olmalıdır. Gerçek bir imana sahip olan müminin kalbinde, fani dünyanın geçici eşyalarından birinin yüzünden nefret ve kine yer kalmaz. Mümin ancak Allah için öfkelenir ve Allah için nefret eder. Öfke bütünüyle kötülüğe kızma, Allah içindir; insanlara eziyet ve kötülük edildiği; bütün insanlığın, vatanın, toplumun kamu yararına zarar verildiği içindir.<sup>99</sup>

Hz. Peygamber, Müslümanlara birbirlerini sevmelerini tavsiye ederken, kin, düşmanlık ve birbirinden hoşlanmamayı da yasakladı. Hz. Peygamber: “Bir müslümanın kardeşine üç günden fazla küsmesi helal olmaz. Karşılaştıklarında biri bir tarafa, öteki bir tarafa sapar. Bu ikinin hayırlısı, önce barışmaya başlayandır”<sup>100</sup> buyurmuştur. Bu hadiste düşmanlık, hoşlanmama ve ayrılıktan sakındırma vardır. Burada “üç günden fazla küs kalmaz” tabiri, müslümanın müslüman kardeşine küs kalmasının sınırlandırılması ve kırgınlığın, öfke ve nefretin geçip sağlıklı düşünmenin geri gelmesi, kin ve nefretin unutulması için yeterli sürenin verilmiş olmasından dolayıdır.<sup>101</sup> Bizi inciten veya hata yapan kişilere karşı küskünlüğümüzü sürdürmek, öfkemizi daha da artırabilir. Öfke devamlı hale gelince de yüksek tansiyon ve kalp hastalığı gibi hastalıklara yakalanma riski artar. Bağışlama, öncelikle bağışlamama durumunun oluşturduğu stresi azaltır. Bağışlamama durumunda acı, öfke, düşmanlık, nefret ve korku gibi duygular birbirine karışır. Bu da fizyolojik olumsuz birtakım sonuçlara yol açar. Mesela tansiyon yükselir, kalp hastalıkları ortaya çıkabilir. Olumsuz duyguların kişiyi tüketmesine engel olunmalıdır. İntikam peşinde koşmayıp bağışlamayı bilenler, acı ve sıkıntılarından kurtulmuş olurlar. “Çok şükür ahiret var, ilahi adalet var” demek ve kin ve intikam duygularından sıyrılmak gerekir.<sup>102</sup>

<sup>97</sup> Necati, *Hadis ve Psikoloji*, s. 84.

<sup>98</sup> Tirmizi, *Sıfatü’l – Kıyame*, 57.

<sup>99</sup> Necati, *Hadis ve Psikoloji*, s. 84.

<sup>100</sup> Buhari, *Edeb*, 62; Müslim, *Birr*, 25; Tirmizi, *Birr*, 21.

<sup>101</sup> Necati, *Hadis ve Psikoloji*, s. 96.

<sup>102</sup> Saygılı, *Depresyon ve Korunma Yolları*, s. 72, 73.

İnsanların çoğu ölümden hoşlanmaz. Yüce Allah bu hakikate Kuran’da şöyle işaret etmektedir: “Hoşlanmasanız da savaş size farz kılındı.”<sup>103</sup> Hz. Peygamber de insanın ölümden hoşlanmayışına değindiği bir hadisinde buyuruyor ki: “Lezzetleri acılaştırın ölümleri çok anınız.”<sup>104</sup> Yani ölümleri aklınızdan çıkamayınız. Çünkü ölümleri hatırlamak insanları korkutur ve dünya menfaatleri için daha çekingen davranmalarını sağlar ahiret hayatında fayda verecek yararlı işler yapmaya özendirir.<sup>105</sup>

#### 1.2.2.4. Haset

Diğer bir psikolojik rahatsızlık hali hasettir. Hem masdar hem de isim olarak kullanılan haset kelimesi, başkalarının sahip olduğu maddi veya manevi imkânların kendisine intikal etmesi veya kıskanılan kişinin bu imkânlardan mahrum kalması yönündeki istek ve niyeti ifade eder.<sup>106</sup> Kuran-ı Kerim’de haset için Yüce Allah şöyle buyuruyor: “Yoksa onlar Allah’ın lütfundan insanlara ihsan ettiği nimetlere karşı haset mi ediyorlar? Evet, biz Âl-i İbrahim’e de kitap ve hikmet verdik, hem de büyük bir hâkimiyet ve mülk verdik.”<sup>107</sup> Yüce Allah, Felak suresinde, yerilmiş bu çeşit bir hasetten kendisine sığınmamızı istiyor: “ Ve haset ettiği zaman hasetçinin şerrinden (Allah’a sığınırım.)”<sup>108</sup>

Hadislerde, “bir şeyi sahibinden kıskanmak, onu çekememek” manasındaki haset hakkında oldukça sert ifadeler yer alır. Hz. Peygamber yerilmiş haset çeşidini birçok hadisinde kınamıştır. Mesela: “Ateşin odunu yakıp bitirdiği gibi; haset de iyilikleri yer, bitirir.”<sup>109</sup> Ve “Sizden önceki ümmetlerin hastalığı size geçmiştir: Haset ve kin”<sup>110</sup> buyurmuştur. Bir başka hadiste de kin ve hasedin önemli sosyal problemlere yol açan ahlaki hastalıklar olduğuna işaret edilir.<sup>111</sup> Bu hadisler bu konuyu güzel bir şekilde özetlemektedir.

Hadislerde haset kelimesi hem yukarıdaki manada hem de “gıpta” manasında kullanılmıştır. Hz. Peygamber buyuruyor ki: “İki husus dışında haset yasaktır; (yani

---

<sup>103</sup> Bakara, 2/216.

<sup>104</sup> Tirmizi, Zühd, 4, Nesai, Cenaiz, 3; İbn Mace, Zühd, 31.

<sup>105</sup> Necati, *Hadis ve Psikoloji*, s. 85.

<sup>106</sup> Çağrı, “Haset” *DİA*, XVI, 378.

<sup>107</sup> Nisa, 4/54.

<sup>108</sup> Felak, 113/5.

<sup>109</sup> Ebu Davud, Edeb, 52.

<sup>110</sup> Tirmizi, Sıfatü'l-Kıyame 57.

<sup>111</sup> Müslim, İman, 243.

bunlara imrenilir.) 1- Allah'ın verdiği malı hak yolunda harcayan adam. 2- Allah'ın verdiği hikmetle (Kuran) hükmedip bunu başkalarına öğreten adam.”<sup>112</sup> Bu hadisten anlaşıldığına göre; buradaki haset, imrenmedir. Müslüman'ın, Allah'ın verdiği nimetlerden, bu iki nimet dışında, hiçbir kimseye imrenmesi yaraşmaz, sadece bu ikisine imrenmek yaraşır. Demek ki başkasının elindekine göz dikmeden onun mahvolmasını istemeden, onun serveti gibi bir servete sahip olmak istemek ve kişinin sahip olduğu ilmi istemekte bir beis yoktur.<sup>113</sup>

Konuyla ilgili hadislerin birinde din kardeşliği ve sosyal barış için gerekli görülen hususlar şu şekilde sıralanır: “Birbirinize öfkelenmeyiniz, haset etmeyiniz, sırt dönmeyiniz, ey Allah'ın kulları, kardeş olunuz”<sup>114</sup> buyurmuştur.

Gazzali, İhya'ü ulûmi'd-dîn adlı eserinde bir tür ruhi hastalık saydığı bu duygunun insan tabiatındaki bencillik eğiliminden, dolayısıyla başkalarının kendisinden daha üstün durumda olmasına tahammül edememesinden kaynaklandığını, bu halin onu bir tür bunalıma soktuğunu söyler. Böyle bir durumda hasetçi, ya kendisinin kıskandığı kişinin düzeyine yükselmesini veya onun kendi seviyesine düşmesini arzular ve ancak bu arzusu gerçekleşirse bunalımdan kurtulur. İnsanlar yaratılıştan bir kıskançlık duygusu taşımalarına rağmen aklın ve dinin buyruğuna uyarak bu duyguyu baskı altında tutabilir, onun etkisine kapılmaktan kendilerini koruyabilirler. Zira haset duygusunu bütünüyle yok etmek herkes için mümkün değildir.<sup>115</sup>

Haset hastalığının tedavisi ise, haset eden kişi arzularının aksini yapmakla haset duygusunu hâkimiyet altına alabilir. Mesela, hasetçi düşmanını zemmetmek isterken aksine onu övmeli, gerekirse düşmanından özür dilemelidir. Bu davranışlar zamanla hasetçinin düşmanına muhabbet beslemesine vesile olur. Bu tedavi haset edene ağır gelebilir fakat ilaçlarda da durum böyledir. Hastalıkların büyük bir kısmı acı ilaçlarla tedavi edilmektedir. Hasedin tedavisinde kullanılan, düşmana karşı alçak gönüllü olmak, onu övme gibi hallerin acılığını Allah'ın rızasını düşünerek hafifletmek yerinde bir davranış olacaktır.<sup>116</sup>

---

<sup>112</sup> Buhari, Fedailü'l-Kur'an, 20, Tevhid 45; Müslim, Salatü'l- Müsafirin, 266, Tirmizi, Birr 24.

<sup>113</sup> Gazâlî, *İhyâu Ulûmi'd-dîn*, III, 430.

<sup>114</sup> Müslim, Birr ve Sıla, 23.

<sup>115</sup> Gazâlî, *İhyâu Ulûmi'd-dîn*, III, 433, 434.

<sup>116</sup> Gazâlî, *İhyâu Ulûmi'd-dîn*, III, 445, 446.

### 1.2.2.5. Kıskançlık

Kıskançlık da ruhsal hastalıklardan birisidir. Kıskançlık, genellikle, kendisi için değerli olan bir şahsın sevgisini kazanmak için, bir başkasının bu hususta onunla rekabet ettiğinde hissedilen; keder veren bir tepkidir. Mesela, eşler birbirlerini kıskanabilir. Yine çocuk anne babasının kardeşini kendisinden fazla sevdiğini görünce kıskanır. Kıskançlık, insanların çoğu arasında yaygın olan; küçük büyük, kadın erkek, herkesin hissettiği bir tepkidir.<sup>117</sup>

Sad b. Ubade, Hz. Peygamber'e sordu: "Ya Resulallah, eşimle bir adamı yakalarsam, dört şahit gelene kadar bekleyeyim mi?" Resul (s.a.s.): Evet, cevabını verdi. Sad: Asla! Seni hak ile gönderene yemin olsun ki beklemeden kılıcımla öldürürüm. Hz. Peygamber: Reisinizin söylediğine kulak verin. Mutlaka o kıskançtır, ben ondan da kıskancım, Yüce Allah benden de kıskançtır. Allah'ın kıskançlığı, müminin Allah'ın haram kıldığı şeyi işlemesi konusundadır."<sup>118</sup> Kıskançlık, nesebin ve neslin muhafazası için gereklidir. Eğer insanlar bu konuda müsamahalı davranırsa nesil kaybolabilir, karışabilir. Kıskançlığın tamamen yok olması zemmedilen bir davranıştır. İnsan hamiyetin icap ettirdiği yerlerde hiddetini gösterebilmeli, yumuşaklığın icap ettirdiği yerlerde de hiddetini yenebilmelidir.<sup>119</sup>

Hz. Aişe, Hz. Peygamber'i kıskanırdı. Hz. Aişe anlatıyor: Hz. Peygamber bir gece çıkınca, öteki eşlerine gittiğini düşünerek kıskandım. Geldi ve halimi gördü, "Kıskandın değil mi?" dedi. "Benim gibilere seni kıskanmak düşmez" dedim. "Mutlaka sana şeytanın geldi" buyurdu.<sup>120</sup>

Yine Hz. Aişe şöyle anlatıyor: "Safıyye gibi güzel yemek yapanı görmedim. Bir gün evimdeyken, Hz. Peygamber'e yemek getirmişti; beni bir korku aldı, heyecandan titredim, kabı kırdım, yaptığıma pişman oldum. Sordum Ya Rasulallah, yaptığımın cezası nedir? "Kaba Karşılık kap, yemeğe karşılık yemek" buyurdu.<sup>121</sup>

Kıskanmak, bazı durumlarda sevilen, övülen; bazen de sevimsiz, kınanan bir şey olur. Eşi kıskanmak, bunu gerektiren gerçek bir gerekçesi olduğu takdirde, övülmüş ve

<sup>117</sup> Necati, *Hadis ve Psikoloji*, s. 88.

<sup>118</sup> Müslim, Lian, 16; Malik, Akdiye, 17; Ebu Davud, Diyat 12.

<sup>119</sup> Gazâlî, *İhyâu Ulûmi'd-dîn*, III, 379.

<sup>120</sup> Müslim, Münafikun 70; Nesai, İşretün-Nisa 4.

<sup>121</sup> Ebu Davud, Büyü, 91; Nesai, İşretün-Nisa, 4.

sevimli bir iştir. Geçici bir dünya menfaati veya bir gerekçesi, aslı olmayan bir şüphe veya kuruntu yüzündense, mekruhtur.<sup>122</sup>

#### 1.2.2.6. Kibir

Diğer bir manevi hastalık olan kibir ise, kendini büyük, başkalarını küçük görmektir; hoş olmayan bir hal, kınanmış bir sıfattır. Kuran-ı Kerim’de kibirlenenler için olumsuz bir tanım yapılmıştır. Yüce Allah şöyle buyurur: “Ama ahiret diyarına gelince: Biz orayı dünyada büyüklük taslamayanlara, fesatçılık ve bozgunculuk peşinde olmayanlara veririz. Hayırlı akıbet, günahlardan sakınanlarındır.”<sup>123</sup>

Hız. Peygamber de kibri yasaklamıştır. Kibirlenenleri acıklı bir azapla korkutmuştur. Hız. Peygamber: “Kalbinde azıcık kibir bulunan kimse cennete giremez” buyurdu. Birisi, “Ya Rasulallah, ya adam güzel elbisesi, güzel ayakkabısı olmasını istiyorsa?” deyince: “Allah güzeldir; güzeli sever. Kibir, hakkı kabul etmemek, insanları küçük görmektir”<sup>124</sup> buyurmuştur. Kibrin cennete girmeye engel olması kişi ile diğer bütün insanlar arasına girdiği içindir. Güzeli ahlaklar cennet kapılarını açar kibir gibi kötü ahlaklar ise cennet kapılarını kapatır. Zira kibirli insan kendisi için sevdiğini başkası için sevme vasfına ve muttakilerin belirgin bir vasfı olan tevazuya sahip değillerdir. Kin, hiddet ve çekememezlik gibi hastalıklardan da kurtulamazlar. İnsanları çekiştirmekten kendilerini alıkoyamazlar. Kısaca kibirli insanlar bu vasfı korumak için her kötülüğe başvurur ve bütün iyi hasletleri kaybederler.<sup>125</sup>

Bu hadiste, hakkı reddeden ve kibrinden dolayı onu kabul etmeyenlere, kendini üstün, insanları hor görenlere korku ve cennetten mahrumiyet vardır.<sup>126</sup>

“ Şu üç şeyden uzak olarak ölen cennettedir: 1- Kibir 2- Kin 3- Borç.”<sup>127</sup>

Bu hadislerden, kibirliliğin kötü bir huy olduğu açıkça ortaya çıkmaktadır. Hız. Peygamber kibri yasakladığı gibi davranışlarında kibirden en uzak kişiydi. Arkadaşları da onun gibiydiler. Sahabe son derece alçakgönüllü, kibir ve öğünmeden uzak, Allah ve Resulünün emirlerine uymaktaydılar. Hız. Peygamber: “Allah bana, ‘alçakgönüllü

<sup>122</sup> Necati, *Hadis ve Psikoloji*, s. 88.

<sup>123</sup> Kasas, 28/83.

<sup>124</sup> Müslim, İman, 147; Ebu Davud, Edeb, 29; Tirmizi, Birr, 61.

<sup>125</sup> Gazâlî, *İhyâu Ulûmi’ d-dîn*, III, 740.

<sup>126</sup> Necati, *Hadis ve Psikoloji*, s. 97.

<sup>127</sup> Tirmizi, Siyer, 21.

olunuz, kimse kimseye azgınlık yapmasın, kimse kimseye karşı övünmesin' diye vahyetti"128 buyurdu.

Kuran-ı Kerim, hava atma ve kendini beğenme duygularını karalamıştır. Yüce Allah: "Kibirli davranarak insanlara yüzünü dönme, yerde çalımlı çalımlı yürüme! Çünkü Allah kibirle kasılan, kendini beğenmiş, övünüp duran kimseleri asla sevmez"129 buyurdu.

Hz Peygamber kendini beğenen kişileri şiddetli bir şekilde uyarmıştır. "Kim, kibirlenerek elbisesini sürürse, Allah kıyamet günü onun suratına bakmaz."130

Kişi ilminden, amel ve ibadetinden, asaletinden, güzelliğinden, servetinden, gücünden ve akrabalarının çokluğundan kibirlenir. Kibrin tedavisi iki şekilde olur. Birincisi, ilim, nefsinin ve Rabbini bilmesidir. Ameli ilacı ise, Allah için ve bütün insanlar için tevazu göstermektir. Mal ve servetin, güzelliğin, asaletin gelip geçici olduğunu unutmamaktır.131

### 1.2.2.7. Üzüntü

Üzüntü de insanı psikolojik olarak hasta eden etkenlerden bir tanesidir. Eğer üzüntüden kurtulma yolları bulunmazsa kişi ciddi manada sıkıntı yaşar. İnsan sevdiği bir şahsı veya kendisi için değerli olan bir şeyi kaybedince duyduğu hislerden biri kederdir. İnsanda keder, sıkıntı oluşturduğundan insan kederi sevmez.

Hz. Peygamber, başlarına ölüm gibi bir sıkıntı gelmesi halinde bile Müslümanları hüznün duygularına hâkim olmaları konusunda uyarmıştır. Üsâme b. Zeyd anlatır: "Hz. Peygamber'in kızlarından biri, bebeğinin ölümü üzerine, Hz. Peygamber'i çağırdı. Resul (s.a.s.) haber getirene: Ona dön ve de ki: Veren de alan da Allah'tır. Allah'ın yanında her şeyin bir vakti vardır. Söyle ona sabretsin ve karşılığını beklesin."132

---

<sup>128</sup> Ebu Davud, Edeb, 40.

<sup>129</sup> Lokman, 31/18.

<sup>130</sup> Buhari, Libas, 1, 2, 5, Edeb 55; Müslim, Libas 42; Tirmizi, Libas, 8; Nesai, Zinet, 102.

<sup>131</sup> Gazâlî, *İhyâu Ulûmi'd-dîn*, III, 767-772.

<sup>132</sup> Buhari, Cenaiz, 33.

Hız. Peygamber: “Kulun başına bir bela gelir de ‘Allah’tan geldik, O’na döneceğiz. Allah’ım, bu beladan bana sevap ver ve sonunu hayır getir’ diye dua ederse Allah da bu musibetten ona sevap yazar ve sonunu hayır kılar”<sup>133</sup> buyurdu.

Üzüntüye hâkim olmak demek, ağlamamak, yakınının kaybedilmesinden dolayı kalpte acı duymamak demek değildir. Bu gibi durumlarda ağlamak normal; serbest ve sakıncası yoktur. Üzülmeye hâkim olmaktan maksat, yüksek sesle ağlamamak ve iyilikleri abartarak sayıp dökmekte aşırı gitmemektedir. İbn Ömer’in anlattığına göre, Rasul(s.a.s.) Sad b. Ubade’nin başsağılığına gitti. Yanında Abdurrahman b. Avf, Sad b. Ebi Vakkas, Abdullah b. Mesud vardı. Hız. Peygamber’in ağladığını görenler de ağladılar. Buyurdu ki “ Allah, kalp hüznlendiği veya göz ağladığı için azap etmez; fakat dilini göstererek bununla azap veya merhamet eder.”<sup>134</sup>

#### 1.2.2.8. Yaşlılık

Diğer ülkelerde olduğu gibi bizim ülkemizde de yaşlı nüfus hızla artmaktadır. Bu artışla beraber ortaya hem toplumsal hem de bireysel yaşlılık sorunları çıkmaktadır. Bu konuya dair birçok alanda, tıp, tarih, edebiyat, eğitim, sosyal ve psikolojik alanlarda çalışmalar yapılmıştır.<sup>135</sup>

Yaşlılık, her insanın muhakkak geçirmesi gereken bir evre olup, geri dönüşü olmayan bir haldir. Hız. Peygamber “Ey Allah’ın kulları! Tedavi olun, çünkü Allah, her hastalık için mutlaka bir deva yaratmıştır. Ancak bir dert müstesna, o da ihtiyarlıktır”<sup>136</sup> buyurarak bu gerçeği dile getirmiştir.

Yaşlılar çocuk gibidir. Hem fiziksel hem de psikolojik olarak farklı bir sürece girdikleri için duyguları, hissiyatları, olaylara verdikleri tepkiler çok farklılaşır. Çok çabuk darılır, üzülür, kırılırlar. Çocuklarımıza karşı nasıl hassas davranıyorsak yaşlılarımıza da öyle hassas davranmalıyız. Dinimizde yaşlılara karşı çok hassas olunması, onlara karşı sabırlı ve hoşgörülü davranılması gerektiği öğütlenir.

Gerek Kuran’ı Kerimde gerek hadislerde yaşlılara nasıl muamele edilmesi gerektiği üzerinde durulmuştur. Kuran yaşlılığı, ölüm gibi insan hayatının tabii bir parçası olarak

<sup>133</sup> Müslim, Cenaiz, 3.

<sup>134</sup> Müslim, Cenaiz, 12.

<sup>135</sup> Kılavuz, *Yaşlanma Dönemi Din Eğitimi*, s. 1.

<sup>136</sup> Ebu Davud, Tıb, 1; Tirmizi, Tıb, 2; İbn Mace, Tıb, 1.



görür. Hatta Kuran insanların dikkatlerini yaşlanma dönemine çekerek bu döneme özel bir önem atfeder. Kuranda insanın gelişim evrelerine dikkat çeken örnekler bulunabilir. Kuran’da hayatın ilk yıllarındaki yaratılış safhasından, çocuğun dünyaya geliş evrelerinden, doğum sonrası çocuğun annesi tarafından yetiştirilmesinden ve ana baba haklarına saygıdan bahseden ayetlerin yer aldığı görülür.<sup>137</sup>

“Asr” suresinde üzerine yemin edilen ikinci vakti bir yoruma göre insan hayatının yaşlılık dönemidir. “Asr” suresinde insan ömrünün ikinci vaktine yemin edilmektedir. İkinci vakti, vaktin akşama yaklaştığı, güneş ışığının sönmeye başladığı, akşamın olmaya başladığı vakittir. Bu surede hayatın son dönemine yaklaşan insanların kaybetme durumu ile karşı karşıya olduğu, ancak birbirine sabır ve hakkı tavsiye edenlerin istisna olduğu vurgulanmaktadır. Bu surede zaman geçmesiyle kaçınılmaz olarak insanın bazı olumsuz sonuçlarla karşılaşabileceği vurgulanmaktadır. Yaşlanma dönemine ulaşma şansını yakalayan bireylerde fiziksel, bilişsel ve ruhsal açıdan iyileşmesi mümkün olmayan düşüşler olabilir. Bu sure, yaşlanma sürecinde bu düşüşleri yaşayan kimseler ve bu döneme hazırlık yapan genç ve yetişkinler için adeta bir derin düşünme fırsatıdır.<sup>138</sup>

“Asr” suresinde zamanın geçmesi sonucunda insanın ömrünün eksildiği vurgulanmaktadır. Zamanın geçmesi insanın kendisinden bir parça gitmesi anlamına gelmektedir. İnsanın ömründen gidenin karşılığında bir kazanç olmazsa o eksiklik hüsrandan ibaret olur. İnsan kayıplarının her parçası için ne kazandığını hesap etmezse aldanır. Her geçen gün ecelden, ömürden bir eksiklidir. Ancak iman edip salih amel işleyenler hariçtir.<sup>139</sup> İkinci vakti bir kayıp olabilir fakat bu sureden şunu anlıyoruz ki, istisna durumu söz konusudur. İman edenler, salih amel işleyenler, hakkı tavsiye edenler ve sabrı tavsiye edenler müstesnadır.

Hiz. Peygamber’in de işaret ettiği üzere yaşlılık görmezden gelinecek bir süreç değildir. Bu bir gerçektir. Bu gerçeği gerek fert olarak gerek toplum olarak kabullenmek gerekir. Her insan doğar, büyür, yaşlanır ve ölür. Yaşlılık yaşam serüveninin son noktasıdır. Yaşlılık dönemine giren bir şahısta farklı psikolojik belirtiler ortaya çıkar. Yaşlılar artık itibarlarını kaybettiklerini zannederler, kendilerini değersiz olarak görürler. Bu

<sup>137</sup> Hac suresi, 22/5; Furkan suresi, 25/54; Secde suresi, 32/7, 8; Yasin, 36/77.

<sup>138</sup> Kılavuz, *Yaşlanma Dönemi Din Eğitimi*, s. 12.

<sup>139</sup> Yazır, *Hak Dini Kur’an Dili*, IX, 428.

psikolojilerini etkileyen bir unsur da vücutlarındaki organlarının da giderek yıkım geçirmesi ve her aynaya baktıklarında kendilerini farklılaşmış görmeleridir. Hatta bu konuda sahabeden birinin “yaşlandık ve unuttuk”<sup>140</sup> ifadesi de yaşlanmanın insan vücudunda ortaya çıkardığı hasarı çok güzel ifade ediyor.

Yaşlılığın getirdiği problemlerden birisi de, çalışma hayatları bitince aktif bir haldeyken bir müddet sonra pasif hale gelme yaşlılarda yalnızlık hissine sebep olmaktadır. Çocuklarının, eşinin kısaca ailesinin geçimini kendisi sağlarken bir yaştan sonra kendisinin çocuklarına muhtaç hale gelmesi düşüncesi yaşlılığın en büyük psikolojik problemlerindedir. Yaşlılığın sorunlarından bir diğeri de aile bireylerinden ilgi beklediği bir zamanda aile bireylerinin ilgisiz kalması veya terk ederek onları kendi hallerine bırakması, onları ölüme terk etmesidir. Bu durum onların ruh hallerini bozan bir durumdur. Yaşlı kimselerde hayattan uzaklaşma hali, daha çok ahiret, ölüm düşüncesi hâkimdir. Bu yüzden ibadet yapmaya daha düşkün olurlar. Çünkü onlar için ölüm bir sığınaktır. Yaşlı insanlarda dine yönelme, dine olan ilgi, dindarlaşma olayı daha yoğun bir şekilde kendini göstermektedir.<sup>141</sup> Yaş ilerledikçe yalnızlığın vermiş olduğu bir duyguyla bir yerlere sığınma ihtiyacı neticesinde yaşlı kimseler ibadetlere ciddi manada ilgi göstermektedirler.

Kuran’ı Kerim, insanın yaşlılık döneminden ve geçirdiği safhalardan bahseder. Çocukluk döneminin zayıflığını yetişkinlik dönemi izler, arkasından son dönemdeki zayıflık ortaya çıkar, sonra da ölüm herhangi bir anda hayat sürecini sonlandırır.<sup>142</sup> Kuran yaşlılık dönemini ömrün en güç dönemi olarak açıklar. Yaşlılığa ulaşan insanların birtakım musibetlerle karşılaşabileceğini haber verir. Ömrün belli safhaları vardır. Kuran bundan şöyle bahseder: “Sizi Allah yarattı. Sonra da sizi O vefat ettirecek. İçinizden kimi, bilgi sahibi olmasından sonra (çocuk gibi), bir şey bilmesin diye, ömrün en fena(güç) dönemine vardırırlar. Allah her şeyi hakkıyla bilir, her şeye kadirdir.”<sup>143</sup> Bu ayette insanları yaratan, kimini genç iken öldüren, kimini de bildiklerini unutup bunayacak bir çağa kadar yaşatanın Allah olduğu belirtiliyor. Kuran’ın, bu dönemi “ömrün en düşkün çağı” olarak isimlendirmesinin sebebi, özellikle akıl yetisinde güç kaybının yaşanması, duyuların fonksiyonlarını kaybetmeye başlaması gibi sebeplerden

<sup>140</sup> İbn Mace, Mukaddime, 3.

<sup>141</sup> Hökelekli, *Din Psikolojisi*, s. 283.

<sup>142</sup> Kılavuz, *Yaşlanma Dönemi Din Eğitimi*, s. 13.

<sup>143</sup> Nahl, 16/70.

ve bu kaybedilenlerin bir daha geri gelmeyeceğinden dolayıdır.” Kiminiz de ömrün en reziline itilir” deniyor. Allah sizi bu en rezil ömre itti denmiyor.<sup>144</sup> Özellikle yaşlılık döneminde bunama, alzheimer, parkinson ve diğer hastalıklar kaçınılmaz olabilmektedir. Zihinsel güç yitiminden kurtulmak mümkün olsa bile bedensel zayıflık muhakkak hissedilecektir.<sup>145</sup>

Yaşlılık insanda çaresizlik ve güçsüzlük hali ortaya çıkarır. Şu ayet bu gerçeği ifade etmektedir: “Allah o kadirdir ki sizi bir zaaftan yaratmakta, sonra zaafın ardından bir kuvvet yaratmakta, sonra kuvvetten sonra bir zaaf ve ihtiyarlık verdi. Allah dilediğini yaratır. Her şeyi bilen, her şeye kadir olan yalnız O’dur.”<sup>146</sup> Bu ayette insanın nasıl yaratıldığını, sonunda zayıflığın, acizliğin çağı olan ihtiyarlığın geleceği anlatılmaktadır. İnsan doğduğunda güçsüzdü, büyümeye başladıkça güçlendi sonra zayıflamaya başlamış önce orta yaşlı bir insan, sonra ihtiyar sonra pir-i fani olmuştur.<sup>147</sup>

Hz. Peygamber toplumun her kesimiyle ilgilenmiştir. Yaşlı kesimi görmezlikten gelmemiştir. Yaşlı kimselere psikolojik olarak destek olmuştur. Hz. Peygamber yaşlılara nasıl davranılması gerektiğini ortaya koyan en büyük örnektir. Yaşlanmanın kötü bir şey olmadığını aksine her yaşta olduğu gibi bu dönemin de güzel değerlendirildiğinde insan için bir fırsat olacağını şöyle ifade eder: “İnsanların en hayırlısı, ömrü uzun, ameli güzel olanıdır.”<sup>148</sup> Yaşlılara ömürlerinin uzun olmasından ötürü moral vermekte, onlara müjde vermektedir. Onlara psikolojik destek vermektedir. Kişilerin yaşlandıklarından ötürü bunalıma girmemelerini aksine bu durumun olumlu yanlarının olduğunu göstermiştir.

Hz. Peygamber çevresindeki bütün insanlara ayırmaksızın şefkat ve merhametle yaklaşmıştır. Bir eş olarak, bir baba olarak, bir dede olarak, bir arkadaş olarak, insanları hiçbir zaman kırıp incitmemiştir. Torunlarıyla o kadar güzel ilgilenmiştir ki günümüzde ki dedelere en güzel örnektir. Hasan ve Hüseyin’e olan ilgisi yanında yine kızı Zeynep’ten olan torunu Ümame’yi, halka namaz kıldırırken bile yanından uzaklaştırmamış, rükûa vardığında onu yere bırakarak, secdeden başını kaldırdığı zaman

<sup>144</sup> Fahrüddin er-Razi, *Tefsir-i Kebir*, XIV, 284, 285.

<sup>145</sup> Kılavuz, *Yaşlanma Dönemi Din Eğitimi*, s. 13.

<sup>146</sup> Rum, 30/54.

<sup>147</sup> İbn Kesir, *Hadislerle Kur’an-ı Kerim Tefsiri*, XII, 6386.

<sup>148</sup> Tirmizi, *Zühd*, 21, 22.

tekrar omzuna almıştır.<sup>149</sup> Bu da gösteriyor ki günümüzde ki yaşlı dedeler torunlarıyla ilgilense onlarla zaman geçirse sıkılmamış olurlar ve bir işe yaradıklarını düşünerek mutlu olabilirler.

Hız. Peygamber, yaşlılığa karşı nasıl dua edilmesi gerektiğini, bu sıkıntılı dönemden sabrederek nasıl çıkılabileceğini, yaşlılık döneminde insanın fıtratında ortaya çıkan bir takım değişikliklere karşı nasıl muamele edileceğini, bu dönemde karşılaşılması muhtemel bazı sorunları atlatmak için ne yapılması gerektiğini, şu duasında ifade etmiştir. “Ey Rabbim! Aczden, tembellikten, korkaklıktan, düşkünlük derecesine varan ihtiyarlıktan, cimrilikten, yalancılara yanılmasından, kabir azabından, hayatın ve ölümün fitnesinden sana sığınırım.”<sup>150</sup>

Hadislerde insanlara tavsiye edilen, ihtiyaç sahibi, bakıma muhtaç insanlara maddi manevi yardımda bulunmak, büyüklere hürmet etmek ve kendimizi onların yerine koymak yani empati yapmaktır. “Yaşından dolayı ihtiyara hürmet eden her gence Allah, yaşlılığında hürmet(hizmet) edecek kimseler müyesser kılar.”<sup>151</sup> Bunun yaşanmış örnekleri mevcuttur. Yeme içme noktasında da büyükleri öncelikli tutmak da Hız. Peygamber’in tavsiye ettiği bir durumdur.<sup>152</sup> Yine büyükler geldiğinde onlara ikram edilmesi gerektiğini,<sup>153</sup> ifade etmiştir. İnsanlar arasında hürmet edilmesi gereken yaşlı insanların en önemlileri anne ve babadır. Anne babanın hoşnutluğunu kazanmak, kişiyi yüce Allah’ın hoşnutluğunu kazanmaya, anne babanın gazabını kazanmak da Yüce Allah’ın gazabını kazanmaya götürmektedir.<sup>154</sup> Yine cihada katılmak isteyen sahabîye geriye dönmesini yaşlı anne babasına hizmet etmesini tavsiye ederek onlara hizmetin ne kadar önemli olduğunu vurgulamaktadır. Şu halde anne babaya hizmet etmek kişiye cihad sevabı kazandırır.

İslam dini yaşlılara bir takım kolaylıklar sağlamıştır. Onlara değer verilmesi gerektiği üzerinde durulmuştur. Yukarıda zikredilen ayet ve hadisler bunun ispatıdır. Bazı toplumlarda yaşlı insanlara uygulanan bir takım kötü muamelelere Müslüman yaşlılar maruz kalmamıştır. O toplumlarda yaşlılar faydasız görülüp ölüme terk ediliyordu.

---

<sup>149</sup> Buhari Edeb, 18.

<sup>150</sup> Buhari, Daavat, 38, 40, 42; Müslim, Zikr, 52; Tirmizi, Daavat, 71.

<sup>151</sup> Tirmizi, Birr, 75.

<sup>152</sup> Buhari, Eşribe, 19.

<sup>153</sup> İbn Mace, Edeb, 19.

<sup>154</sup> Tirmizi, Birr, 3.

Mesela, Eskimolarda yaşlıların buzdan kulübelerde ölüme terk edilmesi, bir balık avı sırasında bir buzulun üzerine düşürülmesi, eski Japonların yoksul köylerinde ihtiyarların “ölüm dağları” denilen dağlara bırakılmaları gibi kötü muameleler söz konusudur.<sup>155</sup>

İslam dini ibadetler konusunda da yaşlılara bir takım kolaylıklar sağlamıştır. Bu Allah’ın onlara karşı merhametinin tezahürüdür. Hz. Peygamber’e bir gün biri gelerek “Ey Allah’ın Resulü filanca bize namaz kıldırırken o kadar uzatıyor ki, sabah namazına gitmekten (adeta) geri kalıyorum” dedi. Bu duruma tepki gösteren Hz. Peygamber, minbere çıkarak şunları söyledi: “Ey İnsanlar, içinizden Müslümanları dinden soğutanlar var. Herhangi biriniz namaz kıldırarak olursa hafif tutsun. Çünkü cemaatin içinde zayıf, yaşlı, iş-güç sahibi olanlar vardır. Herhangi biriniz kendi başına namaz kıldığında ise dilediği kadar uzatsın.”<sup>156</sup> Gerek namaz kılarken ayakta kılmaya gücü yetmeyenlere<sup>157</sup> gerek hacca bu sebeple gidemeyenlere, oruç tutamayanlara dinimizde ruhsat verilmiştir. İnsanlarda güçlerinin üstünde bir amel istenmemiştir.

Bakıma muhtaç fakat bakacak kimsesi olmayan veya yakınları tarafından bakılmayan yaşlı, kimsesiz insanlar için çeşitli kurumlar mevcuttur. Hz. Peygamber Medine’ye hicret ettiğinde fakir, kimsesiz insanların kalıp barınabileceği, Mescid-i Nebevi’nin bitişiğinde üzeri hurma dallarıyla örtülü bir yer tesis edilmiştir. Burada kalanlara “suffe ashabi” denilmiştir. Sayıları zaman zaman 400’e kadar yükseldiği ifade edilen kişilerin ihtiyaçları Hz. Peygamber ve ashabi tarafından karşılanıyordu. Burası aynı zamanda bir ilim merkezi olduğundan, İslam tarihinde ilk üniversite olarak kabul edilmektedir.<sup>158</sup> Bu uygulama günümüzdeki huzur evleri gibi değerlendirilemez belki ama bir nebze huzur evlerinin verdiği hizmeti bir yönüyle vermektedir. Hz. Peygamber döneminde zengin olan Müslümanlar zekâtlarını, sadakalarını ashab-ı suffeye veriyorlardı. Bu şekilde zengin ve fakir arasındaki uçurum ortadan kalkıyordu. Bu uygulama asrı sadetten günümüze kadar farklılaşarak devam etmiştir.

Türklerde, Osmanlıda vakıf sistemiyle kendini göstermiştir. Hastane, daru’ş-şifa, imaret, kervansaray ve darülaceze gibi kuruluşlar ortaya çıkmıştır. Yine bu süreçte yaşlıların barınabilmesi için huzurevlerine benzer kurumlar tesis edilmiştir. Darülaceze

---

<sup>155</sup> Bilgin, *İslam ve Çocuk*, s. 108.

<sup>156</sup> Buhari, *İlim*, 28.

<sup>157</sup> Ebu Davud, *Salât*, 175.

<sup>158</sup> Hamidullah, *İslam Peygamberi*, II, 769.

1896 yılında kimsesiz çocukları, yaşlı ve muhtaçları barındırmak amacıyla İstanbul'da açılan bir hayır kurumudur. Kuruluşundan bu yana, din ve milliyet farkı gözetmeksizin, yaklaşık 28.000 çocuğu ve 42.000 kimsesiz, yaşlı, güçsüz ve sakatı himaye etmiştir. Günümüzde de bu hizmetine devam etmektedir.<sup>159</sup>

Daruleytam, Balkan ve birinci dünya savaşlarında kimsesiz kalan çocukları barındırmak ve bir meslek edindirmek amacıyla kurulan müesseselerden biridir. İlki 25 Kasım 1914 yılında kurulmuştur.<sup>160</sup> Darüşşafaka, öksüz ve yetim Müslüman çocukları okutmak için, Cemiyet-i Tedrisiyye-i İslamiyye tarafından 1873 yılında İstanbul'da açılan bir mekteptir.<sup>161</sup>

### **1.3. Hastaya Karşı Sosyal ve Ahlaki Sorumluluklar**

Burada hastalığın sosyal bir boyutu olan hasta ziyaretinin önemine, bunun hem hasta hem de hasta ziyaretçisi için ne anlam taşıdığına, hastaya nasıl yaklaşmak gerektiğine ve son olarak da hasta haklarının neler olduğuna değinilecektir.

#### **1.3.1. Hasta Ziyaretinin Önemi**

Hasta ziyareti bir yönüyle sosyal bir olgudur. İnsanlar arasındaki bağların kuvvetlenmesi, kopmaması için önemli bir fırsattır. Müslümanlar arasında kuvvetli bir sevgi bağı oluşmasında etkin bir role sahiptir. Hasta ziyareti, bir yönüyle dini, diğer yönüyle insani bir vazifedir. Yerine getirilmesi pek çok rahmet ve güzelliklere vesile olacağı gibi, terki de; toplumsal hayatta boşluklar, çatlaklar ve insani münasebetlerde kopukluklar meydana getirir.<sup>162</sup> Zira hasta ziyareti Allah Resulü'nün hayatı boyunca hem yapıp hem de ashabına tavsiye ettiği amellerden birisidir. Peygamberin sünneti olan bir davranıştır. Allah Resulü (s.a.s.) bir hadislerinde: "Ashabım, hastaları ziyaret ediniz, açları doyurunuz, esaretinizdeki köleleri salıveriniz." buyurmuştur.<sup>163</sup> Hasta ziyareti konusunda teşvik edici olduğu kadar kendisi de bu konuda hassas davranmıştır.

İslam dini, toplum içerisinde insanların ilişkilerini düzenlemek için çeşitli kaideler ortaya koymuştur. Müslümanları her konuda eğitmiştir. Özellikle Müslümanların bir

<sup>159</sup> Nuhoglu, "Darülaceze", *DİA*, VIII, 513, 514.

<sup>160</sup> Nuhoglu, "Daruleytam", *DİA*, VIII, 521.

<sup>161</sup> Maviş, "Darüşşafaka", *DİA*, IX, 7.

<sup>162</sup> Öztürk, *Bir Nefes Sıhhat*, s. 62.

<sup>163</sup> Buhârî, *Merdâ* 4; Ebu Dâvud, *Cenâiz*, 11.

arada iyi günde de kötü günde de birbirlerine destek olmaları gerektiğini ifade etmiş ve bunu teşvik etmiştir. Hastalık bir insanın kötü günlerindedir. Bu kötü günlerinde hasta olan dost ve akrabaların ziyaret edilmesi hem onları memnun eder hem de hasta olan kişiye karşı vazife yerine getirilmiş olur. Kişiyi Allah katında değerli kılar.

Hasta ziyaretine giden kişi sadece hastayı memnun etmekle kalmaz ayrıca sevap hanesi dolu olarak geri döner. Bu konuyla ilgili olarak bir hadislerinde Rasulullah şöyle buyurmuştur: “Hasta ziyaretinde bulunan kimse, ziyaretten dönünceye kadar cennet meyveleri (Hurfe) arasındadır.” Ashabı “cennetin hurfesi nedir?” diye sordu. Hz. Peygamber buyurdular ki: “cennet meyvelerini toplamak demektir.”<sup>164</sup> Başka bir rivayette şu ilave bulunmaktadır: “Oturduğu zaman rahmet onu kaplar. Eğer ziyareti sabahleyin olursa geceleyinceye kadar yetmiş bin melek ona dua ve istiğfar eder.”<sup>165</sup>

Hadiste geçen hurfe bazı kaynaklarda meyveleri koparmak bazı kaynaklarda da koparılan meyve diye tarif edilmiştir. Ebu Bekir bin el Enbari: Resulullah (a.s.) tarafından hasta ziyaretine giden kimsenin elde ettiği sevap; bahçecinin koparıp topladığı meyvelere benzetilmiştir. Hurfe kelimesiyle yol manasının kastedildiğini söyleyenler de vardır. Buna göre cümlenin manası: Hasta ziyaretine giden kişi hastanın yanında oturuncaya kadar cennet yolunda yürümüş sayılır, şeklindedir. Yani cennete götürücü bir yol izlenmiş olur. Bu hadiste, vaat edilen mükâfatlar, hastayı sadece Allah rızası için ziyaret edenler içindir. Hastayı zenginliğinden veya şahsi nüfuzundan dolayı, ya da gösteriş için ziyaret edenlerin bu mükâfattan bir nasipleri yoktur.<sup>166</sup> Nitekim diğer bir rivayette şöyle buyrulmuştur: “Kim Allah rızası için bir arkadaşını ziyaret eder veya bir hastaya geçmiş olsun ziyaretinde bulunursa, bir münadi ona şöyle seslenir: “ Dünya ve ahrette hoş yaşayasın. Bu gidişin de hoş oldu. Kendine cennette bir yer hazırladın.”<sup>167</sup> Yine Tirmizi’de geçen şu hadis hasta ziyaretine çıkan kişinin nasıl büyük bir mükâfat kazanacağına işaret eder. Resulullah buyurdular ki: “Kim bir hastayı akşam vakti ziyaret ederse onunla mutlaka yetmiş bin melek çıkar ve sabaha kadar onun için istiğfarda bulunur. Ona cennette bir bahçe hazırlanır. Kim de hastaya sabahleyin

<sup>164</sup> Müslim, *Birr*, 40; İbn Mace, *Cenaiz*, 2; Tirmizi, *Cenaiz*, 2.

<sup>165</sup> İbn Mace, *Cenaiz*, 2.

<sup>166</sup> Hatipoğlu, *Sünen-i İbn Mace Terceme ve Şerhi*, IV 266.

<sup>167</sup> Tirmizi, *Birr*, 67.

giderse, onunla birlikte yetmiş bin melek çıkar, akşam oluncaya kadar ona istiğfarda bulunur. Ona cennette bir bahçe hazırlanır.<sup>168</sup>

Hız. Peygamber konuyla ilgili başka bir rivayette şöyle buyurmuştur: “Bir kimse, hasta ziyaretine gidince, ilahi rahmetin içine dalmış olur. Hastanın yanında oturunca da onun hakkında rahmet gerçekleşir.”<sup>169</sup>

Hastayı ziyaret etmek faziletli olduğu gibi, abdestli ziyaret de övülmüştür. Bu konuda Enes b. Malik’den gelen rivayete göre Rasulullah (s.a.v.) şöyle buyurdu:

“Kim güzelce bir abdest alır da (sevabını) Allah’dan umarak (hasta olan) bir mümin kardeşini ziyaret ederse, cehennemden yetmiş harif (sürecek bir) mesafe kadar uzaklaştırılır.” (Bu hadisi Enes’den nakleden Sabit, rivayetine devam ederek şunları söyledi: (Ben Enes’e)

“ Ey Ebu Hamza harif nedir?” dedim. O da

“Yıldır” cevabını verdi.<sup>170</sup>

Metinde geçen harif kelimesi, sözlükte “sonbahar” anlamına gelir. Burada ise mecazen “yıl” anlamında kullanılmıştır. Hasta bir Müslüman’ı abdestli olarak ziyaret eden bir kimsenin cehennemden yetmiş sene sürecek kadar uzaklaştırılmasından maksat, gerçek manada uzunluk ölçüleriyle ölçülebilecek ve yetmiş sene sürecek bir uzaklık olabilir. Cehennemden bu kadar uzaklaştırılmış olan kimse de artık cehennem ateşinin tesirinden kurtulmuş olur. Fakat bu sözün kinaye yoluyla cehennemden kurtulup cennete girmek anlamında kullanılmış olması da mümkündür.<sup>171</sup> Bu hadiste ziyaret sırasında abdestli olmaya teşvik vardır. Bazı âlimler abdestli olmanın hikmetini şöyle açıklamışlardır: “ Hasta ziyareti bir ibadettir. İbadetlerin abdestli olarak yapılması, onu en mükemmel şekilde yapmak demektir, bu ise efdaldır.”<sup>172</sup>

Bir kimsenin ahiret yurdunda mesut bir hayat sürebilmesi için hasta ziyaretinde bulunması bir vesiledir. Bir hadiste Hız. Peygamber şöyle buyurmuştur: “ Kim hastayı

---

<sup>168</sup> Tirmizi, Cenaiz, 2.

<sup>169</sup> Malik b. Enes, Ayn 7.

<sup>170</sup> Ebu Davud, Cenaiz 7.

<sup>171</sup> Yeniçel, Kayapınar, *Sünen-i Ebu Davud Terceme ve Şerhi*, XI, 456.

<sup>172</sup> Canan, *Kütüb-i Sitte*, IX, 434.



ziyaret ederse gökten bir melek: Güzel ve hayırlı bir iş yaptın. Yürüyüşün güzel ve hayırlı oldu. Kendine cennetten bir köşk hazırladın diye nida eder.”<sup>173</sup>

Her konuda olduğu gibi hasta ziyareti konusunda da Hz. Peygamber’in davranışları bize en güzel örneği oluşturmaktadır. Bir hadislerinde Hz. Peygamber şöyle buyurmuştur:

“Müslüman’ın Müslüman üzerinde örf (Maruf) ve adet yönünden (yerine getireceği) altı (hak) vardır. Ona rastladığı zaman selam verir. Onu davet ettiği zaman davetine icabet eder. Aksırdığı zaman ona rahmet diler. Hastalandığı zaman onu ziyaret eder. Öldüğü zaman cenazesine gider. Kendi nefsi için arzuladığını onun için de arzular.”<sup>174</sup>

Hadiste geçen maruf kelimesini ulema “şer’an ve dinen güzel sayılan şeydir” diye tarif etmişlerdir. O halde hadiste zikredilen altı hak bu manada maruftur. Yani şer’an ve aklen güzel şeylerdir. Bu haklardan birisi olan hasta Müslüman’ı ziyaret etmek, âlimlerin çoğuna göre sünneti müekkededir. Ancak ziyaret etmemek; hastanın tehlikeye düşmesine ve zaruri ihtiyaçlarının ihmaline yol açacaksa ziyaret ve bakım vacip olur.<sup>175</sup>

İnsanoğlu dünyada sürekli bir imtihan içerisinde. İnsanın başına ne zaman ne geleceği belli değildir. Her an bir kaza, hastalık ya da bir felaket gelebilir. Kişi bu durumda nasıl ki dost ve akrabalarını yanında görmek istiyor, kendisine destek olmalarından mutlu oluyorsa, aynı şekilde kendisinin de dost ve akrabalarını acılı günlerinde yalnız bırakmayıp onları ziyaret etmesi gerekir. Acılar paylaşıldıkça azalır, mutluluklar paylaşıldıkça artar.

Bir insanın gücü iyilik yapmaya yetiyorsa iyilik yapmalıdır. Hasta ziyaretine gitmek, teselli bekleyen akrabamızı, komşumuzu teselli etmek büyük bir iyiliktir. Hasta olanlara maddi-manevi destek vermek Allah’ın rızasını kazanmaya bir vesiledir. Şu kutsi hadis de bu gerçeği anlatmaktadır: Hz. Enes’in anlattığına göre Hz. Peygamber şöyle buyurmuştur:

“Allah kıyamet gününde, şöyle buyuracak : “ Âdemoğlu! Hastalandığımda beni ziyaret etmedin. Âdemoğlu: - Rabbim! Seni nasıl ziyaret edebilirim ki, sen Âlemlerin Rabbisin, der. Filan kulum hastalandı da onu ziyaret etmedin, ama bil ki, onu ziyaret etseydin

---

<sup>173</sup> İbn Mace, Cenaiz 2.

<sup>174</sup> Buhari, Nikâh 71; Müslim, Selam 3; İbn Mace, Cenaiz, 1; Nesai, Cenaiz 53.

<sup>175</sup> Hatipoğlu, *Sünen-i İbn Mace Terceme ve Şerhi*, IV, 258.

elbette beni onun yanında bulurdun, buyurur.<sup>176</sup> Bu hadisten de anlaşılıyor ki Allah'ın rızasını ve sevgisini kazanmak, zengin- fakir, büyük- küçük, Müslim- Gayri Müslim ayırımı yapmaksızın herkesi ziyaret etmekle mümkün olabilir.

Dinimiz hasta ziyaretinde Müslim Gayri Müslim ayımı yapmaz. Diğer din mensuplarının ziyareti konusunda Hz. Peygamber bizim için büyük bir örnektir. Hz. Peygamber'in hasta ziyareti konusunda çok hassas olduğunu ve hiçbir ayırım yapmaksızın hasta ziyaretinde bulunduğunu rivayetlerden anlamaktayız. Bir gün kendi hizmetinde çalışan Yahudi bir çocuk hastalanınca, Allah Resulü onu ziyaret etti, başucunda oturdu ona Müslüman olmasını teklif etti. Genç, orada bulunan babasının yüzüne baktı. Babası, "Oğlum, Ebu'l-Kasım'ın sözünü dinle." Deyince genç, Müslüman oldu. Efendimiz, hastanın yanından çıkınca, "Şu genci cehennem azabından kurtaran Allah'a hamd olsun." Dedi.<sup>177</sup> Bu hadisten şunu anlıyoruz, Müslümanların idaresi altında yaşayan ehli kitabın hastalarını ziyaret etmek caizdir. Bu vesileyle onların kalbi İslam'a ısındırılabilir.<sup>178</sup>

Hz. Peygamber sadece Gayri Müslim'i değil, hasta birini duyduğu zaman münafık da olsa onu ziyaret eder, onun son isteğini yerine getirmeye çalışırdı. Bunun en güzel örneği Resulullah'ın münafıklardan olan Abdullah b. Übeyy'i ölümüne sebep olan hastalığı sırasında ziyaret etmesidir. Abdullah b. Übeyy ölünce oğlu Hz. Peygamber'e gelip babasının öldüğünü haber verir ve gömleğini kefen olarak vermesinin mümkün olup olmadığını sorar. Resulullah'da gömleğini çıkarıp verir.<sup>179</sup> Hz. Peygamber en büyük düşmanlarının dahi isteğini geri çevirmeyecek kadar yüksek bir ahlaka sahiptir.

Hz. Peygamber hasta ziyaretinde erkek kadın ayırımı da yapmamıştır. Ümmü'l-Ala hasta olduğunda Hz. Peygamber kendisini ziyaret etmiş ve " Allah Müslüman hastanın günahlarını, ateşin altın ve gümüşü erittiği gibi götürür" müjdesini vermiştir.<sup>180</sup>

Hz. Peygamber hasta ziyaretine kimi zaman binek üzerinde kimi zaman da yaya olarak gitmiştir. Cabir bin Abdullah şöyle demiştir: "Ben, Beni Selime kabilesinde iken

---

<sup>176</sup> Müslim, Birr, 43.

<sup>177</sup> Buhari, Merda 11; Ebu Davud, Cenaiz, 5.

<sup>178</sup> Yeniçel, Kayapınar, *Sünen-i Ebi Davud Terceme ve Şerhi*, XI, 454.

<sup>179</sup> Ebu Davut, Cenaiz, 4.

<sup>180</sup> Ebu Davud, Cenaiz, 3.

Resulullah (a.s.) ve Ebu Bekir beni yaya olarak ziyaret ettiler.<sup>181</sup> Ebu Davut'da geçen bir başka rivayette Cabir demiştir ki: "Rasulullah (s.a.), hastalandığım zaman katıra veya ata binmeden (gelir)beni ziyaret ederdi."<sup>182</sup>

Halk arasında; göz, diş ve çibandan rahatsız olan bir kişiyi ziyaret etmenin sünnete aykırı olduğu yönünde bir kanaat vardır. Bu düşünce doğru değildir. Çünkü bu konudaki rivayetlere bakıldığında Hz. Peygamber'in gözlerinde bulunan bir ağrıdan dolayı sahabelerden birini ziyaret ettiğini görüyoruz.<sup>183</sup> Buradan hareketle hafif rahatsızlıklar için dahi hasta ziyaretinde bulunmanın meşru olduğu söylenebilir. Zira göz ağrısı korkutucu, ağır bir hastalık değildir. Baş ve diş ağrıları da bu gurupta mütalaa edilebilir.<sup>184</sup>

### 1.3.2. Hasta Ziyaretinde Dikkat Edilmesi Gereken Hususlar

Hastanın yanına girince, onu rahatlatacak, ona yaşama ümidi verecek, onu hayata bağlayacak, moral verici güzel sözler söylenmelidir. Hastanın yanında can sıkıcı konulara girmemeli, üzüntü verici haberlerden kaçınmalıdır. Ümit kırıcı mevzulardan değil; moral verici konu, hadise ve hikâyelerden bahsetmelidir. Yeri geldiğinde eğer uygun bir ortam varsa hastaya şaka bile yapılmalıdır.<sup>185</sup> Hz. Peygamber'den rivayet edilen bir hadis bu hususa ışık tutmaktadır: "Hastanın yanına girdiğiniz zaman ömrünün uzunluğu hususunda onu umutlandırıp kederini dağıtınız. Çünkü bu umut hiçbir şeyi geri çevirmez. Ve hastanın gönlünü hoş eder."<sup>186</sup> Yani ziyaret edilen hasta iyileşeceğine dair umutlandırılır, fakat eceli gelen kişinin ecelini geciktirmez. Ama hastanın sıkıntısını, üzüntüsünü gidermeye onun gönlünü hoş etmeye vesile olur.<sup>187</sup> Resulullah bu hadislerinde, hastayı ziyaret ederken uyulması gereken mühim bir edebe dikkat çekmektedir. Hastalara karşı daima güler yüzlü, tatlı dilli olunmalı, hal ve hareketlerle onlara destek verilmelidir. Hastaya mesela; Allah sana şifa versin, muhakkak ki iyileşeceksin, Bugün seni çok iyi gördüm, daha iyi olacaksın, korkulacak bir şey yok, Allah bu hastalık vesilesiyle senin günahlarını bağışlayacak gibi hastayı hoşnut edici

---

<sup>181</sup> İbn Mace, Cenaiz, 1.

<sup>182</sup> Ebu Davud, Cenaiz, 1.

<sup>183</sup> Ebu Davud, Cenaiz, 9.

<sup>184</sup> Canan, *Kütüb-i Sitte*, IX, 435.

<sup>185</sup> Öztürk, *Bir Nefes Sıhhat*, s. 63.

<sup>186</sup> İbn Mace, Cenaiz 1; Tirmizi, Tıbb, 35.

<sup>187</sup> Hatipoğlu, *Sünen-i İbn Mace Terceme ve Şerhi*, IV, 262.

sözler söylenmelidir. Gerçi bu sözler mukadder olan eceli değiştirmez ise de hastayı rahatlatır, gönlünü hoş eder. Hadis, hasta ziyaretinde gönül alıcılığı ziyaret adabı kılmaktadır.<sup>188</sup>

Hastanın gönlünü hoş tutacak söz ve davranışlarla yol göstermek tedavinin en güzel türlerinden birisidir. Bunlar bünyeyi kuvvetlendiren, vücut ısısını düşüren sözler olabilir. Bu sayede hasta hastalığı tamamen atmaya veya hafifletmeye uygun duruma gelir. Hastaların çoğunun, sevdiklerinin kendilerini ziyareti, kendileriyle görüşüp konuşmaları neticesinde eski güçlerine kavuştukları görülmüştür.<sup>189</sup>

Hasta ziyaretine giderken abdestli gitmek de sünnet olan bir davranıştır. Nitekim bir hadiste, “Kim abdest alır ve abdestini mükemmel yapar, sevap ümidiyle Müslüman kardeşini hasta iken ziyaret ederse, ateşten yetmiş yıllık yürüme mesafesince uzaklaştırılır” buyurulmuştur.<sup>190</sup> Abdestli gidilmesinin hikmetini âlimler şöyle izah etmişlerdir. Hasta ziyaretinde bulunmak bir ibadettir. İbadeti de abdestli olarak yapmak onu en güzel şekilde yapmak demektir, bundan dolayı ziyaretin abdestli yapılması daha faziletlidir.<sup>191</sup> Abdest almak necis, pis olan şeylerden temizlenmek demektir. Hasta ziyaretine giderken temiz bir şekilde gitmek hastaya mikrop bulaşmaması açısından önemli sayılabilir.

Hz. Peygamber hasta ziyaretine gittiğinde hasta için dua eder Allah’tan şifa isterdi. Ashabından hastalanan birini duyunca muhakkak onu ziyaret ederdi. Sa’d b. Ebi Vakkas’ı ziyaret ettiğinde elini alnına koyup sonra onun göğsünü ve karnını sıvazlayarak “Ey Allah’ım Sa’d’a şifa ver ve onun hicretini tamamla”<sup>192</sup> diye dua etmiştir.

Buna göre hasta ziyaretine gidildiğinde hastaya dua edilmelidir. Hastaya birlikte dua etmek de önerilebilir. Hastayla birlikte Kuran’da geçen şifa ayetleri ve Hz. Peygamber’in bu konudaki duaları okunabilir. Böyle bir davranışın hastanın manevi olarak rahatlamasına ciddi bir etkisi vardır. Hz. Peygamber’in hasta olan arkadaşını ziyaret ettiğinde elini hastanın alnına ve karnına koyarak dua etmesinden O’nun beden

---

<sup>188</sup> Canan, *Kütüb-i Sitte*, IX, 436.

<sup>189</sup> İbn Kayyim el-Cevziyye, *et-Tıbbu’un-Nebevi*, s. 150.

<sup>190</sup> Ebu Dâvud, Cenâiz 7.

<sup>191</sup> Canan, *Kütüb-i Sitte*, IX, 434.

<sup>192</sup> Ebu Davud, Cenaiz, 11.

diliyle de hasta olan arkadaşına destek verdiği anlaşılmaktadır. Bu hastaya ciddi bir moral olur.

Hastanın yanından ayrılmadan önce onu unutmayıp dua edeceğini söylemek moral verir. Yine hasta sıkıntı çekmekte olduğu için Allah'ın onun yapacağı duayı geri çevirmeyeceğini ifade edip, dua talebinde bulunmak lazımdır.<sup>193</sup>

Hasta için sadece ziyaret esnasında değil, Müslümanların toplandıkları bir mekânda toplu bir şekilde de dua edilebilir. Dindar olmayan hastalar dahi kendilerine toplu bir şekilde dua edildiğini duyduklarında içlerine bir rahatlama gelecektir. Bilimsel tekniklerle birlikte hastalığın iyileşmesinde duanın da önemli bir fonksiyonu vardır.

Hastalık üzerinden belli bir zaman geçtikten sonra hasta ziyaret edilmelidir. Bu konuda Enes b. Malik'ten gelen bir rivayet şöyledir:

Peygamber (s.a.) hastalık üzerinden üç gün geçmeden hiçbir hastayı ziyaret etmezdi.<sup>194</sup> Bunun hikmeti şu olabilir: Müslüman'ın hastalığı kesinleşinceye kadar ziyareti ertelemek lazımdır. Üç gün yatan bir insanın hastalandığı anlaşılabilir. Bunun üzerine ziyaret edilebilir. İnsan hafif bir rahatsızlık da geçirebilir. Bunun için ziyaret edilmesine gerek yoktur. Üç günden fazla yatıyorsa genellikle hasta sayılır ve ziyaret edilir.<sup>195</sup>

Hasta ziyaretine gidildiğinde hastaya bir şey isteyip istemediği, canının çektiği bir şey olup olmadığı sorulmalıdır. Ziyarete giderken hastanın hoşlanacağı faydalı olabilecek yiyecekler götürülmelidir.

Sindirimi bünyeyi rahatsız etmeyecek şekilde istediği yiyeceklerden az bir miktar almanın sakıncası yoktur. Hatta bu tarz bir davranış, çoğu kez yararlı bile olur. Çünkü mide ve bünye bu tarz yiyecek ve içeceği kabul eder, zararlı olacağından korkulan etkisini yararlı hale getirebilir. Arzu edilen lezzetli bir şey, bünye tarafından derhal kabul edilir ve mide onu en güzel şekilde sindirir.<sup>196</sup>

---

<sup>193</sup> Öztürk, *Bir Nefes Sıhhat*, s. 63.

<sup>194</sup> İbn Mace, *Cenaiz*, 1.

<sup>195</sup> Hatipoğlu, *Sünen-i İbn Mace Terceme ve Şerhi*, IV, 261.

<sup>196</sup> İbn Kayyim el-Cevziyye, *et-Tıbbu'un-Nebevi*, s. 134, 135.

Hız. Peygamber hasta birini ziyaret ettiği vakit “canın ne eker?” diye sorardı. Hastanın canı ne çekerse onu hastaya vermeye çalışırdı. Ve şöyle buyururdu: “Birinizin hastasının canı bir şey çektiği zaman, hastasına onu yedirsın”<sup>197</sup>

Hastanın canının çektiği şeyi vermek tavsiye edilirken hastaya zarar verebilecek yiyecekler kastedilmemiştir. Hadiste umumi bir ifade vardır. Hasta, kendi sağlığına zararlı olabilecek yiyecek isterse çok olmamak kaydıyla verilebilir. Çok verilirse zararlı olabilir. Az yedirmeyle hadiste geçen emir yerine getirilmiş olur. Böylelikle hastanın da arzusu gerçekleşmiş olur.<sup>198</sup> Bir bayram günü, Cuma günü veya uygun başka bir günde hasta ziyaret edilerek hastanın ne yiyip içebileceği de dikkate alınarak hastaya yiyecek götürülebilir.

Ziyarete giderken eli boş gitmek ziyaret adabına aykırıdır. Hastanın durumuna ve ziyaretçinin bütçesine göre bir hediye almak iyi olur.<sup>199</sup>

Hastayı ziyaret ederken az oturmak ve az gürültü yapmak sünnettendir.<sup>200</sup> Hız. Peygamber’den gelen bu uygulama hasta ziyaretinde dikkat edilmesi gereken adaplardan birisidir. Hasta yanında kalış süresini; doktorun müsaadesine göre ayarlamalı, hastanın durumuna ve ziyaretçiye, “kal, biraz daha otur” gibi sözler söyleyip söylememesine göre ayarlamalıdır.<sup>201</sup> Bu ziyaretler pek sık yapılmamalıdır, hastanın yanında çok oturulmamalıdır.<sup>202</sup> Eğer hasta uzun süreli yatan bir hastaysa bir mani bulunmadığı takdirde zaman zaman ziyareti tekrarlamak yerinde olacaktır.<sup>203</sup>

Hasta ziyaretine gidildiğinde hastanın yanında hayır konuşulması gerekir. Çünkü Hız. Peygamber bize bu şekilde davranmamızı emretmiştir. “Hasta veya ölünün yanında hazır bulunduğunuz zaman hayır söyleyiniz. Çünkü şüphesiz melekler söylediklerinize âmin! derler” buyurmuştur.<sup>204</sup> Hasta yanında bulunan bir kimsenin hastaya hayır dua etmesi güzel bir davranıştır. Buradan anlaşıldığına göre hasta ziyaret edenlerle birlikte

---

<sup>197</sup> İbn Mace, Cenaiz, 1.

<sup>198</sup> Hatipoğlu, *Sünen-i İbn Mace Terceme ve şerhi*, IV, 263,264.

<sup>199</sup> Öztürk, *Bir Nefes Sıhhat*, s. 63.

<sup>200</sup> Buhari, İlim, 39, Cihad, 176.

<sup>201</sup> Öztürk, *Bir Nefes Sıhhat*, s. 63.

<sup>202</sup> Bilmen, *Büyük İslam İlmihali*, s. 487.

<sup>203</sup> Öztürk, *Bir Nefes Sıhhat*, s. 64.

<sup>204</sup> İbn Mace, Cenaiz 4; Tirmizi, Cenaiz 7; Müslim, Cenaiz, 6.

melekler de dolaşmakta ve onların söylediklerine âmin demektedirler. Dolayısıyla hasta ziyaretinde hayır duaları ihmal etmemek gerekir.

Hastanın bulunduğu duruma göre hareket edilir. Hastanın yanına varılınca kişinin elini hastanın alnına yahut eli üstüne koyarak nasıl olduğunu sorması hastayı ziyaret etmenin tamamlayıcı adabındandır. Bazı rivayetlerde Peygamber Efendimizin sağ eliyle hastaya dokunduğu ve beden dili ile hastanın yanında olduğunu hissini verdiği görülmektedir. Ebu Abdullah Osman b. Ebi'l As anlatıyor: Bir gün vücudumda hissettiğim ağrıdan Allah'ın Resulüne şikâyet ettim. Bunun üzerine Allah'ın Resulü:“Vücudunun ağrıyan yerine elini koy ve üç defa “Bismillah” ve yedi defa “ Hissettiğim hastalığın zararından ve tehlikesinden Allah'ın yüceliğine ve kudretine sığınırım” söyle buyurdu.<sup>205</sup>

Hasta bu haldeyken sürekli ölümü düşünür. Gelen ziyaretçi bu yönden hastayı teselli etmeli ve ona ecel gelmeden, vakit saat dolmadan hiçbir nefsin ölmeyeceğini,<sup>206</sup> her insan için belirlenmiş bir ömrün olduğunu söylemek gerekir.<sup>207</sup>

Hastanın yanına varılınca, hastanın yanında bulunanlar geriye çekilir. Yeni gelenlere hastayı görmek için fırsat verilir. Hasta ziyaretinde hastanın yattığı odanın kapısı çalınmalıdır. Çünkü hasta uygun olmayan bir halde olabilir. Kapıyı çalmak hastanın biraz toparlanmasına vesile olur. Ziyaret esnasında eğer hasta konuşmak istiyorsa oturup onu dinlemek gerekir. Hasta insanlar hastane odasında gün boyu yatmaktan sıkıldıkları için ve dertlerini anlatmak için bir fırsat aradıkları için ziyaretine gelenlere hemen sıkıntılarını anlatmak isteyecektir. Hasta ziyaretine giden kişi sabırla onu dinlemelidir. Hastanın şikâyetlerini sabırla dinlemeli, ona hak vermeli, derdi ile dertlendiğini hissettirmelidir. Başka hastalardan bahsedilmeli onların şifa bulduğundan, çare aramak için gayret gösterilmesi gerektiğinden bahsedilmeli ve hasta buna inandırılmalıdır.<sup>208</sup>

Ziyaretine gittiğimiz hastanın odasında başka hastalar da varsa, onlara da selam vermeli, güler yüz göstermeli ve şifa temennisinde bulunulmalıdır.<sup>209</sup>

---

<sup>205</sup>Müslim, Selam, 67; Ebu Davud, Cenaiz, 8; Tirmizi, Tıb, 29.

<sup>206</sup>Sebe, 34/30; Araf, 7/34; Yunus, 10/49; Nahl, 16/ 61.

<sup>207</sup>Araf, 7/34; Hud, 11/ 3.

<sup>208</sup>Öztürk, *Bir Nefes Sıhhat*, s. 64.

<sup>209</sup>Öztürk, *Bir Nefes Sıhhat*, s. 64.

Hastayı duymamış olan diğer dostlara da haber vermek, onları teşvik etmekle beraber birlikte gitmeyi teklif etmek, alıp götürmek güzel bir iştir.

### 1.3.3. Hastaya ve Hastalığa Karşı Gösterilmesi Gereken Davranışlar

Hasta yemeğe zorlanmamalıdır. Bu konuda Hz. Peygamber şöyle buyurmuştur: “Hastalarınızı yemeğe ve içmeğe zorlamayınız. Çünkü Allah şüphesiz onları yedirir ve içirir.”<sup>210</sup> Hasta, yemek ve içmekten tiksindiği zaman bünye hastalıkla mücadele etmektedir. Bundan dolayı veya bünyenin tabii ısısı zayıfladığı veya sakinleştiği için arzusu azalmıştır. Her ne şekilde olursa olsun hastaya bu durumda yiyecek vermek doğru değildir. Zorla yemek yedirilirse hasta zarar görür, zarar görmesi ise hastalığının artmasına sebep olur. Bu sırada bünyeyi rahatsız etmeden ancak gücünü artıracak ve koruyacak şeyleri kullanmak gerekir. Daha yumuşak şeyler verilmelidir.<sup>211</sup>

Hastanın perhiz yapması ve verilen perhize uyması gerekir. Hasta insan perhiz yaptığında hastalığı ilerlemez ve hastalıktan kurtulmak için güç kazanır.<sup>212</sup> Perhizin temeli, Kuran’ın şu ayetidir: “Eğer hasta veya yolculukta iseniz veya tuvaletten gelmiş yahut hanımlarınızla yatmış olur da, gusledecek su bulamazsanız, o vakit temiz toprağa teyemmüm edin, arınmak niyetiyle yüzünüze ve ellerinize meshedin.”<sup>213</sup>

Hasta, suyu kullanma karşısında perhiz eder, çünkü su hastaya zarar verebilir. Bu konudaki bir hadiste, Hz. Peygamber hastalıktan yeni kurtulan Hz. Ali’yi, sağlığına zarar verir endişesiyle, kendisinin yemiş olduğu duvarda asılı olan hurma salkımından yemekten sakındırmış “ Sakın. Ya Ali! Sen hastalıktan yeni çıktın” diyerek uyarmıştır. Daha sonra önlerine konan pancar ve arpa ekmeği karşısında “ Ya Ali! Bu yemekten al. Çünkü bu yemek şüphesiz senin için daha yararlıdır” buyurmuştur.<sup>214</sup> Hz. Peygamber’in hastalıktan yeni kurtulan Ali’nin hurma yemesine engel oluşunda tedbirin en güzeli vardır. Hastalıktan yeni kurtulan kişiye yediği şeyler zarar verebilir. Buna dikkat edilmesi gerekir. Bazı meyveler bazı hastalıklara zarar verebilir. İshal yapar, bünye zayıf olduğu için bunu atlatamaz, hastalığın etkisiyle eski gücüne henüz ulaşmamıştır. Mesela şeker hastası olan bir kişi her türlü meyveyi yiyemez. Hz. Peygamber’in de Hz.

<sup>210</sup> İbn Mace, Tıb, 4.

<sup>211</sup> İbn Kayyim el-Cevziyye, *et-Tıbbu’un-Nebevi*, s. 115, 116.

<sup>212</sup> İbn Kayyim el-Cevziyye, *et-Tıbbu’un-Nebevi*, s. 131, 132.

<sup>213</sup> Nisa, 4/43.

<sup>214</sup> İbn Mace, Tıb, 3; Tirmizi, Tıb, 1.



Ali'nin hurma yemesini engellemesinin altında bu hakikat olabilir. Hurma Hz. Ali'nin o anki hastalığına zarar verebilirdi. Kısaca hastalıktan önce yapılan perhiz, ilaçların en büyüğüdür, hastalığın büyümesine engel olur. Hastalıktan sonra yapılan perhiz de hastalığın artmasını ve yayılmasını engeller.<sup>215</sup>

Hz. Peygamber ateşli bir hastayı ziyaret ederek o hastaya müjde vermiş ve Yüce Allah'ın şöyle buyurduğunu nakletmiştir: “Bu benim ateşimdir. Günahkâr kulunun cehennemdeki nasibini bu dünyada verip günahlarından arındırmak için ona bu hastalığı vermişimdir.”<sup>216</sup> Hastaya Hz. Peygamber'in yaptığı gibi müjdeleyici yaklaşmak lazımdır. Hastaya hastalığın aslında çok da kötü olmadığını zahiren belki olumsuz gibi gözükse de manevi kazancının çok olduğunu söylemek gerekir.

Hasta, hastalığına karşı ümit ve korku arasında olmalıdır. Allah'ın rahmetinden ümidini kesmemeli fakat günahlarından ötürü de Allah'tan korkmalıdır. Hz. Enes diyor ki: Allahın Resulü ölümle pençeleşen bir gencin yanına gitti. Durumunu görünce:

Kendini nasıl buluyorsun, diye sordu.

Allah'a yemin ederim ki; Allah'tan ümitliyim, yalnız günahlarımdan da korkuyorum. Bunun üzerine Allah Resulü: Kalbinde bu şekilde bir inancı koyan kuluna Allah, ancak umduğunu verir ve korktuğundan da emin kılar, buyurmuştur.<sup>217</sup>

Hasta, hastalığının şiddeti arttığında ölümü temenni etmemelidir. Bir rivayette Hz. Peygamber şöyle buyurmuştur:

“Sizden biriniz kendisine gelen bir sıkıntıdan dolayı ölümü istemesin. Fakat: “Allah'ım hayatta kalmam benim için hayırlı ise beni yaşat, yok ölüm benim için daha iyiyse ruhumu al desin.”<sup>218</sup> Bir Müslüman'ın başına gelen hastalık, fakirlik gibi sıkıntılardan ötürü ölümü temenni etmesi, imtihanda olduğunu kabul etmemesi, o kişinin kendi kaderine rıza göstermemesi olur. Bu da hoş bir davranış olmaz.

---

<sup>215</sup> İbn Kayyim el-Cevziyye, *et-Tıbbu'un-Nebevi*, s. 133, 134.

<sup>216</sup> Tirmizi, Tıb, 35.

<sup>217</sup> İbn Mace, Zühd, 31.

<sup>218</sup> Ebu Davud, Cenaiz, 13.

Hastanın yapması gereken bir diğer husus üzerinde bir başkasına ödemek üzere bir borç varsa onu ölmeden evvel ödeyebilecekse ödemeli yoksa vasiyet etmelidir.<sup>219</sup>

Hasta kişiye düşen Allah'ın kendisine imtihan vesilesi olarak verdiği hastalığa sabretmek ve Allah'ın takdirine rıza göstermektir. Hz. Peygamber:

“Mümine gerekli olan kendisine hayırlı bir iş isabet ettiği zaman şükretmeli, zararlı bir şeyle karşılaştığında sabretmeli, bu her ikisi onun için daha hayırlıdır” buyurmuştur.<sup>220</sup>

Hastanın sürekli yatmaktan canı sıkılacağı için hastaya yapabileceği çeşitli faaliyetler bulmak gerekir. Hasta namaz, zikir, dua gibi manevi şeylere yönlendirilebilir, mesela; akraba ve dostlarla sık sık görüşmesi sağlanabilir. Hasta imkân dâhilinde gezilere çıkarılabilir, hastanın temizliğine, giyimine kuşamına dikkat edildiğinde hastanın bu şekilde dünyayla irtibatı koparılmamış olur.<sup>221</sup>

#### **1.4. Hasta Hakları**

Hak kelimesi, birçok manayı içerisine alan çok geniş bir kavramdır. Sözlük anlamı; hüküm, adalet, mal, mülk, şans ve hissedir. Genel anlamda şöyle tarif edilebilir: “ Dini kuralların yetki veya yükümlülük olarak tespit ettiği şahsa ait haklardır. Bu tanım hakkın bütün çeşitlerini kapsar. İslam dinine göre hakkın kaynağı İlahi iradedir. İslam hukukuna göre insanın hakkı, sağ doğmak şartıyla anne karnına düştüğü andan itibaren başlar. Hak, öncelikle insanın yaratıldığı andan itibaren Allah'ın insana verdiği ve insanın daha sonra kazandığı maddi veya manevi her türlü kazanımlardır.<sup>222</sup> Hak; kişiye hukuk düzeni tarafından tanınmış yetkidir. Haklar yazılı hukuk belgeleriyle, kanunlarla, özgürlüğü sağlamak için kişiye tanınan yetkililerdir.<sup>223</sup>

Hasta hakları denildiğinde akla şu dört unsur gelmektedir. Birincisi, hastanın rahat ulaşabileceği mesafede hastaya sağlık hizmeti verecek bir müessesenin, doktorun bulunması ve bunların günün yirmi dört saatinde hizmet veriyor olması; ikincisi, bu sağlık hizmetlerinden istifade etmeye maddi gücü yetmeyen hastalar için devletin ve sivil toplum kuruluşlarının maddi destek sağlaması; üçüncüsü, hastaların sağlık hizmeti

<sup>219</sup> Şekerci, *Kaynaklarımıza Göre İslam Terbiyesi*, s. 325.

<sup>220</sup> Müslim, *Zühd*, 64.

<sup>221</sup> Öztürk, *Bir Nefes Sıhhat*, s. 64.

<sup>222</sup> Döndüren, “Hak”, *Şamil İslam Ansiklopedisi*, II, 292, 293.

<sup>223</sup> Elçioğlu, Demirhan, *Çağdaş Tıp Etiği ( Hasta Hakları)*, s. 86.

almak üzere müracaat hakkı, dördüncüsü de, hastanın tedavisi bittikten sonra karşılaşması muhtemel olan problemler hususundaki haklarıdır. Bu son iki hak hususunda son 50-60 yıldır, görünür ilerlemeler olmuştur. 1948 İnsan Hakları Beyannamesi'nden çok sonra hasta haklarıyla ilgili düzenlemeler yayımlanmaya başlanmıştır.<sup>224</sup>

Hayat hakkı dinimizde üzerinde durulan en önemli haktır. Asırlar öncesinde Peygamberimiz (s.a.) tarafından Veda Hutbesinde dile getirilmiş olan prensipler bunun en açık belgesidir. 1948'de, "İnsan Hakları Evrensel Beyannamesi" şeklinde kaleme alınmış olan haklar İslam dininde çok önceden kaleme alınmıştı. Yaşama hakkını korumak için şifa arama, hasta için bir hak olarak belirir ki, bunun adı 'hasta hakları'dır.

Peygamber tıbbı olarak ifade edilen Tıbbı Nebevi Hz. Peygamberin Tıp ve sağlıkla alakalı sözlerinin bir araya getirilmesiyle oluşturulmuştur. Tıbbı Nebevide hastalıklar, tedaviler ve korunma yollarına ilişkin pek çok bilgi yanında tıp etiğine yönelik bilgileri de bulmak mümkündür. Mesela Razi ve Ali b. Abbas hastaya iyi muamele edilmesi, doktorun tıp bilgisini uygulamada dikkatli olması gerektiği, hekimlerin hastalarını zengin fakir diye ayırmaması gerektiği üzerinde dururlar. Hekim hastalarına karşı sorumludur.<sup>225</sup>

İslam dininde her işin bir ahlakı vardır. Tıp konusunda da hekimlerin ahlaklı davranmaları konusunda hassas davranılmıştır. Bu konuda Ayhan Tekineş'in ' Tıbb-ı Nebevi'de Tıbbi Etik' adlı makalesinde şöyle bir tespit mevcuttur: "İslâm bilginleri, genel olarak, ahlâkla ilgili konuları "edeb" kavramı altında ele almışlardır. Edebiyat, bir toplumda örf, adet ve kural halini almış iyi tutum ve davranışlar veya bunları kazandıran bilgilerdir" şeklinde tanımlanmıştır. Çeşitli meslek gruplarının uyması gereken ilkeleri belirlemek maksadıyla "edeb" kitapları telif edilmiş; hekimlerin uyması gereken kurallar da "Edebü't-tabîb" adlı müstakil eserlerde ele alınmıştır. Tıpla ilgili hadisler "Kitâbu't-tıbb" bölümlerinde ele alındığı için, hadis kitaplarındaki "Kitâbu'l-edeb" bölümlerinde yalnızca genel ahlâkî konulara temas eden hadislerle yer verilmiş, meslek ahlâkı üzerinde durulmamıştır. Öte yandan hadis kitaplarındaki "Kitâbu't-tıbb" bölümlerinde de doğrudan tıp ahlâkı incelenmemiştir. Ancak konunun ele alınışı

<sup>224</sup>Şahin, "Hasta Hakları", s. 109.

<sup>225</sup>Aksoy, Şahin, *Çağdaş Tıp Etiği ( Tıp Etiğinin Ülkemizdeki ve Dünyadaki Tarihi)*, s. 5.

itibarıyla tıp etiğini ilgilendiren bazı başlıklar bulunmaktadır. Hadisçiler içinde özellikle Tirmizî'nin (ö.279/892) *el-Câmi'u-sahîh (Sünen)* adlı eserindeki tıp bölümünü ahlâkî bir perspektifle düzenlediği ve başlıklandırdığı müşahede edilmektedir. Mesela, “Hastalarınızı yeme içmeye zorlamayın konusundaki hadisler babı”, “Sarhoşluk veren şeylerle tedavinin mekruh olması babı”, “Rukye ile tedavinin mekruh olması babı”, “Rukye ile tedaviye izin verilmesi babı”<sup>226</sup>

Yukarıda yapılmış olan tespitler göz önüne alınarak günümüzdeki hasta haklarıyla Hz. Peygamber dönemindeki hasta haklarının bir karşılaştırması yapılarak benzer ve ortak yönler ortaya koyulmaya çalışılacaktır.

Türkiye’de 2004 yılında yürürlüğe giren ‘hasta hakları yönetmeliğinin bazı maddeleri şöyle sıralanabilir:

Sağlık hizmetlerinden adalet ve hakkaniyete uygun olarak faydalanma hakkı,

Sağlık hizmetleri ve sağlık durumu ile ilgili bilgi alma hakkı,

Sağlık kuruluşunu seçme ve değiştirme hakkı,

Tıbbî gereklere uygun teşhis, tedavi ve bakım hakkı,

Personeli tanıma, seçme ve değiştirme hakkı,

Tıbbî gereklilikler dışında müdahale yasağından yararlanma hakkı,

Ötenazi yasağından yararlanma hakkı,

Mahremiyete saygı gösterilmesini isteme hakkı,

Rıza olmaksızın tıbbî ameliyeye tâbi tutulmama hakkı,

Bilgilerin gizli tutulmasını isteme hakkı,

Organ ve doku alınmasında rıza hakkı,

Güvenliğin sağlanması hakkı,

Dini vecibeleri yerine getirebilme ve dini hizmetlerden faydalanma hakkı,

---

<sup>226</sup> Tekineş, ‘Tıbb-ı Nebevî’de Tıbbi Etik’ s. 77.

Tıbbî araştırmalarda rıza hakkı,  
İnsanî değerlere saygı gösterilmesi ve ziyaret hakkı,  
Refakatçi bulundurma hakkı,  
Müracaat, Şikâyet ve Dava hakkı,  
Tedaviyi reddetme ve durdurma hakkı,  
Öncelik sırasının belirlenmesini isteme hakkı,  
Kayıtları inceleme ve kayıtların düzeltilmesini isteme hakkı,  
Hekim seçme/değiştirme hakkı,  
Küçüklerin ve mümeyyiz olmayanların araştırmada kullanılmama hakkı,  
Hizmetin sağlık kurum ve kuruluğu dışında verilmesini isteme hakkı.<sup>227</sup>

Hız. Peygamber hadislerinde, günümüzde hasta hakları olarak bilinen birtakım hususlara işaret etmiştir. Yukarıda zikredilen günümüz hasta haklarının bir kısmına karşılık gelebileceği düşünölen, hadislerde zikredilen birkaç örneğ şöyle sıralanabilir:

Sağlık hizmetlerinden adalet ve hakkaniyete uygun olarak faydalanma hakkı; her insan sağlık hizmetlerinden yararlanırken karşı tarafa güven duymak ister. Güvenilir olmak İslam dininde büyük bir ahlaki erdemdir. “Mümin, malları ve canları hususunda insanların güven duyduğu kimsedir”<sup>228</sup> hadisi bu gerçeği ifade etmektedir.

Sağlık hizmetleri ve sağlık durumu ile ilgili bilgi alma hakkı; sağlık hizmetleri hakkında bilgi almak hastaların bu bilgilerden yararlanmalarını kolaylaştırır. Bu nedenle Hız. Peygamber kendisine vahiy yoluyla bildirilen tıbbi bilgilerin kaynağını açıklamıştır. Tıpla ilgili bazı bilgiler, Hız. Peygamber’e vahiyle bildirilmiştir. Peygamber kendisine vahiyle bildirilen tıbbi bilgileri hassasiyetle yerine getirmeye çalışmıştır. Cebrail’in misvak kullanmayı emretmesi üzerine sürekli misvak kullanmıştır.<sup>229</sup> Hız. Peygamber bu bilginin kaynağını söyleyerek, bu konuda muhataplarına güven telkin etmiştir.

---

<sup>227</sup> Elçioğlu, Demirhan, *Çağdaş Tıp Etiği ( Hasta Hakları Yönetmeliği)*, s. 102–110.

<sup>228</sup> İbn Mace, Fiten, 2.

<sup>229</sup> İbn Mace, Tahare, 7.

Tıbbî gereklere uygun teşhis, tedavi ve bakım hakkı; Hz. Peygamber döneminde de tıp, ilmi temellere dayandırılmış, hastalıkların sebepleri araştırılsın diye insanlar teşvik edilmiştir. Hz. Peygamber hastalığa uygun teşhisin koyulması ve uygun ilacın verilmesi noktasında hassas davranmıştır. Hz. Peygamber tedavide kolay ve sade yöntemleri tercih etmiştir. İçilmesi kolay ve hastalığın iyileşmesinde daha faydalı olan ilaçların alınmasını tavsiye etmiştir. Müshil ilacı olarak boğumluca otu kullanan Esmâ binti Umeyys'e "Onun keskin ve ağır olduğunu, sinameki kullanmasını"<sup>230</sup> tavsiye etmiştir.

Ötenazi yasağından yararlanma hakkı; Hz. Peygamber, intihar etmeyi ve kişinin ağır hastalıklar karşısında kendisini öldürmesini yasaklamıştır.<sup>231</sup> Hasta böyle bir çaresizliğe düştüğünde "Allahım! Yaşamam benim için hayırlıysa beni yaşat, ölüm benim için hayırlıysa beni öldür"<sup>232</sup> şeklinde dua edilmesini tavsiye etmiştir.

Rıza olmaksızın tıbbî ameliyeye tâbi tutulmama hakkı; tıbbi araştırmalarda hastanın rızası olmadan, iradesine saygı gösterilmeden, hastaya istemediği ilaçların içirilmesi, iradesi dışında tedavi edilmeye çalışılması hasta haklarına aykırıdır. Hz. Peygamber'in bir hastalığında, yanında bulunanlar kendisine ağızdan ilaç vermek isterler, eliyle işaret ederek içmek istemediğini söylemeye çalışır. Yanındakiler Resulullah hasta diyerek bir şekilde ilacı içirirler. Resulullah biraz iyileşince, kendisine zorla ilaç içirenlerin hepsine aynı ilaçtan içirmiştir.<sup>233</sup> Buradan anlaşılıyor ki, tedavide hasta iradesine saygı gösterilmelidir. Tedaviden olumlu cevap alınabilmesi için bu gereklidir.

İnsanî değerlere saygı gösterilmesi ve ziyaret hakkı; Hz. Peygamber, hasta ziyaretine giderken müslim, gayri-müslim, erkek, kadın, çocuk, zengin, fakir gibi özelliklere bakmadan herkesi ziyaret etmiştir. Tedavisi olmayan ve bu sebepten dolayı toplumdan dışlanan bazı hastalara Allah Resülü hep destek olmuştur. Mesela, cüzam hastaları rahatsızlıklarından ötürü hep toplumun dışında yaşamak zorunda bırakılmıştır. Cüzam hastalarına toplumda normal bakılmamıştır. Hz. Peygamber onların birer insan olduğunu ve bundan ötürü onlara saygı gösterilmesi gerektiğini ifade ederek şöyle buyurmuştur: "Cüzamlı hastalara bakıp durmayın".<sup>234</sup> Hz. Peygamber'in hasta ziyareti

---

<sup>230</sup> Tirmizi, Tıb, 28.

<sup>231</sup> Buhari, Tıb, 5.

<sup>232</sup> Buhari, Tıb, 19.

<sup>233</sup> Buhari, Tıb, 21; Tirmizi, Tıb, 9.

<sup>234</sup> İbn Mace, Tıb, 44.

konusunda da çok hassas olduğu bilinmektedir. Sık sık hasta ziyaretinde bulunur ve bunu ashabına tavsiye ederdi.

Müracaat, Şikâyet ve Dava Hakkı; eğer hasta doktordan bir zarar görmüşse doktoru gerekli mercilere şikâyet edebilir ve hakkını alabilir. Bu konuda Hz. Peygamber de çok hassastır. Sahte doktorların açtıkları zararları ödemeleri konusunda öyle buyurur:

“Daha önce tabiplik yaptığı bilinmeyen bir kimse tabiplik yaparsa açtığı zararları ödemesi gerekir.”<sup>235</sup>

Dinimizin emri, bilgisi olmayan doktorun neden olacağı zararları ödemesi gerektiğidir. Hastaya hiçbir şey bilmediği halde biliyormuş gibi yapıp yaklaşan kişi hastanın hakkına tecavüz etmiş sayılacağından cezasını görmelidir. Verdiği zararları ödemesi gerekir.<sup>236</sup>

Hekim seçme/değiştirme hakkı; tedaviyi yapacak doktorun işinin ehli olup olmadığını araştırmak ve ona göre tercih yapıp tedavi olmak Hz. Peygamber’in uygulamalarından biridir. Hz. Peygamber hasta tedavisi için gelen iki hekime önce “ Tıbbı hanginiz daha iyi biliyor?”<sup>237</sup> diye sormuştur. Bu da gösteriyor ki tedavide uzman olan doktoru seçmek gerekiyor. Hz. Peygamber, hekimlik konusunda bilgi sahibi olmayan kişilerin hekimlik yapmaya kalkışması durumunda, hastaya verdiği zararı ödemesi gerektiğini söylemiştir.<sup>238</sup> Hz. Peygamber hastalara kendisi müdahale etmesine rağmen yine de bu işi işin uzmanına havale etmeye itina göstermiştir. Bu konuda bir sahabî şöyle demiştir: “Hasta olduğum bir gün Resulallah beni ziyarete gelerek elini göğsümün üzerine koydu. Öyleki kalbimin üzerinde elinin soğukluğunu bile hissettim. O zaman şöyle buyurdu: “Sen kalp hastası bir kimsesin. Sakif’in kardeşi Haris b. Kelede’yi getirt. Çünkü o tıp ile meşgul bir kimsedir. Yedi tane Medine’nin acve denilen hurmasından alıp çekirdekleriyle dövsün. Sonra onları sana (su ile) ağızdan versin (içirsin)”<sup>239</sup> Bu hadiste Hz. Peygamber’in sahabenin hastalığını teşhis ettiğini, bu hastalığa acve denilen hurmanın şifa olacağını ve ilacı nasıl kullanması gerektiğini zikretmiş, ancak hastayı tıptan anlayan birinin tedavi etmesi gerektiğini açıklamıştır.

---

<sup>235</sup> Ebû Dâvûd, Diyet, 23.

<sup>236</sup> İbn Kayyım el- Cevziyye, *et-Tıbbu 'un-Nebevi*, s. 177.

<sup>237</sup> Malik, Ayn, 12.

<sup>238</sup> Ebu Davud, Diyat, 25.

<sup>239</sup> Ebu Davud, Tıb, 12.

Hasta haklarıyla alakalı üzerinde durulması gereken önemli bir mevzu da şudur ki; bazen hastaların inanç ve kanaatlerine saygı gösterilmesi hakkı ile sağlık hizmetinden yararlanma hakkı arasında çelişkiler yaşanabilmektedir. Yapılan araştırmalarda hastanelerimizde hastalar için din görevlisi ve ibadetin yapılabileceği mekânın eksikliğine dikkat çekilmektedir. Özellikle milletler arası sözleşmelerde ve yönetmeliklerde ‘dinî yardım alma’ konusu bulunmasına rağmen, hastanelerimizde din görevlisine duyulan ihtiyaç tamamen göz ardı edilmiş görünmektedir. Hastalar dinî haklarının olduğundan habersizdir. Sadece hastalar değil bu konunun hemşireler tarafından da bilinmediği ortaya konmuştur.<sup>240</sup>

Ülkemizde din görevlilerinin pratik hayatta uygun zemin ve şartlar oluştuğu takdirde hastane vb. yerlerde yapabileceği şeyler şu şekilde sıralanabilir:

Hastane gibi ortamlarda hastalara moral desteği verilmelidir. Hastanelere gidip hastalar tek tek ziyaret edilerek hal ve hatırları sorulabilir.

Hastalara uygun dini terapi yapılabilir. Hastanın Allah inancının kuvvetlenmesine yardımcı olunabilir. Çünkü inancın tedavi üzerinde olumlu etkileri vardır.

Hastanelerde uygun mekânlarda tek tek veya toplu bir şekilde hastalarla sohbet edilebilir. Bu hastaların rahatlmasına vesile olacaktır.

Hastalar ziyaret edildiği esnada onlara dua edileceği söylenebilir. Bunu söylemek hastanın moralinin yükselmesi açısından önemlidir.

Din görevlisi ibadet etmek isteyen hastaları mescide toplar ve onlara ibadetlerini yapmalarına yardımcı olur. Hastalara toplu dua yaptırabilir. Mescitte onlara vaaz verebilir. Böylelikle hastalar manevi tedavi imkânı bulurlar.

Din görevlisi sadece hastayla değil hasta yakınlarıyla da ilgilenmelidir. Hatta yoğun stres altında çalışan hastane personeliyle de ilgilenmesi güzel bir davranış olur.

---

<sup>240</sup> Şahin, “*Hasta Hakları*”, s. 112.



## BÖLÜM 2: HADİSLERDE TEDAVİNİN ÖNEMİ VE TEDAVİ YOLLARI

### 2.1. Hastalıkta Tedavinin Önemi

Tedavi, hastalığın önlenmesi ve hastalıkla mücadele ya da hastalığın ortaya çıkardığı rahatsızlık ve sonuçların giderilmesi amacıyla uygulanan iyileştirici ve destekleyici işlemlerin ortak adıdır.<sup>241</sup> Hastalıklar karşısında gerekli tedbirleri alıp hastalığı giderme gayreti olarak da tarif edilebilir. Her şeyde olduğu gibi tedavi de geçmişe nazaran büyük bir gelişme göstermiştir. İlk zamanlar tecrübeye dayalı bir tedavi metodu benimsenmişse de günümüzde artık teknolojinin ilerlemesiyle daha farklı uygulama ve metotlar kullanılmaktadır. Hz. Peygamber de hastalanıldığı takdirde tedavi olunmasını emretmiştir. “Her derdin bir devâsı vardır. Onun için, derdin devâsı bulunduğu zaman o dert iyi olur.”<sup>242</sup> “Ey Allah’ın kulları! Tedâvi olun, çünkü Allah, yarattığı her hastalık için mutlaka bir şifâ veya devâ yaratmıştır. Ancak bir dert müstesnâ; o da ihtiyarlıktır.”<sup>243</sup> “Her derdin dermanı vardır” sözünü genel anlamda yorumlamak mümkündür. Bu açıdan bakılırsa bu cümle, öldürücü dertleri ve bir doktorun tedavi edemeyeceği hastalıkları da kapsamına alabilir. Allah bu dertlerin de çaresini yaratmıştır. Bununla birlikte tedavi çarelerini ve bu çareleri öğrenme yollarını insanoğlundan gizli tutmuştur. Çünkü yarattıklarının Allah’ın bilgisi dışında bir bilgiye sahip olamayacakları gerçeği vardır. Hz. Peygamber de hastalığın iyi olmasını, ilacın hastalığa uygun olmasına bağlamıştır. Yine Hz. Peygamber tedaviyi ilacın dozunun hastalığa yetecek derecede ayarlı olmasını da şart koşmuştur. Eğer ilaç var olan hastalığa gerekli olan miktarı aşarsa, mevcut hastalığı bir başka hastalığa dönüştürür. Bu hadislerde tedavi emredilmektedir. Bu emir tevekküle engel de değildir. Aksine tevhid gerçeği maddi ve manevi sebeplere sarılmakla gerçekleşir. Sebepleri hiçe saymak hekimliğe ters düştüğü gibi tevekkülün özüne de uygun değildir. Yine bu hadislerde tedaviyi inkâr edenlerin ve: “Eğer hastanın iyi olması önceden takdir olunmuşsa, tedavinin bir yararı yoktur. Eğer takdir olunmamışsa zaten yararı olmayacaktır. Hastalık takdir-i ilahi ile meydana gelmiştir. Takdir-i ilahiye ise engel olunamaz ve

<sup>241</sup> “Tedavi”, *AnaBritannica*, XX, 479.

<sup>242</sup> Buhârî, Tıb 1; Müslim, Selâm 69, Fedâil 92; Ebû Dâvud, Tıb 1.

<sup>243</sup> Tirmizî, Tıb 2; Ebû Dâvud, Tıb 1; İbn Mâce, Tıb 1.

değiştirilemez” diyen kimsenin sözlerinin boş olduğu anlatılmıştır. “Her derdin devası vardır” sözünde ise hem hastanın hem doktorun gönlüne destek, hastalığın çaresini araştırıp bulmak için çaba harcamaya teşvik vardır. Böylelikle hasta derdine çare bulunacağı ümidine kapılıp ümitsizlik ateşinin yakıcılığından kurtulup serinler. Hasta için bir ümit kapısı açılır. Böylelikle doktor da hastalığın çaresini bildiğinden onu arama ve bulma imkânı doğar.<sup>244</sup>

Fazlurrahman (1988)’a göre âlimlerin büyük çoğunluğu, tıbbi tedavinin manevi değeri ve dini bir kıymeti olup, dini açıdan da zorunlu olduğunu kabul etmektedir. Fakat tedavinin dinin istediği bir şey olmadığını ileri süren küçük bir azınlığın her zaman mevcut olduğunu, hatta küçük bir azınlığın da tıbbi tedavi olmamanın bilakis Allah’a tevekkülün dinen daha faziletli olduğunu kabul ettiğini belirtmektedir.<sup>245</sup>

Sağlık, en büyük nimetlerden biridir. Onun değerini bilmek, korumak ve sağlıklı bir hayat için Allah’a hamd ve şükretmek gerekir. Dinimiz tarafından insanlara yüklenen dünyevi ve uhrevi vazifelerin ifası her şeyden önce sağlığa bakar. Bu sebeple İslamiyet, “sağlıklı hayat” üzerinde durur. Hz. Peygamber etrafındaki insanlara her daim Allah’tan af ve afiyet istemelerini tavsiye etmiştir. Tıbb-ı nebevide afiyet talep demek, sıhhatli olmak için gereken şartları yerine getirmek, dua ile birlikte fiili tedbirleri de almak demektir; Hıfzıssıhha kaidelerine uymak, doktora gitmek, perhiz yapmak, ilaç almak, ameliyat olmak vs.<sup>246</sup>

Hastalığın da, çoğunlukla bizim ihmal ve hatalarımızdan kaynaklandığını, ama her durumda bunun imtihan olduğunu değerlendirerek, sabretmeli ve tedaviye başvurup çaresini aramalıdır. Zaten hayatın amacı da sınavdır: "Hanginizin daha güzel amel/iş ortaya koyacağını denemek için, ölümü ve hayatı yaratan O’dur. O azizdir, gafurdur."<sup>247</sup> Allah insanı yaşadığı hayatta sınamaktadır.

Sağlıklı yaşam, nimetlerin en büyüğüdür. İnsanın psikolojik ve bedensel sağlığı yerinde olmayınca, çoğunlukla dinî görevlerini de aksatır, en azından sağlıklı gibi tüm şartlarını eda edip yeterli bir huşû ile yapamaz. Vücudumuz ve gönlümüz, Allah’ın bize çoğunlukla sağlam olarak verdiği emânetidir. İnsan sağlığını koruyup korumadığından,

<sup>244</sup> İbn Kayyım el-Cevziyye, *et-Tıbbu’un-Nebevi*, s. 29–34.

<sup>245</sup> Fazlurrahman, *İslam Geleneğinde Sağlık ve Tıp*, s. 71.

<sup>246</sup> Canan, *Kütüb-i Sitte*, XI, 124.

<sup>247</sup> Mülk, 67/2.

onu hangi yolda kullandığından, sıhhat ve vücut emânetine ihânet edip etmediğinden sorguya çekilecektir.<sup>248</sup> Allah, kullarının sıhhatte ve âfiyette olmasını sever.<sup>249</sup> Ancak insanın kıymetini bilmediği en büyük nimetler arasında sağlığı gelmektedir.<sup>250</sup>

Vücuda hastalıkla alakalı bir etken bulaştığında hastalığın ortaya çıkmaması için insanın yeterli derecede dirençli olması gerekir. Bu bakımdan kötü ve eksik bir beslenme, sıkıntı, yorgunluk, uykusuzluk, kan kaybı, soğuk alma gibi nedenlerle direnci kırılanlar daha kolay hastalanırlar. O halde bunlardan da kaçınılması ve gerekli yardımların yapılması icap eder.<sup>251</sup> Bu konuda şu hadisler dikkat çekicidir: “Her kim ailesi emniyette ve vücudu sıhhatli olarak sabahlarsa, yanında günlük yiyeceği de bulunursa, sanki bütün dünya ona verilmiştir.”<sup>252</sup> “Kuvvetli mümin, zayıf müminden daha hayırlı ve daha sevimlidir.”<sup>253</sup>

Peygamberimizin sağlığı koruma (koruyucu hekimlik) ve tedâvi konusunda, bugün için de önemini hiç kaybetmeyen çok değerli tavsiyeleri vardır. Bu tavsiyelere “tıbb-ı nebevî” denilir. Sağlığın korunması için emredilen bu kurallara uyma yanında, hastalık durumunda bir yandan mümkün olan tedâvi yöntemlerine başvururken, bir yandan da güvenle Allah’a yönelmek ve gönülden gelen dualarla O’ndan şifâ dilemek gerekir. Peygamberimiz, şifâ için hem maddî sebeplere başvurarak tedâvi olmayı, hem de mânevî sebeplere başvurup, Allah’a yönelip dua edilmesini emretmiş ve her ikisini de uygulamıştır. Hz. Peygamber’in kendisinin tedavi olması ve ev halkından ve ashabından hastalananlara tedavi olmalarını emretmesi bu konudaki yol göstericiliğinin bir örneğidir.<sup>254</sup>

Kendi hatamız veya imtihan vesilesiyle hastalanınca, hem sabretmeli, hem dua etmeli, hem de esas olarak tedâvi olmalıyız. Kuran-ı Kerim’in Bakara suresinin 195. ayetinde: “Kendi elinizle kendinizi tehlikeye atmayın” emri bulunmaktadır. O halde insan kendini hastalıklardan korumak zorundadır. Eğer bu yapılmazsa kişi hastalanıp ölebilir ki bu bir bakımdan intihar olur ve Nisa suresinin 29. Ayetinde: “Kendinizi öldürmeyin” emrine

---

<sup>248</sup> Tirmizî, Kıyâmet, 1.

<sup>249</sup> Tirmizî, Zühd, 59.

<sup>250</sup> Buhârî, Rikak 1; Tirmizî, Zühd, 1.

<sup>251</sup> Unat, *Bulaşıcı Hastalıklarla Savaş ve İslam Dini*, s. 56.

<sup>252</sup> Tirmizî, Zühd 34; İbn Mâce, Zühd, 9.

<sup>253</sup> Müslim, Kader 34; İbn Mâce, Zühd, 14.

<sup>254</sup> İbn Kayyim el-Cevziyye, *et-Tıbbu'un-Nebevi*, s. 27.

uymamaktadır.<sup>255</sup> Hz. Peygamber yaşamayı ölümden üstün tutmuştur: “Ölümü temenni etmeyiniz”<sup>256</sup> buyurmuştur.

Müslümanlara emredilmiş olan günde beş defa abdest- ki bunda her şeyle temas halinde olan ellerin, yüzün, ağzın, burnun ve ayakların yıkanması çok dikkat çekicidir- gusül tamamen vücudun sağlığının korunması için koruyucu tedbirlerdendir. İslam dini insan sağlığına çok önem vermiştir. İnsanlar yemeklerini kaplarda yerler. Bu kaplar iyi muhafaza edilmediği takdirde insan bünyesine zararlı olacak birçok mikrobun, bazı haşerelerin bu kaplara yerleşmesi mümkündür. Bu durum da İslam Peygamberinin nazarından kaçmamıştır : “Kaplara örtünüz kırıbaların ağızlarını bağlayınız. Çünkü sene içinde öyle geceler vardır ki: O gecede veba hastalığı nazil olur. Üzerinde perde bulunmayan bir kaba yahut üzerinde bağı bulunmayan bir kırabaya uğrarsa muhakkak bu vebadan oraya iner”<sup>257</sup>

O’nun temizliği imandan sayması da tamamen sıhhat içindir. Evlerin önlerinin ve etrafının temiz tutulmasını evdeki süprütülerinin bırakılmamasını, Hz. Peygamber’in istemesi tamamen sağlığa verdiği önem yönündedir.

Kuran’ı Kerim’in bazı maddelerin yenilmemesini <sup>258</sup> ve alkol içeren maddelerin içilmemesini <sup>259</sup> istemesi, Allah’ın kullarının sağlığına verdiği önemden ibarettir. Demek ki sıhhat içinde bir hayat yaşamak ve insanoğlunun bunun için vücudunu kollaması yaratıcının kulundan beklediği bir durumdur. Bütün bunlar hasta olmadan insanın aldığı tedbirlerdir. Bu tedbirlere yapışmak ve gerekli olanı yapmak Allah’ın emridir. Bu sebepten hasta olanın yapması gereken en önemli şey tedavi olmaktır. Bu konuda şu hususa dikkat etmesi gerekir: Hasta olan kimse yetkin, işinde uzman bir doktor aramalıdır.<sup>260</sup> Nitekim bir rivayette Hz. Peygamber tıp ilmine sahip olmayan kimselerin hastaları tedaviye uğraşmalarını hukuki yönden men etmiştir.<sup>261</sup>

Umumiyetle öteki dinler, bizzat Allah’ın şu dünyayı “sebepler ve neticeler dünyası” olarak takdir ettiği hakikatini görmezlikten gelirler ve dindaşlarına kendilerine dikkat

---

<sup>255</sup> Unat, *Bulaşıcı Hastalıklarla Savaş ve İslam Dini*, s. 9.

<sup>256</sup> Buhari, Merda, 19; Müslim, Zikr, 10; Tirmizi, cenaiz, 3.

<sup>257</sup> Müslim, Eşribe, 96- 99.

<sup>258</sup> Bakara, 2/173; Maide,5/3.

<sup>259</sup> Maide, 5/90.

<sup>260</sup> Hamidullah, *İslam Peygamberi*, II, 804.

<sup>261</sup> Malik b. Enes, Ayn, 12.

edip tedavi yollarına başvurmayı tavsiye etmekten çok, tahammül gösterip katlanmayı öğütlerler. Oysa İslam dinine göre şüphesiz her şeyi takdir eden Allah'tır, fakat o bunu sebepler, vasıtalar ile gerçekleştirmektedir.<sup>262</sup> Hz. Peygamber'e göre tedavisi olmayan hastalık yoktur. "Allah verdiği herhangi bir hastalığın şifasını da verir" Bu hadisten çıkarmamız gereken önemli bir husus var ki o da son zamanlara kadar tedavisi imkânsız diye görülen birçok hastalıklar bugün tedavi edilmektedir. Günümüzde tedavisi imkânsız hastalıklar varsa da bunlar tıp ilminin daha da gelişmesiyle tedavi yönüne gidilecektir.

Hz. Peygamber'e "Biz tedavi olalım mı?" diye sorulunca "evet tedavi olunuz" buyurmuştur.<sup>263</sup> Kuran'ı Kerim'de insanlara tedavi yolunu gösterir ki: Bu tedavi yolu bugün de benimsenmiş ve mütehassıslar tarafından tavsiye edilmiş bir yoldur. Hz. Eyyub hastalığının şiddetinden yorgun düşmüştü. "Doğrusu şeytan bana yorgunluk ve azap verdi" diye seslenmişti. "Ayağını yere vur! dedik, işte sana kullanıp ykanacağın ve içeceğin soğuk bir su."<sup>264</sup> Bu suyu bugün bilinen kaplıca suları diye yorumlayanlar vardır.<sup>265</sup>

Tıbb-ı nebevinin orijinal yönlerinden birisi de tedavide, insanlığın faydasını ortaya koyduğu tecrübelerinden faydalanmasıdır. Gayr-i Müslimlerin metodu veya ilacıdır alınmaz diye bir prensip mevcut değildir. Bunu, Hz. Peygamber'in henüz Müslüman olmadığı belirtilen meşhur tabip Haris İbnu Kelde'ye gitmeyi tavsiye etmesi ifade ettiği gibi, gayle<sup>266</sup> hakkındaki şu açıklaması da bunu gösterir: "Gayle'den nehyetmek istemiştım, sonra hatırladım ki, İranlılarla Bizanslılar bunu yapmaktalar ve çocuklarına da bir zarar olmamaktadır."<sup>267</sup> İslam âlimleri bu örneklerle bakarak tıpta Ehl-i Zimme'ye başvurmanın caiz olduğunu söylemişlerdir. İslam'ın herhangi bir prensibini rencide etmeyecek her çeşit beşeri tecrübelerden yararlanılabilir.<sup>268</sup>

---

<sup>262</sup> Hamidullah, *İslam Peygamberi*, II, 805.

<sup>263</sup> Tirmizi, Tıb, 2; Ebu Davud: Tıb, 11; İbn Mace, Tıb, 1.

<sup>264</sup> Sad, 38/41, 42.

<sup>265</sup> Şekerci, *Kaynaklarımıza Göre İslam Terbiyesi*, s. 319.

<sup>266</sup> Gayle: Zevcin çocuk emzirmekte olan zevcesi ile cima yapmasına denir. Kadın hamile kaldığı takdirde süt, onu emen bebeğe zararlı bir mahiyet kazandığı gerekçesiyle Araplar bu hali hoş karşılamazlarmış.

<sup>267</sup> Nesai, Zinet, 17.

<sup>268</sup> Canan, *Kütüb-i Sitte*, XI, 137.

## 2.2. Koruyucu Hekimlik

İnsanın hasta olmadan önce gereken tedbirleri alması gerekir. Bu tedbirler arasında şunlar zikredilebilir:

### 2.2.1. Temizliğe Dikkat Etmek

Her çeşit temizliğe teşvik için, Peygamberimiz (a.s.) temizliğin imanın gereği olduğunu bildirmiş:

“Temizlik imanın yarısıdır”<sup>269</sup> buyurmuştur.

Birçok hastalık temizliğe dikkat etmemekten kaynaklanmaktadır. Mikropların üremesinin önde gelen sebeplerinden biri temizliğe dikkat etmemektir. Hastalık gelmeden önce sağlığı korumanın gerekli olduğuna dikkat çeken Hz. Peygamber, vücudun bütün azalarıyla ilgili temizlik prensipleri koymuş, kendisi de bunları uygulayarak örnek teşkil etmiştir.<sup>270</sup> Yukarıda zikredilen hadiste Hz. Peygamber, maddi kirlilerden arınmanın inancın yarısını oluşturduğunu, bunun yanında kalbi de kötü düşüncelerden temizlemenin imanın bütününe sahip olmak anlamına geldiğini vurgulamıştır.<sup>271</sup> Hz. Peygamber’in temizlik konusundaki hadislerini gruplandırarak zikretmek daha uygun olacaktır:

#### 2.2.1.1. Bedenin Temizliğini Sağlamak

Beden temizliği koruyucu hekimlik noktasında önemlidir. Hz. Peygamber kişinin bedenini daima temiz tutmasını tavsiye etmiş, hiç olmazsa haftada bir defa kişinin banyo yapmasını gerekli görmüştür.<sup>272</sup> Bu konuyla ilgili Hz. Aişe şöyle bir vaka nakleder: Medine civarında oturan Müslümanlar Cuma namazı kılmak için nöbetleşe mescide gelirlerdi. Temizlenmeden tozlu iş elbiseleriyle geldikleri için etrafa ter kokuları yayılırdı. Bu durumda olan ashaptan biri Hz. Peygamber’in yanına uğramıştı. Hz. Peygamber ona: “Hiç olmazsa bugün için iyice yıkanıp temizlenseniz”<sup>273</sup> diyerek ikazda bulundu. Hz. Peygamber saçların temizliğine de dikkat eder ve düzgün olmayanları da uyarırdı. Hudeybiye antlaşmasının yapıldığı sıralarda Hz. Peygamber,

<sup>269</sup> Müslim, Tahâret 1; Tirmizî, Deavât 86; Dârimî, Vudû, 2.

<sup>270</sup> Turhanoğlu, *Hadislerde Koruyucu Hekimlik*, s. 33.

<sup>271</sup> Davudoğlu, *Sahih-i Müslim Tercüme ve Şerhi*, II, 270, 271.

<sup>272</sup> Turhanoğlu, *Hadislerde Koruyucu Hekimlik*, s. 34.

<sup>273</sup> Buhari, Cuma, 15.

Kab b. Ucre isimli sahabenin yanına uğradı. İhramlı olan Kab o arada ateş yakmakla meşguldü. Başından aşağıya dökülen bitler Hz. Peygamber'in dikkatini çekmişti ve ona: "Haşerelerin sana eziyet veriyor mu?" diye sordu. "Evet" cevabını alınca: "Öyleyse başını tıraş et de üç gün oruç tut ya da altı fakiri doyur veyahutta bir kurban kes!"<sup>274</sup> buyurdu.

Beden temizliğinde dikkat edilmesi gereken bir konu da tuvalet temizliğidir. Allah Resulü hacetini giderdikten sonra su ile temizlenirdi.<sup>275</sup> En güzel temizlik su ile olandır. Bunun dışındaki temizlenme usullerinin hiç birisi mükemmel değildir. Kâğıtla veya buna benzer şeylerle yapılan temizlik yeterli değildir, ayrıca mikropların üreyip çoğalmasına sebep olur.<sup>276</sup>

Burun temizliği de vücuttaki temizlenmesi gereken önemli bir azadır. Çünkü nefes alıp verirken havadaki mikropların çoğu burnumuza girmekte ve sağlığı olumsuz yönde etkilemektedir. Bunun için burnu devamlı yıkayıp temiz tutmak iyi bir tedbir yöntemidir. Burun su ile yıkandığında oradaki sinirleri uyaracağından zihinsel zindelik oluşturmaktadır.<sup>277</sup> Hz. Peygamber'in her abdest alan Müslüman'a, burnuna su çekip iyice yıkamasını tavsiye etmesi<sup>278</sup> burun temizliği açısından önemlidir. Hz. Peygamber günde beş defa abdest alınmasını bunun insanı maddi ve manevi kirlere temizleyeceğini bildiriyor.<sup>279</sup> Günümüzde tıp ilmi de vücut temizliğinin olmazsa olmaz olduğunu haftada iki kez veya bir defa sıcak suyla yıkanılması gerektiğini söylemektedir.<sup>280</sup> Derinin temizlik sayesinde görevini yapabileceği, aksi halde mikroplara karşı mukavemetini yitireceği de ifade edilmektedir.<sup>281</sup> Günümüz tıbbının haftada en az bir kere banyo yapılması gerektiği prensibi Hz. Peygamber'in asırlar öncesinde ümmetine tavsiye ettiği bir prensiptir. İnsanlık bu seviyeye asırlar sonra ulaşmıştır. Hz. Peygamber bunu Müslümanlara dini bir görev olarak yüklemiştir.<sup>282</sup>

---

<sup>274</sup> Buhari, Tıb, 16; İbn Mace, Menasik, 86.

<sup>275</sup> Buhari, Vudu, 56; Müslim, Taharet, 71.

<sup>276</sup> Unat, *Bulaşıcı Hastalıklarla Savaş ve İslam Dini*, s. 41.

<sup>277</sup> Turhanoğlu, *Hadislerde Koruyucu Hekimlik*, s. 35.

<sup>278</sup> Buhari, Vudu, 26.

<sup>279</sup> Müslim, Mesacid, 283, 284.

<sup>280</sup> Turhanoğlu, *Hadislerde Koruyucu Hekimlik*, s. 36.

<sup>281</sup> Unat, *Bulaşıcı Hastalıklarla Savaş ve İslam Dini*, s. 11.

<sup>282</sup> Turhanoğlu, *Hadislerde Koruyucu Hekimlik*, s. 36.

### 2.2.1.2. Ellerin Temizliğini Sağlamak

Eller dışarıyla en fazla temas halinde olan, doğal olarak da en fazla kirlenen organdır. Bu yüzden el temizliği Hz. Peygamber'in üzerinde durduğu önemli bir konudur.

Yemeklerden önce ve sonra eller yıkanmalıdır. Bunun yemeğin bereketi olduğunu<sup>283</sup> buyuran Hz. Peygamber, böylece elde olan mikropların ağız yoluyla vücuda girmesini engellemeyi hedeflemiştir. Ellerin temizliği koruyucu hekimlik noktasında çok önemlidir. Bundan dolayı Hz. Peygamber, ellerinde et ve yağ kokusu olduğu halde yatan kimsenin, eğer hastalanırsa bunun sebebinin kendisi olduğunu, suçu kendisinde araması gerektiğini ifade etmesi,<sup>284</sup> kirli ellerin hastalık sebebi olacağını belirtmektedir. Yine kişinin uykudan uyanır uyanmaz elini herhangi bir kaba daldırmaması gerektiğini, çünkü ellerin nerelerde gecelemiş olduğunun bilinemeyeceğinden, uykudan uyanır uyanmaz ellerin güzelce yıkanması gerektiğini<sup>285</sup> beyan eden Hz. Peygamber, ellerin temizliğinin sağlığın korunmasında çok önemli olduğunu vurgulamıştır.

Hz. Peygamber herhangi bir şüphe üzerinde bile muhakkak ellerin temizlenmesi gerektiğini ifade ediyorsa kirlenen eller karşısında ortaya koyacağı tavır tabii ki daha büyük olacaktır. Gün içerisinde eller, bilerek veya bilmeyerek hasta insan ve hayvanların vücuduna, dışkı, idrar, kan, irin gibi pis maddelere ya da mikroplu eşyaya değmek suretiyle kirlenmektedir. Sonra da bu mikrop, temas etmek suretiyle başkalarına, eşyaya ve yiyecek maddelerine değmektedir. Bunu önlemek için eller güzelce yıkanmalıdır, özellikle tuvaletten çıktıktan sonra eller özenle temizlenmelidir.<sup>286</sup> Bu konuda Hz. Peygamber'in tavsiyesi çok önemlidir. Günümüzde bu daha iyi anlaşılmaktadır. Kişinin küçük abdestini bozarken sağ elini kullanmamasını ve sağ eliyle silinmemesini tavsiye ederek<sup>287</sup> bu tür temizliklerin sol elle yapılmasının daha uygun olacağını belirtmiştir. Yeme, içme gibi işleri sağ elle yapılmasını tavsiye ettiği için doğal olarak sağ elimizle tuvalette temizlik yapmamızın veya burnumuzu temizlememizin uygun olmadığı gayet açıktır. Bu şekilde Hz. Peygamber asırlar evvelinden elle bulaşan mikrobik hastalıklardan haber vermiş ve bunun önlemlerinden

<sup>283</sup> Tirmizi, Et'ime, 39.

<sup>284</sup> Ebu Davud, Et'ime 53; İbn Mace, Et'ime, 22.

<sup>285</sup> Buhârî, Vudû' 26; Müslim, Tahâret 87, 88.

<sup>286</sup> Turhanoğlu, *Hadislerde Koruyucu Hekimlik*, s. 37.

<sup>287</sup> Buhari, Vudu, 18, 19.



de bahsetmiştir. Bu şekilde eller yoluyla vücuda mikropların ulaşması engellenmiş olmaktadır.<sup>288</sup>

Hız. Peygamber tırnakların kesilmesini de tavsiye etmiş ve bunu fitratın bir gereği olarak değerlendirmiştir.<sup>289</sup> Uzun tırnakların arasına girmiş olan pisliklerin ve mikropların hastalığa sebep olduğu günümüz tıbbi tarafından da ispatlanmış bir gerçektir. Bunu engellemenin yolu tırnakların arasını temiz tutmak ve çok fazla uzamadan kesmektir. İşte Hız. Peygamber asırlar öncesinden bunu kurallaştırmış, uygulamış ve uygulatmıştır. Modern tıbbın bu konudaki tespitlerine bakıldığında, onun da Hız. Peygamber'i tasdik ettiği görülür. Modern tıbbın laboratuvar ortamında tespit ettiği bu tavsiyeler 15 asır evvelinden Hız. Peygamber tarafından laboratuvar olmadan tespit edilmiştir. Günümüz tıbbi da ellerin ve tırnakların, mikropların bulaşmasında çok etkili olduğunu savunmaktadır.<sup>290</sup>

Ayrıca ibadetler temiz olunmadan yapılmaz, bu da temizliği mecburi kılar. Abdest ve gusül ibadet öncesi rükünlerdir. İslam temizlik dinidir. “Kim ki evinde Allah'ın bereketini arttırmasını istiyorsa, yemek hazırlandığı ve kaldırıldığı zaman abdest alsın (ellerini yıkasın).”<sup>291</sup> Selmân (r.a.) anlatıyor: “Tevrat'ta okudum: ‘Yemeğin bereketi, yemekten sonra (el ve ağzı) yıkamadadır’ diyordu. Bunu Resulullah (s.a.s.)’a söyledim. ‘Yemeğin bereketi, yemekten önce ve sonraki yıkamalardadır!’ buyurdu.”<sup>292</sup>

### 2.2.1.3. Ağız ve Diş Temizliğini Sağlamak

Hız. Peygamber diş temizliğine büyük önem verirdi. Sık sık dişlerini misvaklar ve bunu tavsiye ederdi. Bu temizliğe o kadar dikkat ediyordu ki evine geldiğinde ilk iş olarak dişlerini misvaklardı.<sup>293</sup> “Misvak kullanın, çünkü misvak ağzı temizler”<sup>294</sup> buyururdu. Her namazdan öncede misvak kullanmış ve: “Eğer müminlere meşakkat verecek olmasaydım, onlara her namaz başında misvak kullanmayı emrederdim”<sup>295</sup> buyurarak konunun ehemmiyetine dikkat çekmiştir. Bu konuyla ilgili şu hadis önemlidir: “Şu on

<sup>288</sup> Turhanoglu, *Hadislerde Koruyucu Hekimlik*, s. 37.

<sup>289</sup> Buhari, *Libas*, 51, 63, 64.

<sup>290</sup> Turhanoglu, *Hadislerde Koruyucu Hekimlik*, s. 37, 38.

<sup>291</sup> Tirmizî, *Et'ime* 39, 45.

<sup>292</sup> Ebû Dâvud, *Et'ime* 12; Tirmizî, *Et'ime* 39.

<sup>293</sup> Müslim, *Taharet*, 43, 44.

<sup>294</sup> Buhârî, *Savm* 27; Nesâî, *Tahâret* 4; İbn Mâce, *Tahâret* 7.

<sup>295</sup> Buhârî, *Cum'a* 8, *Savm* 27; Müslim, *Tahâret* 42; Ebû Dâvud, *Tahâret* 25; Tirmizî, *Tahâret* 18; Nesâî, *Tahâret* 6.

şey fitrattandır(bunların yapılmasında doğal ihtiyaç vardır): Bıyığı kısaltmak, sakal bırakmak, misvak kullanmak (dişleri fırçalamak), burnu su çekerek yıkamak, tırnakları kesmek, (elleri güzelce yıkayıp) parmak aralarını temizlemek, koltuk ve kasıklardaki kılları gidermek, istincâ (tuvaletten sonra avret yerini temizlemek).”<sup>296</sup> Geceleyin teheccüt namazı için kalktığında da dişlerini misvaklamayı ihmal etmezdi.<sup>297</sup> Dişlerini temizlerken geçiştirmez, boğazına varıncaya kadar iyice temizlerdi.<sup>298</sup> Bir hadislerinde: “Ben dişlerimi öyle misvaklarım ki, bazen ön dişlerim sökülecek diye korkarım”<sup>299</sup> buyurarak bu konudaki hassasiyetini dile getirmiştir.

Hız. Peygamber bir şey yiyip içtikten sonra özellikle yağlı yiyecekler yedikten sonra ağzını yıkamayı ihmal etmezdi. Bir defasında süt içmiş ve onun yağlı bir gıda olduğunu söyleyerek ağzını yıkamıştır.<sup>300</sup> Misvak ile ağzı temizlemenin Allah’ı hoşnut edeceğini söyleyen<sup>301</sup> Efendimiz bu konunun manevi kısmına değinmiştir. Hız. Peygamber’in ağız ve diş sağlığı noktasındaki tavsiyeleri ve tedbirleri günümüzdeki hekimlerin hijyen anlayışlarıyla uygundur, hatta tıbb-ı nebevinin bu konudaki tavsiyeleri daha ileridedir. Modern tıba göre her yemekten sonra dişlerin fırçalanması gerekirken tıbb-ı nebevi her namazdan evvel ve bir şeyler yiyip içtikten sonra dişlerin temizlenmesini tavsiye eder.<sup>302</sup>

#### 2.2.1.4. Çevre Temizliğini Sağlamak

Hız. Peygamber insan sağlığını yakından ilgilendiren çevre temizliği üzerinde de durmuştur. Allah Resulü imanın şubelerinden bahsederken onun en son mertebesinin yoldan eziyet veren şeylerin kaldırılması olduğunu haber vermiştir.<sup>303</sup> Yol üzerinde görülen, gelip geçene zarar verebilecek cisimleri ortalıktan kaldırmak inanç meselesi olarak değerlendirilmiş olup bu çevre temizliği adına çok şey ifade etmektedir. Hız. Peygamber kendisine faydası dokunacak bir iş öğretmesini isteyen Ebu Hureyre’ye:

<sup>296</sup> Müslim, Tahâret 56; Ebû Dâvud, Tahâret 29; Nesâî, Ziyet 1.

<sup>297</sup> Buhari, Vudu, 73, Teheccüd, 9; Nesai, Taharet, 1; İbn Mace, Taharet, 7.

<sup>298</sup> Buhari, Vudu, 73.

<sup>299</sup> İbn Mace, Taharet, 7.

<sup>300</sup> Buhari, Vudu, 52; Tirmizi, Taharet, 66.

<sup>301</sup> Buhari, Savm, 27; İbn Mace, Taharet, 7.

<sup>302</sup> Turhanoğlu, *Hadislerde Koruyucu Hekimlik*, s. 39.

<sup>303</sup> Buhari, İman, 3; Müslim, İman, 57,58.

“Müslümanların yollarındaki eziyet veren maddeleri kaldır”<sup>304</sup> tavsiyesinde bulunmuştur.

İnsanların uğrayıp geçtikleri yerleri kirletmekten şiddetle sakındıran Hz. Peygamber, yol kenarları ve gölgelikleri pisletenlerin lanete uğrayacaklarını ifade etmiştir.<sup>305</sup> Hamam<sup>306</sup> ve durgun su<sup>307</sup> gibi yerlere bevletmeyi yasaklamıştır.

Çevre temizliği üzerinde dikkatle duran Hz. Peygamber, çevreye zarar veren küçük meselelere bile müdahale etmiştir. Bir keresinde mescidin duvarında gördüğü bir tükürük sebebiyle çok rahatsız olmuş ve ashabına dönerek : “Sizden birisine ne oluyor da, Rabbine yönelmiş olduğu bir yerde önüne tükürüyor? Sizden birisi, yüzünü çevirdiğinde kendisine tükürülmesini ister mi? Eğer biriniz tükürmek zorunda kalırsa, sol tarafına ve ayağının altına tükürsün; şayet bu mümkün değilse, o zaman mendiline tükürsün!”<sup>308</sup> sözleriyle onları uyarmıştır. Ümmetinin yaptığı güzel ve çirkin işlerin kendisine gösterildiğini söyleyen Hz. Peygamber, bunların en güzelleri arasında yoldaki zararlı maddelerin atılmasını, en kötülerini arasında da mescitte bulunup yok edilmeyen tükürüğü gördüğünü beyan etmiştir.<sup>309</sup> Bunla birlikte Hz. Peygamberin, mescide tükürmeyi hata olarak değerlendirip bu hatanın da kefaretinin onu yok etmek şeklinde izah ettiğini görmekteyiz.<sup>310</sup> Buradan anlaşılıyor ki, çevreyi hoyrat bir şekilde kirletenlerin, bu hatadan ancak onu temizlemekle kurtulabilecekleri şeklindeki bir prensibe rahatlıkla ulaşabiliriz.<sup>311</sup>

Kuduz köpeklerin ve zararlı hayvanların itlaf edilmesi ile ilgili Hz. Peygamberin tavsiyesi de çevre temizliği ve sağlığı açısından çok şey ifade etmektedir.<sup>312</sup> Demek ki Hz. Peygamber çevre temizliği konusunda çok hassas davranmış, onu tahrip edene yönelik ciddi müdahalelerde bulunmuş ve çevrenin insan sağlığına uygun hale gelmesi için ciddi gayret göstermiştir.

---

<sup>304</sup> Müslim, Birr, 131,132.

<sup>305</sup> Müslim, Taharet, 68.

<sup>306</sup> Ebu Davud, Taharet,15; Tirmizi, Taharet 17.

<sup>307</sup> Buhari, Vudu,68; Müslim, Taharet, 94–96; İbn Mace, Taharet, 2.

<sup>308</sup> Buhari, Salât,33–39,Edeb 75; Müslim, Mesacid, 50–53; Nesai, Mesacid, 32,35.

<sup>309</sup> Müslim, Mesacid, 57;Ebu Davud, Salât, 16.

<sup>310</sup> Müslim, Mesacid, 55,56.

<sup>311</sup> Turhanoğlu, *Hadislerde Koruyucu Hekimlik*, s. 41.

<sup>312</sup> Buhari, Bed’ül Halk,16; Müslim, Hac,66–79.

### 2.2.2. Beslenmeye Dikkat Etmek

Hastalıktan korunmak için beslenmeye çok dikkat etmek gerekir. Kişide belirli bir hastalık olmasa da yeterli beslenememekten doğan birçok hastalık, kuvvetsizlik ve neşesizlik halleri vardır. Bunun için Hz. Peygamber alınan gıdalara dikkat etmiş ve bu konuda ashabını da uyarmıştır.<sup>313</sup> Hz. Peygamber vücudun kuvvetli olmasını zayıf olmasına tercih etmiş<sup>314</sup>, kişinin beslenmesine dikkat etmemesinden ötürü güçsüz duruma düşmesini hoş görmemiştir. Uzun müddet aç kalmayı yasaklamış, hatta her gün oruç tutan, geceyi tamamen ibadetle geçiren Abdullah bin Amr bin Âs'a Rasûlullah (s.a.s.) şöyle demişti: “Böyle yapma. Bazen oruç tut, bazen de tutma. Geceleyin hem ibâdet et, hem de uyu. Muhakkak ki vücudunun senin üzerinde hakkı vardır.”<sup>315</sup> Akşam yemeğini yemeden yatmamayı tavsiye etmiş, akşam yemeğini yememenin ihtiyarlığa sebep olacağını ifade etmiştir.<sup>316</sup> Yarım hurma dahi olsa akşam yemeğinin yenilmesini istemesi<sup>317</sup>, beslenmeye gösterdiği dikkat açısından çok önemlidir. Oruç tutanların sahura kalkmalarını istemiştir.

Sağlığın başı dengeli beslenmektir. Vücut için gerekli olan besinler, vitaminler yeterince alınmalıdır. Ne çok fazla yemek ne de gereğinden az yemek sağlık açısından doğru değildir. Hz. Peygamber'in yiyecek ve içecekler konusundaki tutumunu bilmemiz beslenme konusundaki titizliğini anlamamıza yardımcı olacaktır.

Hz. Peygamber sağlığın korunması için hayvansal ve bitkisel gıdalardan yemiştir ve bunu ümmetine de tavsiye etmiştir. En çok sevdiği yiyecek et idi. Özellikle koyun etinin kol tarafı hoşuna giderdi.<sup>318</sup> Koyunun boyun ve kol tarafı, hem lezzetlidir, hem eti yumuşak ve mikroptan en uzağı ve en çabuk sindirilenidir. Bu özelliklerin sağlık açısından değeri büyüktür.<sup>319</sup>

Rasûlullah (s.a.s.) hiçbir zaman herhangi bir yemeği ayıplamazdı. İştahı varsa yer, yoksa yemezdi.<sup>320</sup> Kişinin iştahı yokken yemek yememesi sağlığının korunması için

<sup>313</sup> Turhanoglu, *Hadislerde Koruyucu Hekimlik*, s. 42.

<sup>314</sup> Müslim, Kader 34; İbn Mâce, Zühd 14.

<sup>315</sup> Buhârî, Teheccüd 20; Müslim, Sıyâm 188.

<sup>316</sup> Tirmizî, Et'ime 46.

<sup>317</sup> Tirmizi, Etime, 46; İbn Mace, Etime, 54.

<sup>318</sup> Müslim, İman, 327; Tirmizi, Etime, 34.

<sup>319</sup> İbn Kayyim, *et-Tıbbu'un-Nebevi*, s. 382.

<sup>320</sup> Buhârî, Menâkıb 23; Müslim, Eşribe, 187, 188.

önemlidir. İnsan canının istemediği bir şeyi yediğinde zararı faydasından daha çoktur. Bir defasında Hz. Peygamber'e keler kızartması sunuldu, fakat onu yemedi. Kelerin haram olup olmadığı sorulunca da: “ Haram değil fakat kavmimin yaşadığı topraklarda olmadığı için canım çekmiyor”<sup>321</sup> buyurdu. Hz. Peygamber bulduğu sürece ekmeği katıkla yedi. Bazen eti katık yapar, dünya ve ahiret halkının en üstün yiyeceğinin et<sup>322</sup> olduğunu söylerdi. Bazen de arpa ekmeği ile hurmayı birlikte yedi ve bunların birbirine uygun katık olduğunu söylerdi.<sup>323</sup> Hz. Peygamber, arpa ekmeği gibi katı bir yiyeceğe yaş olan hurmayı katık yaparak yiyecekler arasındaki uyumun ne kadar önemli olduğuna işaret etmiştir. Bu uygunluk sağlık açısından çok önemlidir. Katık bulunmadığı zamanlarda sirkenin katık olarak kullanılabileceğini ifade ederdi.<sup>324</sup>

Hz. Peygamber kendi bölgesinde yetişen salatalık, kavun, karpuz gibi meyvelerden de yemiştir.<sup>325</sup> Yine Hz. Peygamber'in sebzelerden,<sup>326</sup> hayvansal<sup>327</sup> ve bitkisel yağlardan<sup>328</sup> yediğini ve ümmetine tavsiye ettiğini hadislerden öğrenmekteyiz. Bu hadislerden de anlıyoruz ki, Hz. Peygamber'in tıp anlayışında vücut için gerekli olan her türlü vitamin, protein, karbonhidrat yeterli miktarda alınmalıdır.

Hz. Peygamber yemek yerken nasıl yememiz gerektiğini bizlere gerek sözleriyle gerek hal ve hareketleriyle çok güzel anlatmıştır. Bu kurallardan biri, sofrada nasıl oturulması gerektiğiyle alakalıdır. Hz. Peygamber yemek yiyeceği vakit sağ dizini dikerek oturur, asla bir tarafa yaslanarak yemezdi.<sup>329</sup> “Dayanmak” sözcüğü kimi zaman bağdaş kurmak, kimi zaman bir şeye yaslanmak, kimi zamanda yan üzere yaslanmak biçiminde yorumlanmıştır. Dayanarak yemenin üç türünden biri olan yan üzere yaslanarak yemek yemek zararlı bir yemek yeme örneğidir. Bu şekilde yemek yemek, yemeğin doğal akışına engel olur. Mideye basınç yapar, bundan dolayı midenin besin maddesini ayrıştırması tam olarak gerçekleşmez. Yenilen besinler boğazdan kolayca inmez ve kişiyi rahatsız eder. Dayanarak yemek yemenin öteki iki türü ise kulluğa aykırı kabul edildiği için Hz. Peygamber tarafından yasaklanmıştı. Hz. Peygamber yemek yiyeceği

<sup>321</sup> Buhari, Etime, 14; Müslim, Sayd, 41, 44.

<sup>322</sup> İbn Mace Etime, 27.

<sup>323</sup> Ebu Davud, Etime, 41.

<sup>324</sup> Ebu Davud, Etime, 39; Nesai, Eyman, 21.

<sup>325</sup> Buhari, Etime, 39, 45; Tirmizi, Etime, 36, 37; İbn Mace, Etime, 37.

<sup>326</sup> Darimi, Etime, 18.

<sup>327</sup> Buhari, Tıb, 52, 56; Müslim, Eşribe, 155.

<sup>328</sup> Tirmizi, Etime, 43; İbn Mace, Etime, 34.

<sup>329</sup> Buhari, Etime, 13; Ebu Davud, Etime, 16; Tirmizi, Etime, 28.

vakit sağ ayağını dikerek ve bir yere yaslanmadan yemek yemeyi, rabbine saygılı olmak, önünde terbiyeli davranmak, sofraya ve yenenlere hürmet etmek amacıyla yapmıştır. Bu oturuş şekli sağlık açısından ötekilerden daha yararlı ve üstündür. Çünkü bu durumdayken terbiyeli bir oturuşun yanında bütün organlar Allah'ın yarattığı tabii durumdadırlar. İnsanın en güzel beslenme şekli organlarının doğal konumlarında olduğu zamandır. Bu durumda sadece insanın dik oturduğu zaman gerçekleşir.<sup>330</sup> Hz. Peygamber yüzükoyun yemeği de yasaklamıştır.<sup>331</sup> Bu şekilde yemekte hem edebe aykırıdır hem de sağlığa zarar verir.

Bazı gıdaların birlikte yenilmemesiyle alakalı Hz. Peygamber'in tavsiyeleri de sağlık açısından önemlidir. İnsan, O'nun kesinlikle balık ve sütü, süt ve ekşiyi (asitli yiyecekleri), sarımsakla soğanı, sirke ile pirinci, et kurusu ile taze eti, iki sıcak, iki soğuk, iki ishal yapan, iki katı, iki sıvı ve bir karışıma dönüşmeyen iki besin maddesini birlikte yemediğini göreceği gibi, çabuk ve geç sindirilen şeyler, kızartma ve haşlama, taze ve bayat, süt ve yumurta, et ve süt gibi farklı yiyecekleri de birlikte yemediğini anlayacaktır.<sup>332</sup>

Hız. Peygamber bir besinden veya bir meyveden gelebilecek bir zararı başka bir besinle gidermektedir. Ve sıcak besinleri soğuk ile kuru olanı yağ ile yemesi sağlık bakımından yerinde bir tedbirdir. Bunun en güzel örneği Hz. Peygamber'in hurmayı salatalıkla birlikte yemiş olmasıdır.<sup>333</sup> Hurma vücut ısısını artırır, ikinci derecede yaşlılığı olan bir meyvedir. Mideyi güçlendirir. Fakat çabuk susatır, karnı ağrıtır, mesane ağrısına yol açar. Bunun salatalıkla birlikte yenilmesi çok faydalı olur. Çünkü salatalık serinletici, susuzluğu giderici, kokusuyla iştah açan ve midenin yükselen ısısını düşüren bir sebzedir. Mesane ağrısına iyi gelir. Kısaca, bu yiyeceklerden biri ısıyı yükseltici, diğeri düşürücü özelliğe sahiptir. Her birinde diğere uygunluk, diğere vereceği zararların çoğunu giderme özellikleri vardır. Tüm tedavinin temeli sağlığı korumanın esası budur. Tıp biliminin tamamı da bu düsturdan yararlanmaktadır. Besin ve ilaçların zararlarını

<sup>330</sup> İbn Kayyım, *et-Tıbbu'un-Nebevi*, s. 283, 284.

<sup>331</sup> Ebu Davud, *Etime*, 18; İbn Mace, *Etime*, 62.

<sup>332</sup> İbn Kayyım, *et-Tıbbu'un-Nebevi*, s. 285.

<sup>333</sup> Buhari, *Etime*, 39.45.47; Müslim, *Eşribe*, 147; Tirmizi, *Etime*, 37.

karşıt besin ve ilaçlar giderir, bunları kullanmak bünyenin sağlığına, gücüne yardımcı ve destek olur.<sup>334</sup>

Hız. Peygamber aşırı derecede sıcak bir yemeği yemediği gibi, bir gün önce pişirilip ertesi gün önüne ısıtılıp getirilen yemeği de yememiştir. Aynı şekilde bozulmuş, kokmuş, ekşimiş yemekleri de yemezdi. Bu tür yiyeceklerin hepsi de insana sağlığını kaybettirir ve çeşitli hastalıklara yakalanmasına sebep olurlar. Hız. Peygamber yemekten sonra hemen uyumayı da yasaklardı. Doktorların, sağlığını korumak isteyenlere tavsiyeleri arasında; akşam yemeğinden hemen sonra uyumamaları hiç olmazsa birkaç adım atmaları yani yürümleri bulunmaktadır. Yemekten sonra hemen uyumak zararlıdır. Akşam yemeğinden sonra akşam namazını kılmak da bir harekettir. Böylece besinler mide içerisinde yerlerini alırlar, sindirimleri kolaylaşır ve mide kuvvetlenir. Hız. Peygamber yemeğin üzerine su içme konusunda da uyarmıştır. Yemek üzerine su içilmesini yasaklamıştır. Çünkü yemeğin üzerine su içmek yemeği bozar. Özellikle spordan, yorulduktan, yemekten önce ve sonra, meyve yedikten sonra, banyo yaptıktan sonra ve uykudan uyanır uyanmaz su içmeyi hoş görmezlerdi.<sup>335</sup> Bunların hepsi sağlığın korunması içindir. Şeker, kolesterol ve tansiyon gibi hastalıklara yakalanmamak için veya çoğalmasını önlemek için, yağlı, tatlı, tuzlu ve hamurlu yiyeceklere gereken dikkati göstermek gerekir.

İçecekler ve su içme adabına dikkat edilmezse ciddi sağlık sorunlarının ortaya çıkmasına sebep olabilir. Çünkü sağlığın korunmasında içeceklerin de önemli bir yeri vardır. Tatlı ve soğuk suyun bedene faydası büyüktür. Bu içeceklerden soğuk su, harareti kesme, vücudun olması gereken nemini koruma ve gıdaları eritip damarlara ulaştırma bakımından farklı bir özelliğe sahiptir. Özellikle suyla bal, şeker, kuru üzüm ve hurma gibi tatlı bir şeyle karıştırarak şerbet yapıldığında gıda değeri daha da artmaktadır. Hız. Peygamber soğuk suyla karışmış bal içerdi, bunda ancak doktorların anlayabileceği bir sağlığı koruma kuralı vardır. Soğuk bal şerbeti içmek ve balı aç karnına yemek; balgamı eritir, midenin yapışkanlığını giderir, midedeki artıkları atar, midenin normal ısısına ulaşmasını sağlar. Aynı tesiri ciğer, böbrek ve mesanede de gösterir. Safra rahatsızlığı olanlara bal şerbeti zarar verebilir. Bal şerbetinin vereceği

<sup>334</sup> İbn Kayyim, *et-Tıbbu'un-Nebevi*, s. 127, 128.

<sup>335</sup> İbn Kayyim, *et-Tıbbu'un-Nebevi*, s. 285, 286.

zararı sirkeyle gidermek mümkündür. Bu halde şerbet safralılar için de faydalı hale gelebilir.<sup>336</sup>

Hız. Peygamber'in en sevdiği içecekler soğuk ve tatlı olanlardır.<sup>337</sup> Yani su soğuk olduğu ve içine bal gibi tatlı gıdalar katıldığında, vücuda giren maddelerin en faydalısı olduğu ve sağlığı koruyucu bir özellik kazandığı görülmektedir. Bu nedenle Hız. Peygamber soğuk ve tatlı içecekleri seviyordu. Sıcak su insanı şişirir ve soğuk suyun verdiği faydayı vermez.<sup>338</sup> Kendisine yapılan hurma şerbetini birkaç gün içtiği olmuştur.<sup>339</sup> Soğuk su ile yapılan bal şerbetini de sever, eşi Zeynep binti Cahş'ın evine gittiğinde içerdi.<sup>340</sup> Su içmek istediğinde dinlenen suyu tercih ederdi. Dinlenmiş su, yerinden yeni çıkarılmış sudan daha faydalıdır. Dinlenmiş su mayalı ekmeğe benzer, dinlenmemiş su ise mayasız ekmeğe benzer. Ayrıca dinlenen suda, toprak ve madensel karışımlar dibine çöker. Hız. Peygamber için dinlendirilmiş su bulundurulur ve bunlar içinde de gecelemiş olanı tercih edilirdi.<sup>341</sup> Bir gün Hız. Peygamber Ebu'l-Heysen b. Et-Teyyihan'ın bahçesine su içmek için girdiğinde: "Eğer tulumda gecelemiş su varsa bize içir! Yoksa ağzımızı dayayıp şu akan sudan içeriz" buyurmuştur. Ebu'l-Heysen ise, dinlenmiş suyu bir bardağa koyup üzerine biraz süt koyarak getirmiş, Allah Resulü de onu içmiştir.<sup>342</sup>

Hız. Peygamber'in sevdiği içeceklerden birisi de süttür. Kimi zaman saf kimi zaman da suyla karıştırılmış olarak içerdi. Süt faydası çok olan bir gıda maddesidir. Göğüs ve akciğere ve vücudu dinç tutmaya çok ciddi faydası olan bir gıdadır.<sup>343</sup> Bundan dolayı Hız. Peygamber: "Biriniz yemek yediğinde; Allahım! Onu bize bereketli kıl; bize ondan daha iyisini yedir! desin. Süt içtiğinde ise; Allahım! Onu bizim için bereketlendir ve ondan bize bol bol ver! desin. Çünkü yiyecek ve içecekler arasında ondan daha yeterli olanını bilmiyorum"<sup>344</sup> buyurmuştur.

<sup>336</sup> İbn Kayyım, *et-Tıbbu'un-Nebevi*, s. 287.

<sup>337</sup> Tirmizi, Eşribe, 21.

<sup>338</sup> İbn Kayyım, *et-Tıbbu'un-Nebevi*, s. 289.

<sup>339</sup> Müslim, Eşribe, 79.

<sup>340</sup> Ebu Davud, Eşribe, 11.

<sup>341</sup> İbn Kayyım, *et-Tıbbu'un-Nebevi*, s.290.

<sup>342</sup> Buhari, Eşribe, 14,20; İbn Mace, Eşribe, 25.

<sup>343</sup> İbn Kayyım, *et-Tıbbu'un-Nebevi*, s. 298.

<sup>344</sup> Ebu Davud, Eşribe, 21; Tirmizi, Deavat, 55; İbn Mace, Etime, 35.



İçecekler kadar onları içme adabı da sağlık açısından çok önemlidir. Hz. Peygamber ayakta su içmeyi yasaklamıştır.<sup>345</sup> Ayakta su içmenin pek çok zararları vardır. Bu şekilde su içilirse susuzluk tam olarak giderilmiş olmaz. Ayaktayken içilen su hızlı bir şekilde mideye iner, bu suyun midenin ısını düşürerek onu soğutma ve bozma tehlikesi de vardır. Ayakta içme alışkanlık haline getirilirse, suyu içene ciddi zararlı olur. Ancak arada sırada bir ihtiyaçtan ötürü ayakta içilirse zararı olmaz.<sup>346</sup> Suyu dinlenerek içmek de sağlığı koruma noktasında önemlidir. Bu konuda Hz. Peygamber'in tavsiyesi şu şekildedir: "Suyunuzu develerin içtikleri gibi bir nefeste içmeyin. İki, üç nefeste için. Bir şey içeceğiniz zaman besmele çekin; içtikten sonra da 'Elhamdü lillâh' deyin."<sup>347</sup> Yemeğin ve suyun başında besmele çekmenin, sonunda da Allah'a hamd etmenin, yenen ve içilen şeylerin faydalı olmasında, sindirim kolaylığında ve zararının dışarı atılmasında görülmedik faydası vardır.

Kendisi de bir şey içerken üç defa nefes alarak içer ve: "Böylesi daha kandırıcı, zarardan daha uzak ve boğazdan geçişi daha kolaydır"<sup>348</sup> buyururdu. Suyu üç nefeste içmek bir kerede içmekten daha faydalıdır. Bir defada içmek sağlığa zararlıdır. Suyu üç bölümde içmek, alevlenmiş olan midenin içinde hareket etmesi nedeniyle birincinin düşüremediği ateşi ikincinin, ikincinin düşüremediği ateşi üçüncünün düşürmesi demektir. Üç defada içmek bir defada içmekten daha güvenlidir. Zira bir defada içmenin-soğukluğun şiddeti ve miktarının çokluğuyla, tabii harareti söndürmesinden ya da zayıflatmasından korkulur. Böyle bir durumda ise özellikle Yemen, Hicaz ve benzeri sıcak bölge sakinlerinde veya yazın şiddetli sıcakların olduğu dönemlerde mide ve ciğerin karakterlerinin bozulmasına ve bayağı hastalıklara yol açar. Buralarda yaşayan insanlarda bir defa da içmek oldukça zararlıdır. Bir defada içmenin zararlarından biri de yemek borusunun -içindeki suyun çokluğu nedeniyle- tıkanarak nefes borusuna su kaçması ve bundan dolayı sıkıntıya düşülmesinden korkulmasıdır. Ara vererek nefes alıp içildiğinde bu tehlike ortadan kalkar. Yine su bir defada içilirse, soğuk suyun inişi ile kalp ve karaciğerin üstündeki sıcak buharın yükselişi birleşip, karşılıklı bir hareketlenme olur. Bunun sonucunda tıkanma, nefes borusuna kaçma ve daralma meydana geleceğinden suyu içen ondan yararlanamaz, onu sindiremez ve susuzluğunu

<sup>345</sup> Müslim, Eşribe, 112-115; Tirmizi, Eşribe, 11; İbn Mace, Eşribe, 21.

<sup>346</sup> İbn Kayyim, *et-Tıbbu'un-Nebevi*, s. 292.

<sup>347</sup> Tirmizi, Eşribe 13.

<sup>348</sup> Müslim, Eşribe, 123.

tamamen gideremez.<sup>349</sup> Hz. Peygamber su içerken nefeslenmeyi su kabını ağızdan çekerek kabın dışına nefeslenmesi sonra içmeye devam etmesi şeklinde anlatıyor. Bu konudaki bir hadisinde şöyle buyuruyor: "Bir kimse, bir şey içerken kabın içine üflemesin."<sup>350</sup> İçilen şeye üfleme veya içine solumak nezaket ve sağlık açısından Hz. Peygamber'in yasakladığı bir içiş tarzıdır. Çünkü kişinin ağızından veya burnundan salya, pis koku ve yemek kırıntısı gibi şeyler içilen suya karışabilir. Bu da başkalarını iğrendirebilir. Bu şekilde su içmek hayvanların âdetidir. İnsanlara yakışan ise üç nefeste içmek ve her nefes alışta su kabını ağızdan ayırmaktır.<sup>351</sup> Ayrıca kabın içine üfleme, ağız yoluyla virüs veya mikropların o kabın içine dolmasına sebep olur. Bu da o kaptan su içen başkalarının mikrop kapmasına yol açabilir.

Hz. Peygamber, ağızları ters çevrilen su kaplarından su içilmesini yasaklamıştır.<sup>352</sup> Burada yasaklanan şey, tulumu ağızı aşağı çevirerek ondan su içmektir. Yasağın sebebi ise, tulumun içinde zehirli veya zararlı bir maddenin olması ve görmeden içenin karnına gitmesidir.<sup>353</sup> Su içtiğimiz kabın içini gösteren bir kap olması ne içtiğimizi göstermesi bakımından önemlidir. Bu yüzden Hz. Peygamber'in suyu cam bardağından içmesi<sup>354</sup> sağlığı koruma noktasında iyi bir tedbirdir.

Hz. Peygamber kırba, tulum gibi su kaplarının doğrudan ağızdan içilmesini yasaklamıştır.<sup>355</sup> Çünkü suyu içen kişinin ağızının temiz olmaması halinde sağlığa zararlı bazı maddelerin ve suyu içen kimsenin kabın içine üflediği hava kabarcıklarının hareketi, kabın içindeki suya hoşlanılmayan kötü bir koku kazandırır. O kaptan su içenlerin bundan tiksinişi ve zarar görmesi kaçınılmaz olur. Böyle bir içme sırasında çoğunlukla içenin karnına bol miktarda su gireceğinden, suyu içen bu sudan zarar görür. Görmeden içilen bu suda çoğunlukla içenin fark edemeyeceği canlılar bulunacağından suyla birlikte onları da yutar bundan dolayı da hastalanır. Yine bu şekilde su içmek

---

<sup>349</sup> İbn Kayyim, *et-Tıbbu'un-Nebevi*, s. 291,292.

<sup>350</sup> Buhârî, Eşribe 25, Vudû 18, 19; Müslim, Tahâret 63, 65, Eşribe 121; Ebû Dâvud, Eşribe 20; Tirmizî, Eşribe 15, 16; Nesâî, Tahâret 42.

<sup>351</sup> Davudoğlu, *Sahih-i Müslim Tercüme ve Şerhi*, II, 377, 378.

<sup>352</sup> Buhari, Eşribe, 23; Müslim, Eşribe, 110,111; Tirmizi, Eşribe, 17; İbn Mace, Eşribe, 19.

<sup>353</sup> Davudoğlu, *Sahih-i Müslim Tercüme ve Şerhi*, IX, 331.

<sup>354</sup> İbn Mace, Eşribe, 27.

<sup>355</sup> Buhari, Eşribe, 24; Ebu Davud, Eşribe, 14.

mideyi hava ile dolduracağından, mideyi daraltır. Yeteri kadar su almasını engeller ve eziyet çektirir.<sup>356</sup>

Hız. Peygamber, yüzüstü eğilerek su içmeyi ve bir eli suya daldırıp ağza götürerek su içmeyi de yasaklamıştır. “ Sizden birisi köpeğin yalaması gibi su içmesin, geceleyin iyice araştırmadan bir kaptan su içmesin! Kabın üstü örtülü olursa bu yasağın dışında kalır”<sup>357</sup> sözleriyle uyarıda bulunmuştur. Bu şekilde su içmek sağlığa zararlıdır. Yüksekte bulunan bir havuz veya su kabından ağızla içerse elle içmek arasında bir fark yoktur.<sup>358</sup>

Hız. Peygamber bardağın kırık yerinden su içilmesini yasaklamıştır.<sup>359</sup> Çünkü kırık bardakla bir şeyler içmek birçok yönden zararlıdır. Besin artıklarının, kir ve pis kokuların kırık yerde toplanmasından, bardağın kırık yerinden içmek genelde içene güçlük vereceğinden ve rahat içmeyi engelleyeceğinden, tam olarak temizlenemediği için mikropların toplandıkları yer olmasından ve kırıktan ötürü bardakta bir keskinlik olduğundan su içenin ağızını yaralaması gibi sakıncalardan dolayı bardağın kırık yerinden herhangi bir şey içmemek gerekir.<sup>360</sup>

Hız. Peygamber su kaplarının üstlerinin örtülmesini emretmiş ve bu konuda şöyle buyurmuştur: “Yemek kaplarını örtünüz, su kaplarını kapatınız, çünkü sene içinde öyle bir gece vardır ki, o gecede veba hastalığı iner, üzeri örtülmemiş bir kaba veya ağı bağlanmamış bir kırabaya uğrarsa, muhakkak bu vebadan oraya iner”.<sup>361</sup> Doktorların bu konuyu ciddi olarak araştırmaları gerekir. Ancak bazı kimselerin bunu tecrübeyle yaşadıkları da olmuştur.<sup>362</sup>

Hız. Peygamber’in bir çöp uzatarak da olsa kabın ağızının kapatılmasını emretmesi<sup>363</sup> konunun önemine dikkat çekmektedir. Yani kapamayı unutmama, hatta bir çöple de olsa kapatmayı alışkanlık haline getirme tavsiyesi vardır. Kabın ağızını kapatmak, hem toz, toprak ve böceklerin hem de Peygamberimizin haber verdiği veba hastalığının

---

<sup>356</sup> Turhanoğlu, *Hadislerde Koruyucu Hekimlik*, 48; İbn Kayyım el-Cevziyye, *et-Tıbbu'un-Nebevi*, s. 296.

<sup>357</sup> İbn Mace, Eşribe, 25.

<sup>358</sup> İbn Kayyım, *et-Tıbbu'un-Nebevi*, s. 291.

<sup>359</sup> Müslim, Taharet, 65; Tirmizi, Eşribe, 15; Nesai, Taharet, 41.

<sup>360</sup> İbn Kayyım, *et-Tıbbu'un-Nebevi*, s. 297.

<sup>361</sup> Müslim, Eşribe, 96,99; Tirmizi, Etime, 15; İbn Mace, Eşribe, 16.

<sup>362</sup> İbn Kayyım, *et-Tıbbu'un-Nebevi*, s. 295.

<sup>363</sup> Buhari, Eşribe, 22; Ebu Davud, Eşribe, 22.

vereceği zarardan yiyecek ve içeceklerimizi korumuş olmaktadır. Hz. Peygamber'in bu konudaki hassasiyeti koruyucu hekimlik açısından son derece önemlidir.<sup>364</sup>

Zararlı yiyecek ve içeceklerin yenilip içilmesi konusunda da Hz. Peygamber çok dikkat etmiştir. Temizliğine ve korunmasına dikkat edilmeyen bazı yiyecek ve içecekler sağlığa zararlı olduğu gibi, bazı yiyecek ve içeceklerin de bizzat kendisi sağlık için zararlıdır. Mesela; Hz. Peygamber, azı dişi olan bütün yırtıcı hayvanların ve pençesi olan tüm kuşların etini yemekten nehyetmiştir.<sup>365</sup> Bu hayvanların etlerinin yasaklanmasının sebebi, bunların diğer hayvan etleriyle ve pislikleriyle beslenmeleridir. Et ve pislik yiyen hayvanlarda trişin denen bir hastalık ortaya çıkar.<sup>366</sup> Hz. Peygamber yırtıcı hayvanların etlerinin yenmesini yasaklayarak insanlarda trişin denen hastalığın ortaya çıkmasını engellemiştir. Hz. Peygamber, pislik yiyen hayvanların etlerini yasakladığı gibi sütlerini de yasaklamıştır.<sup>367</sup> Bu hayvanlardan trişin maddesiyle hastalık insanlara geçebilir. Trişin, boyu yarım santimetreye varmayan bir solucandır. Bunun dişileri ince bağırsakta erkekleriyle çiftleştikten sonra yavrulamaya başlarlar ve her dişinin iki yıllık ömrü sırasında 1500 kadar yavrusu olur. Bunlar bağırsaktan damarlarla ve beli başka tarzlarda adalelere ve vücudun diğer kısımlarına ve bazen beyine gelir. Bu sırada çeşitli belirtilerle hastalık başlar ve insanı öldürebilir. Trişinler domuz etinde fazlaca bulunurlar. Domuzlar, domuz eti, fare, keme ve bunların pisliklerini yiyerek; yaban domuzları ise kemirgenler ve ölü canavar hayvanlarla beslenerek, kemeler ve fareler de birbirlerini yiyerek hastalığı alırlar. Yine domuz şeridi denilen hastalık da parazitli domuz eti yiyen insanlara geçer ve bunların ince bağırsağında yaşar. Bu şerit 2–4 santimetre boyunda olup vücudu 700 ile 1000 kadar halkadan meydana gelmekte ve insanın bedeninde senelerce kalabilmektedir.<sup>368</sup> Bunlarla birlikte daha birçok hastalığın domuz etinde bulunduğu insan bedenine ciddi zararlar verdiği günümüz tıbbi tarafından da kabul edilmektedir. Müslümanlarda bu tür hastalıkların olmamasının sebebi ise, domuz ve onun gibi, pislik yiyerek beslenen hayvanların İslam dininde yasaklanmasıdır.

---

<sup>364</sup> Turhanoğlu, *Hadislerde Koruyucu Hekimlik*, s. 49.

<sup>365</sup> Buhari, *Tıb*, 57; Müslim, *Sayd*, 11; Tirmizi, *Sayd*, 9.

<sup>366</sup> Unat, *Bulaşıcı Hastalıklarla Savaş ve İslam Dini*, s. 48.

<sup>367</sup> Ebu Davud, *Etime*, 24,33; Tirmizi, *Etime*, 24; İbn Mace, *Zebaih*, 11.

<sup>368</sup> Unat, *Bulaşıcı Hastalıklarla Savaş ve İslam Dini*, s. 47–49.

İnsan sağlığını korumada zararlı içeceklerden sakınmak da önemlidir. Hz. Peygamber sağlığa zarar verici tüm içecekleri yasaklamıştır. Bu konuyla ilgili şöyle buyurmuştur: “Sarhoşluk veren şeyi içmeyin.”<sup>369</sup> Sarhoşluk veren her şey dinimizde haram kabul edilip yasaklanmıştır. Hz. Peygamber iki hususunda genel bir kaide ortaya koymuştur. İçkinin hangi çeşidi olursa olsun tüm sarhoş edici içkiler haramdır.<sup>370</sup>

Yasaklanan içeceklerden bir tanesi de zehirdir. Zehir insanın hayatına son veren çok güçlü bir iecedir. Hz. Peygamber, kişinin zehir içmek suretiyle canına kıymasının büyük bir günah olduğunu haber vererek şöyle buyurmuştur: “Her kim zehir içerek kendini öldürürse, cehennem ateşinde ebedi kalarak daima o zehiri içmekle meşgul olacaktır.”<sup>371</sup> Bu hadisten de anlaşılıyor ki; zehir ve iki gibi insanın hayatını birden ya da yavaş yavaş sona erdiren tüm zararlı içecekler Hz. Peygamber tarafından yasaklanmıştır. Modern tıp da, alkolün insan vücudunda çok ciddi zararlara sebep olduğunu beyan etmektedir.

### **2.2.3. Dengeli Beslenmeye Dikkat Etmek**

Sağlığı korumanın önemli yollarından biride dengeli beslenmedir. Beslenme konusunda dengeyi sağlamak gereklidir. Çünkü yeme ve içmeyi terk etmek kadar aşırı yemenin de insan sağlığı açısından tehlikeli olduğu bilinen bir gerçektir.<sup>372</sup>

Hz. Peygamber yeme içme hususunda orta yolu takip etmemiz gerektiğini tavsiye ederek şöyle buyurmuştur: “demoğlu, karnından daha şerli bir kap doldurmamıştır. İnsana belini doğrultacak birkaç lokma yeter. Yemek yediği zaman, midesinin üçte birini yemeğe, üçte birini içmeye, üçte birini de nefes almaya ayırsın”.<sup>373</sup> Hadisteki tavsiyeler sağlığı koruma noktasında çok önemli tedbirlerdir. Alınan gıdaları daha sindiremeden tekrar yemek, faydası az ve hazmı zor olan besinleri yemek, türlü türlü hastalıkların ortaya çıkmasına sebep olmaktadır. Eğer gıdalar alınırken orta yol takip edilirse ve ihtiyaç olduğu kadar yenilirse, vücut daha fazla yarar sağlayacaktır. Bu yüzden Hz. Peygamber midenin üçte birinin boş kalmasını ve üçte ikisinin yiyecek ve iceklere ayrılmasını tavsiye etmiştir. Bu kalp ve vücut için daha faydalıdır. Çünkü

<sup>369</sup> Müslim, Edhı 37; Nest, Cenâiz 100, Eşribe 40; İbn Mâce, Eşribe 14.

<sup>370</sup> Davudoğlu, Sahih-i Müslim Terceme ve şerhi, IX, 257.

<sup>371</sup> Buhari, Tıb, 56; Müslim, İman, 175; Tirmizi, Tıb, 7.

<sup>372</sup> Velicangil, *Koruyucu Hekimlik ve Halk Sağlığı*, s. 359–366.

<sup>373</sup> Tirmizi, Zühd, 47; İbn Mace, Etime, 50.

yemek ve suyla doldurulan mide sindirim sıkıntısı yaşayacağından daha çok zorlanacak ve yorulacaktır. Bunun sonucunda da kişinin kalp ve beden sağlığı bozulmaktadır.<sup>374</sup> Hz. Peygamber aşırı yemek yemenin kâfire has bir sıfat olduğunu ifade ederek şöyle buyurmuştur: “Mümin, bir karın dolusu, kâfir ise yedi karın dolusu yer.”<sup>375</sup> Bir takım ulema doktorların insanda mide ile beraber yedi bağırsak olduğunu söylediklerini; Müslümana besmele çektiği için bir bağırsak dolusu yemek kâfi gelirken, inanmayan ise besmele çekmediği için yedi bağırsağını doldurmadan doymadığını söylemişlerdir.<sup>376</sup>

Hz. Peygamber’in bütün sene hiç ara vermeden oruç tutmayı yasaklaması da dengeli beslenme adına önemli bir tedbirdir. Bazı sahabelerin devamlı oruç tutma, bütün geceyi namaz kılarak geçirme ve hiç evlenmeme hususunda aldıkları kararlara karşı çıkan Hz. Peygamber, onları şu sözleriyle ikaz etmiştir: “İçinizde en çok Allah’tan korkan benim. Böyle olduğu halde ben, bazen oruç tutarım bazen tutmam, bazen uyurum bazen de kalkıp ibadet ederim, kadınlarla da evlenirim. Kim sünnetimden yüz çevirirse benden değildir.”<sup>377</sup> Hz. Peygamber ibadet dahi olsa sağlığa zarar verebilecek aşırılığa izin vermemiştir. Bu da sağlık açısından önemli bir tedbirdir.

Hz. Peygamber’in dengeli beslenme konusundaki bu tavırları günümüz tıbbi tarafından da kabul edilmiştir. Dengeli beslenmemenin vücuda çok ciddi zararları vardır. Karaciğer başta olmak üzere mide ve bağırsakları da tahrip ettiği modern tıp tarafından tespit edilmiş tehlikelerden birkaç tanesidir. Bununla birlikte çok sık yemenin, çok fazla veya çok az yemenin mideye verilecek en büyük zararlar olduğu söylenmektedir.<sup>378</sup>

#### **2.2.4. Perhiz Yapmak**

Sağlığı korumanın yollarından biri de perhizdir. Perhiz iki türdür: 1-Sağlıklı kişilerin yapması gereken perhiz. 2-Hastaların yapması gereken perhiz. Sağlığı yerinde olan kişiler perhiz yaparak sağlıklarını korumakta, hastalar ise hastalıklarının daha fazla artmasına mani olmaktadır.<sup>379</sup>

<sup>374</sup> İbn Kayyım, *et-Tıbbu'un-Nebevi*, s. 35.

<sup>375</sup> Buhari, *Etime*, 12; Müslim, *Eşribe*, 182–186.

<sup>376</sup> Davudoğlu, *Sahih-i Müslim Tercüme ve Şerhi*, IX, 401.

<sup>377</sup> Buhari, *Nikâh*, 1; Müslim, *Nikâh*, 5.

<sup>378</sup> Turhanoğlu, *Hadislerde Koruyucu Hekimlik*, s. 54, 55.

<sup>379</sup> İbn Kayyım, *et-Tıbbu'un-Nebevi*, s. 131.

Hastanın, kendisine zararlı olabilecek yiyeceklerden sakınması, perhizde dikkat edilmesi gereken önemli bir noktadır. Bu konuda Hz. Peygamber'in tavrı çok güzeldir. Ümmü'l Münzir şöyle anlatmaktadır: Allah Resülü Hz. Ali ile birlikte yanıma geldiler. O sıralarda Ali hastalıktan yeni iyileşmekteydi. Bizim de asılı hurma salkımlarımız vardı. Hz. Peygamber kalkıp yemeye başladı. Ali de yemek için uzandığında Allah Resülü: "Ali, sen yeme! Çünkü hastalığı yeni atlattın" buyurdu. Ben de onlar için pancar ve arpadan bir yemek pişirdim ve önlerine getirdim. Bunun üzerine Allah Resülü: "Ali, sen bundan çekinmeden ye! Çünkü sana en faydalı yiyecek budur!" buyurdu.<sup>380</sup> Hz. Peygamber'in Hz. Ali'ye hurmayı yasaklamasının sebebi muhtemelen hastalıktan yeni iyileşen birine bazı gıdaların zararlı olmasıdır. Hurma da Hz. Ali'nin o anki hastalığına zarar verebilirdi. Bu yüzden Hz. Peygamber izin vermemiş olabilir.<sup>381</sup>

Hz. Peygamber'in hastalara telbine adı verilen bulamaç şeklindeki sütlü gıdaları tavsiye etmesi de perhiz açısından önemlidir. Çünkü telbine hasta kişilerin kalbine rahatlık vermekte ve üzüntülerinin gitmesinde faydalı olmaktadır.<sup>382</sup>

Hz. Peygamber perhiz konusunda bir de hastanın yeme ve içme konusunda zorlanmaması gerektiğini ifade ederdi. Bu konuda buyuruyor ki: "Hastalarınızı yemeye ve içmeye zorlamayınız! Çünkü Allah, onları yedirir ve içirir!"<sup>383</sup> buyurmuştur.

### 2.2.5. Giyim-Kuşama Dikkat Etmek

Giyim ve kuşama dikkat etmek de koruyucu sağlık açısından önemlidir. Kişinin kendisini soğuktan ve sıcaktan koruyacak kıyafetler giymesi sağlık açısından gereklidir. Mevsime ve iklim şartlarına göre giysi giymek dikkat edilmesi gereken bir prensiptir. Hz. Peygamber bu konuya çok dikkat etmiştir.<sup>384</sup>

Hz. Peygamber giyimine dikkat eder ve bu konuda tam bir rehberdir. Genel olarak hafif elbise giymeyi tercih ederdi. Genellikle de hafif olduğu için rida ve izarı tercih ederdi.<sup>385</sup> İç gömleği de giyerdi hatta en çok beğendiği giysi gömlekti.<sup>386</sup>

<sup>380</sup> Ebu Davud, Tıb,2; İbn Mace, Tıb,3.

<sup>381</sup> İbn Kayyim, *et-Tıbbu'un-Nebevi*, 133.

<sup>382</sup> Buhari, Etime, 24; Müslim, Selam, 90.

<sup>383</sup> Tirmizi, Tıb, 4; İbn Mace, Tıb, 4.

<sup>384</sup> Turhanoğlu, *Hadislerde Koruyucu Hekimler*, s. 57.

<sup>385</sup> Buhari, Libas, 7, 18, Cenaiz, 28; Müslim, Eşribe, 2; Nesai, Ziyet, 97.

<sup>386</sup> Ebu Davud, Libas, 3; Tirmizi, Libas, 28.

Giyim konusundaki yol gösterici oluşu, vücut için en faydalı giysiyi seçtiğinden dolayıldı. O'nun elbisesinin kolları bileğine kadar olup rahat hareket etmesini sağlayacak şekilde ne uzun ne de kısa olurdu. Gömleğinin kolu bileğe kadar olur, eline kadar uzanmazdı. Uzun olduğunda kişiye güçlük verir, pratik hareket etmesini engeller. Bundan daha kısa da olamazdı çünkü kısası sıcak ve soğuğa karşı koruyucu değildir.<sup>387</sup> Giyim noktasında Hz. Peygamber'in dikkat ettiği diğer bir husus da O'nun gömlek ve izarını fazla uzatmaması idi. Buna dikkat etmeyenleri uyarılmış ve izarın topuklardan aşağı geçen kısmının cehennemde olduğunu haber vermiştir.<sup>388</sup> Kendisi de gömlek ve izarın eteğini, topuklarını aşmayacak biçimde uyluklarının yarısına kadar uzatmıştır. Böyle olunca giyilen giysi insana eziyet vermez, sıcak ve soğuktan da korur. Çok uzun olsa yürüyeni rahatsız eder, daha kısası olsa açılır, sıcak ve soğukta insanı rahatsız eder.<sup>389</sup>

Hz. Peygamber sağlık açısından giyilen kıyafetin renginin beyaz olmasının güzellik ve temizlik bakımından daha uygun olduğunu bildirmiştir.<sup>390</sup> Beyaz elbise hem güneş ışınlarını çekmez, vücudun terlemesini azaltır ve kiri hemen belli etmesi açısından ayrı bir değere sahiptir. Sıcak iklimlerde beyaz renkli elbiseler giyinmek sağlık açısından tedbirli bir davranış olur.<sup>391</sup>

Şuna da dikkat etmek gerekiyor ki Hz. Peygamber ihtiyaca göre ince ya da kalın elbiseler giymiştir. Rida ve izar gibi ince elbise yanında soğuktan korunmak için yünden yapılmış kalın elbise de giymiştir.<sup>392</sup>

### 2.2.6. Mesken Seçimine Dikkat Etmek

Meskenlerin oturmaya elverişli olması sağlık açısından çok önemlidir. Yaşanılacak evin güneş görmesi ve geniş olması oturanların sağlığı açısından önem arz etmektedir. Güneş görmeyen, dar, dış tehlikelere açık olan evlerin insan sağlığını ciddi manada tehdit ettiği de kabul edilmektedir.<sup>393</sup>

Hz. Peygamber'in mesken konusundaki tavsiyeleri şu şekildedir:

<sup>387</sup> İbn Kayyim, *et-Tıbbu'un-Nebevi*, s. 300.

<sup>388</sup> Buhari, *Libas*, 4; İbn Mace, *Libas*, 7.

<sup>389</sup> İbn Kayyim, *et-Tıbbu'un-Nebevi*, s. 300.

<sup>390</sup> Buhari, *Libas*, 24; Tirmizi, *Cenaiz*, 18; İbn Mace, *Libas*, 5.

<sup>391</sup> Turhanoğlu, *Hadislerde Koruyucu Hekimlik*, s. 58.

<sup>392</sup> İbn Mace, *Libas*, 4.

<sup>393</sup> Velicangil, *Koruyucu Hekimlik ve Halk Sağlığı*, s. 261–263.



Hız. Peygamber evlerin çok yüksek olmasını hoş görmemiş, binaların çok katlı yapılmasını kıyamet alametlerinden biri olarak saymıştır.<sup>394</sup>

Hız. Peygamber'in yüksek binalar karşısında aldığı tavrı Hız. Enes şöyle anlatmaktadır: "Birgün Hız. Peygamber bizimle beraber gezintiye çıktı. Derken, etrafındaki binalara göre daha yüksek bir bina gördü ve: Bu da ne? diye sordu. Ensardan falana ait denildi. Hız. Peygamber sukut etti ancak, bina hoşuna gitmedi. Bir müddet sonra binanın sahibi geldi, Hız. Peygamber'e cemaatin içinde selam verdi. Hız. Peygamber ise yüzünü çevirdi ve selamını almadı. Tekrar tekrar selam verdi ise de aynı şekilde selamını almadı. O sahabe Resulüllah'ın kendisine kızgın olduğunu anladı. Durumu arkadaşlarına açarak: "Allah'a kasem olsun Resulüllah'ın bana bakışını iyi bulmuyorum. Hakkımda ne olup bittiğini de bilemiyorum" dedi. Kendisine: "Gezinirken kubbeni gördü, "Bu kimin?" dedi. Sana ait olduğunu haber verdik dediler. Bunun üzerine adam hemen dönüp kubbesini yıktı ve yerle bir etti. Hız. Peygamber bir başka gün yine gezintiye çıktı, kubbeyi göremeyince: " Kubbeye ne oldu?" diye sordu. Kubbe sahibi ile olup biten gelişmeler haber verildi. Hız. Peygamber de: "İyi biliniz ki, zaruri olmayan her bina, sahibine bir vebaldir."<sup>395</sup>

Evlerin yüksek olmasının sağlık ve sosyal açılardan çeşitli mahzurları vardır. Yüksek binalar rüzgârı engellemekte, hava cereyanını engellemekte ve hava-çevre kirliliğine sebep olmaktadır. Bu tür binalarda yaşayanlarda çeşitli psikolojik ve sosyolojik sıkıntılar ortaya çıkmaktadır. Çok katlı yüksek evlerde yaşamak ruhsal hastalıklar içerisinde sayılmaktadır. Ayrıca yüksek binalar insanların doğadan tabiattan uzaklaşmasına ve insanlarla ilişkilerinde menfi tesirler ortaya çıkarmaktadır.<sup>396</sup>

Meskenlerin geniş olmasının sağlık açısından önemi çok büyüktür. Meskenlerin geniş olmasından kasıt, metre kare olarak geniş olması veya oda sayısının çok olmasıdır. Yani içinde oturan aileye yetecek kadar odası olmayan evler dar ve kötü diye nitelendirilmiştir.<sup>397</sup>

<sup>394</sup> Buhari, İman, 37, Fiten, 35; Müslim, İman, 1, 5, 7; İbn Mace, Mukaddime, 9.

<sup>395</sup> Ebu Davud, Edeb, 169.

<sup>396</sup> Turhanoğlu, *Hadislerde Koruyucu Hekimlik*, s. 60.

<sup>397</sup> Turhanoğlu, *Hadislerde Koruyucu Hekimlik*, s. 60.

Hız. Peygamber, evin genişliği üzerinde ısrarla durmuş, kurtuluşun nasıl olacağını soran Ukbe Bin Amire: “Diline hâkim ol, evini genişlet ve hatalarına ağla”<sup>398</sup> şeklinde cevap vermiştir. Aile fertlerinin dinin emrettiği mahremiyet konusuna<sup>399</sup> riayet edebilmeleri için, yeterli odası bulunan geniş bir eve sahip olmaları gerekir. Hız. Peygamber, annesinin yanına girerken izin isteme hususunu soran bir sahabiye “Annenden izin iste, onu çıplak olarak görmekten hoşlanır mısınız?”<sup>400</sup> buyurmuştur. Bu hadisten de anlaşılıyor ki, kişinin kıyafet bakımından rahat hareket edeceği kendine ait bir odası olmalıdır. Hız. Peygamber’in ulaşılmamasını istediği ideal ev tipi budur. Asgari olarak anne baba ve çocuklarının kalabileceği iki odanın bulunması istenirken, azami oda sayısı da ihtiyaca ve maddi imkâna göre kişinin kendisine bırakılmıştır.<sup>401</sup> Mesken konusunda bir diğer önemli mevzu da meskenin dış tesirlere kapalı bulunmasıdır. Evin haşerelere, yağmura, güneşe, soğuk ve sıcakta karşı içinde yaşıyanları koruması gereklidir.<sup>402</sup> İşte Hız. Peygamber ve ashabının evleri orta yükseklikte, geniş, sıcak ve soğuktan koruyan, hayvanların girmesine de imkân vermeyen en güzel evlerdendir. Bu özellikleri taşıyan evlerin de koruyucu hekimlik noktasında uygun evler olduğu bir gerçektir.<sup>403</sup>

### 2.2.7. Uyku

İnsanın ruhen ve bedenen dinlenmesinde uykunun vazgeçilmez bir yeri vardır. İnsan hayatı için yemek ve içmek ne ise uykuda bunlar gibi zaruri ihtiyaçlardandır. Bu ihtiyacın yeterince karşılanamaması durumunda bir kısım sağlık problemleri ortaya çıkar. Bunun için sağlığın korunmasında düzenli ve yeterli bir uykunun önemi büyüktür.<sup>404</sup>

Hız. Peygamber bu konu üzerinde dikkatle durmuş ve konuyla alakalı birçok tavsiyede bulunmuştur. Uykunun kişiyi dinlendirebilmesi için dikkat edilmesi gereken hususlarda ümmetini uyarmıştır. Uykunun istenilen ölçülerde yararlı ve dinlendirici olabilmesi için

---

<sup>398</sup> Tirmizi, Zühd, 61.

<sup>399</sup> Nur, 24/58, 59.

<sup>400</sup> Muvatta, İsti’zan, 1.

<sup>401</sup> Canan, *Kütüb-i Sitte*, II, 63, 76, 77.

<sup>402</sup> Buhari, İsti’zan, 53; İbn Mace, Zühd, 13.

<sup>403</sup> İbn Kayyim, *et-Tıbbu’un-Nebevi*, s. 302.

<sup>404</sup> Velicangil, *Koruyucu Hekimlik ve Halk Sağlığı*, s. 533–534.

vakitlerine dikkat etmek gerekir. Vakitsiz uykuların faydasından çok zararı vardır. Vaktinde uyuyup vaktinde kalkmanın sağlık açısından önemi büyüktür.<sup>405</sup>

Hız. Peygamber'in uykusu çok ölçülü, beden, organlar ve akıl için en faydalı olanıdır. Hız. Peygamber uyku vakitlerine ve düzenli bir şekilde dinlenmeye dikkat etmiştir. Gecenin ilk saatlerini uyuyarak, sonunu da namaz kılarak geçirmiş ve namazdan sonra sabah ezanına kadar biraz daha uzanmıştır.<sup>406</sup> Böylece beden, organlar ve kafa, uyku, istirahat ve beden eğitiminden nasibini bol sevapla almış oluyordu. İhtiyaç miktarının üzerinde uyku uyumaz, nefsinin ihtiyaç duyduğu kadar da uyurdu. Uyku bastırıldığı zaman sağ tarafına yatarak, gözleri kapanıncaya kadar Allah'ı zikrederek, midesi aç olduğu halde yüksek yataklar edinmeden, güzel bir şekilde uyurdu. O'nun içi lif dolu deriden bir yastığı vardı. Yastığa yaslanır ve zaman zaman elini yanağının altına koyardı.<sup>407</sup>

Hız. Peygamber (s.a.s.) yatsıdan sonra konuşmayı sevmez<sup>408</sup>, gecenin ilk saatlerini uyuyarak, sonunu da namaz kılarak ihyâ ederdi.<sup>409</sup> İbn Abbas (r.a.) şöyle demiştir: "Rasûlullah (s.a.s.) uykuya yatıp gece yarısı kalkarak bir miktar namaz kılar, sonra sabah namazına kadar tekrar uyurdu."<sup>410</sup> Hız. Peygamber'in uykusunu bu şekilde düzenlemesi sağlık açısından çok önemlidir. Çünkü gecenin başındaki uyku vücudu yeteri kadar dinlendirmekte, gece yarısı kalkıp namaz kılmak da vücuttaki uyuşuklukları gidermekte, bundan dolayı da kişi sabah dinç uyanmaktadır.<sup>411</sup> Modern tıp da uykunun hiç olmazsa bir kısmının gece yarısından önceye rastlamasının sağlık açısından gerekli olduğunu söylemektedir.<sup>412</sup> Geceleri hiç uyumaksızın ibâdet eden Abdullah bin Amr bin Âs'a Hız. Peygamber: "Böyle yapma, gecenin bir kısmında ibâdet et, bir kısmında da uyu; muhakkak vücudunun senin üzerinde hakkı vardır"<sup>413</sup> diyerek uyarılmış ve bunu hoş karşılamamıştır.

Uykunun iki önemli faydası vardır:

---

<sup>405</sup> Turhanoğlu, *Hadislerde Koruyucu Hekimlik*, s. 61–62.

<sup>406</sup> Buhari, *Teheccüd*, 15; Nesai, *Leyl*, 17, 30; İbn Mace, *İkame*, 182.

<sup>407</sup> İbn Kayyim, *et-Tıbbu'un-Nebevi*, s. 303.

<sup>408</sup> Buhârî, *Mevâkît* 13, 23; Müslim, *Mesâcid* 235.

<sup>409</sup> Buhârî, *Teheccüd* 15; Müslim, *Müsâfirîn* 129.

<sup>410</sup> Buhârî, *Vudû* 30; Müslim, *Müsâfirîn* 182.

<sup>411</sup> Tirmizi, *Deavat*, 101.

<sup>412</sup> Velicangil, *Koruyucu Hekimlik ve Halk Sağlığı*, s. 534- 535.

<sup>413</sup> Buhârî, *Teheccüd* 20; Müslim, *Sıyâm* 181.

Birincisi, organların, faaliyetlerini durdurmaları ve dinlenerek yorgunluktan kurtulmalarıdır. Uyku bitkinlik ve yorgunluğu giderir.

İkincisi ise, besinleri sindirmek ve salgıları olgunlaştırmaktır. Çünkü vücudun tabii ısısı vücudun derinliklerine çekilir ve buna yardımcı olur. Bu nedenle vücudun dış kısmı soğur ve uyuyan kişi üşür ve fazla örtüye ihtiyaç duyar. Uyuma şeklinin de sağlık açısından önemi büyüktür. Çünkü bazı uyuma şekilleri vücuda zararlıdır. Peygamber Efendimiz uyumaya, sağ taraf üzerine yatarak başlardı.<sup>414</sup> Hz. Peygamber sağlıklı olan uyuma şeklini göstermiş ve bu konuda örnek olmuştur. Uykunun en faydalı olanı, midenin sol tarafa biraz eğik olması hasebiyle içindeki yiyeceklerin daha iyi yerleşebilmesi için vücudun sağ tarafına yatarak uyumaktır. Sol tarafta uyumak, iç organların kalbe doğru eğilmesi ve çeşitli maddelerin kalbe boşalması nedeniyle, kalbe zarar verir. Sağ yan üzere yattıktan sonra, sindirimi kolaylaştırmak üzere birazcık sol tarafa yatılmalıdır. Daha sonra, gıdaların mideden çabucak inmesi için tekrar sağ tarafa dönülmeli ve uykuya öyle devam edilmelidir.<sup>415</sup>

Bununla birlikte Hz. Peygamber uykunun en kötüsü olan sırt üstü uyumayı<sup>416</sup> ve daha zararlı şekli olan yüz üstü uyumayı da hoş görmemiştir. Mescitte yüz üstü yatan bir kimseye ayağıyla dokunarak: “Kalk, otur. Çünkü bu cehennemi bir uykudur”<sup>417</sup> buyurmuştur.

Hz. Peygamber’in uyardığı bir konu da şudur: Güneşte uyumak, özellikle insanın bir kısmı güneşte, bir kısmı da gölgede iken uyuması kötü bir uyku pozisyonudur. Güneşte uyumak, bedendeki gizli kalmış hastalıkları ortaya çıkarır.<sup>418</sup>

Kişi uykusunu yeteri kadar almayınca hastalığa daha kolay yakalanabilir. Hz. Peygamber de bu durumun olmaması için ümmetine birtakım tedbirler açıklamıştır. Bunlardan bir tanesi de kayluledir. Kaylule, öğle vaktinde uyumanın adıdır. Hz. Peygamber geceleyin ibadet yapmaya kalkmaya yardımcı olduğu için kayluleyi tavsiye etmiştir.<sup>419</sup>

---

<sup>414</sup> Buhari, Teheccüd, 20.

<sup>415</sup> İbn Kayyım, *et-Tıbbu'un-Nebevi*, s. 305–306.

<sup>416</sup> Müslim, Libas, 74; Ebu Davud, Edeb, 36.

<sup>417</sup> İbn Mace, Edeb, 27.

<sup>418</sup> İbn Kayyım, *et-Tıbbu'un-Nebevi*, s. 306.

<sup>419</sup> İbn Mace, Sıyam, 22.

Hz. Peygamber korkuluğu olmayan damda da uyumayı yasaklamıştır.<sup>420</sup> Böyle bir yerde uyumak, düşme ihtimali olduğu için tehlikelidir.

Kaylule dışındaki gündüz uykusu iyi değildir. Neme dayalı hastalıkları doğurur, rengi bozar, nezle ve dalak hastalığına yol açar, sinirleri gevşetir, iştahsızlığa ve tembelliğe sebep olmaktadır. Ancak yazın sıcaklığın şiddetli olduğu zaman uyumak sakıncalı değildir. Gündüz uykusunun en kötüsü gündüzün ilk saatlerinde uyumaktır, bundan daha kötüsü de gündüzün son saatlerinde, ikindiden sonra uyumaktır. Gündüz uykusu üç tanedir:

Birincisi; Gündüzün şiddetli sıcaklığında uyumaktır. Bu Hz. Peygamber'in uyku çeşitlerindedir.

İkincisi; Kuşluk vakti uyumaktır. Bu uyku insanı dünya ve ahiret işinden alıkor.

Üçüncüsü; İkinci vakti uyumaktır.

Sabah uykusu rızka engel olur, çünkü bu vakit, yaratıkların nasiplerini aradıkları vakittir. Aynı zamanda bu vakitte rızıklar paylaşılır. Bu vakitte uyumak son derece zararlıdır. Çünkü vücudu gevşetir ve vücudun normal hararetiyle dışarı atılması gereken fazlalıkları bozmaktadır. Sonunda vücutta kırgınlık, bitkinlik ve zayıflık meydana getirir. İkinci uykusu da akıl ve şuur açısından sakıncalı olup vücuda zarar vermektedir.<sup>421</sup>

### **2.2.8. Bulaşıcı Hastalıklarla Savaş**

Bir takım fiziksel hastalıklar vardır ki bunlar içerisinde insanları en çok etkileyen bulaşıcı hastalıklardır. Bulaşıcı hastalıklar içerisinde hadislerde geçen üzerinde daha fazla durulan hastalıklar cüzzam, veba, kuduz gibi hastalıklardır. Aşağıda bu hastalıklardan kısaca bahsedilip bunlarla savaşmanın gerekliliği ifade edilecektir.

Cüzzam: “Cüzzamlıdan aslandan kaçır gibi kaç.”<sup>422</sup> Bulaşması zor bir hastalık olduğu halde, cüzzamlıların sağlam kimselerin arasına girmemesini emretmiştir.

---

<sup>420</sup> Tirmizi, Edeb, 72.

<sup>421</sup> İbn Kayyım, *et-Tıbbu 'un-Nebevi*, s. 304, 305.

<sup>422</sup> Buhârî, Büyû 36, Tıb 19, 25, 43, 45, 53, 54; Müslim, Selâm 102–109, 111–114, 116; Ebû Dâvud, Tıb 24; Tirmizî, Siyer 46, Kader 9; İbn Mâce, Mukaddime 10, Tıb 43.

Veba:“Bir yerde ‘taun’un (veba) bulunduğunu işitirseniz oraya gitmeyin. Bulduğunuz yerde meydana gelmişse oradan da ayrılmayın.”<sup>423</sup>

Kuduz:“Yeryüzünde yaşayan, zararlı beş çeşit hayvanı öldürene hiçbir günah yoktur. Onlar şunlardır: Akrep, karga, çaylak, fare ve kuduz köpek.”<sup>424</sup> Bu da kuduz köpek itlafına izin verildiğini gösterir.“Köpek bir kabı yalarsa, onu hemen yedi defa yıkayın, sekizincide toprakla ovalayın”<sup>425</sup> buyurmuştur. Salyanın tamamen temizlenmesi için bu gereklidir.

### 2.2.9. Spor Yapmak

Sağlığın korunması için spor gereklidir. Hz. Peygamber’in bu konudaki anlayışı sporun en güzel biçimini ortaya koymaktadır. Vücudun yaşantısını devam ettirmesi için yiyecek ve ićeceđe ihtiyacı vardır. Alınan gıdalar sindirildikten sonra, artık maddeler de kalır. Bu artıklar zamanla birikir ve vücutta tıkanıklık yapar, bedeni ağırlaştırarak tıkanıklığa bağlı olarak bir takım hastalıkların çıkmasına sebep olur. İlaç kullanılıp bu ağırlıktan kurtulmak mümkün, fakat ilacın ciddi yan tesirleri olabilir. Tıkanıklığı giderecek en önemli çare harekettir. Hareket, organları ısıtır, organlardaki fazla salgıları dışarı atar. Hareket, bedene hafiflik ve neře verir. Eklemleri sağlamlaştırır, kas ve bağlantıları güçlendirir. Böylelikle spor, bedeni hastalıkların çoğuna karşı bir güvence olur. Bununla birlikte diğer tedbirler de alınmalıdır.

Sporun zamanı; sindirimin tamamlandığı ve besinlerin mideden bağırsağa indiği zamandır. Ata binme, ok atma, güreş ve koşu beden eğitimi için faydalı sporlardır. Bunlar tüm vücudun idmanı demektir. Bu sporlar cüzzam, kulunç ve kalın bağırsak iltihabı gibi müzmin hastalıklardan korunmada ve iyileşmede büyük öneme sahiptir. Hz. Peygamber kendi zamanındaki bazı sporları kendisi de yapmıştır ve yapılmasını da tavsiye etmiştir. Bunlar arasında atıcılık, binicilik, güreş ve koşu gelmektedir. Bunların yanında Hz. Peygamber’in kıldığı beş vakit namazın ve geceleyin kıldığı teheccüt namazının beden eğitimine faydası büyüktür. Namaz kılarken eklemler hareket etmekte, organlar yumuşamakta, mide ve bağırsaklar büyük ölçüde yarar görmektedir. Orucun aynı şekilde sağlığı korumaya, beden ve nefis terbiyesine ciddi katkıları inkâr edilemez.

<sup>423</sup> Buhârî, Tıb, 30, 168, 169; Müslim, Selâm 92, 93, 94, 98, 100.

<sup>424</sup> Buhârî, Bed’u’l-Halk 16; Müslim, Hac 67–73, 76–79; Ebû Dâvud, Menâsik 39; Nesâî, Hac 82–84, 86–88, 113–119.

<sup>425</sup> Müslim, Tahâret 93.

Haccı oluşturan hareketlerin de aynı şekilde sağlığa büyük faydası vardır.<sup>426</sup> Günümüzde özellikle kolesterol ve benzeri hastalıklardan korunmak için yürümek ve çeşitli spor faaliyetlerinde bulunmak önemlidir.

Geceleyin kalkıp kılınan teheccüt namazının beden eğitimi yönündeki önemi daha büyüktür. Hz. Peygamber teheccüt namazının kişinin gönlünü hoş edip vücudunu dinç kılacağını ve bedenden hastalığı uzaklaştıracağını ifade etmiştir.<sup>427</sup>

Hz. Peygamber'in ilgilendiği sporların başında binicilik gelmektedir. Bir hadislerinde şöyle buyurmaktadır: “Atıcılığı ve biniciliği öğreniniz! Atıcılığı öğrenmeniz, bana göre binicilikten daha sevimlidir”<sup>428</sup> buyurmaktadır. Efendimiz bir gün, Eslem kabilesinden ok atma yarışı yapan bir cemaate uğradı ve onlara: “Ey İsmail Oğulları! Ok atmaya devam ediniz! Zira babanız İsmail de atıcı idi. Atmaya devam ediniz, ben de falan taraftanım” buyurdu. Bunun üzerine diğer taraf ok atmaktan vazgeçti. Hz. Peygamber: “Size ne oldu ki ok atmaktan vazgeçtiniz?” diye sorunca: “Siz o tarafta iken nasıl atalım?” dediler. Hz. Peygamber de: “ Atmaya devam ediniz, zira ben her iki tarafla beraberim”<sup>429</sup> buyurarak onları teşvik etti.

Hz. Peygamber güreş ve koşuyla da ilgilenmiş ve ilgilenilmesini de tavsiye etmiştir. Bizzat kendisi de güreş tutmuştur ve zamanın meşhur pehlivanı olan Rükane'yi yenmiştir.<sup>430</sup>

Koşu da Hz. Peygamber'in sevdiği sporlar arasındadır. Eşi Hz. Aişe, Hz. Peygamber'le yaptığı koşuyu şöyle anlatmaktadır: “Bir defasında ben de peygamberle birlikte sefere çıkmıştım. Bu sırada ben zayıfça bir gençtim. Peygamber (a.s.), halka hitaben: “İlerleyiniz!” buyurdu. Onlar da ilerlediler. Sonra bana: “Gel seninle koşalım” dedi. Koştuk, ben onu geçtim. Hz. Peygamber sustu hiçbir şey söylemedi. Nihayet şişmanladım, bedenim gelişti, evvelki koşuyu unuttum. Yine bir seferinde birlikte çıkmıştık, halka hitaben: “ İlerleyiniz!” buyurdu. Onlar da ilerlediler, sonra bana: “ Gel

<sup>426</sup> İbn Kayyim, *et-Tıbbu'un-Nebevi*, s. 310- 312.

<sup>427</sup> Buhari, Teheccüt, 12; Müslim, Müsafirin, 207.

<sup>428</sup> Müslim, İmare, 169; Ebu Davud, Cihad, 23.

<sup>429</sup> Buhari, Enbiya, 12, İbn Mace, Cihad, 19.

<sup>430</sup> Ebu Davud, Libas, 21; Tirmizi, Libas, 42.

seninle koşalım” dedi. Koştuk bu sefer o bana galip geldi ve gülmeye başladı. Hem gülüyor, hem de: “ Bu koşu, önceki koşuya bedeldir; deştik” diyordu.”<sup>431</sup>

### 2.2.10. Güzel Koku Sürünmek

Güzel kokunun ruh ve beden sağlığını korumada önemli bir yeri vardır. Güzel koku ruhun gıdasıdır. Beyne, kalbe ve diğer i organlara fayda sağlar. Kalbi ferahlatır, gönüle sevinç ve ruha neşe verir. Güzel koku ile ruh arasında yakın bir ilişki vardır.<sup>432</sup> Bundan dolayı Hz. Peygamber’e dünyadan sevdiren iki Şeyden birisi de güzel koku idi.<sup>433</sup>

Hz. Peygamber güzel kokuyu reddetmezdi ve Şöyle buyururdu: “ Bir kimseye güzel koku sunulursa geri çevirmesin, zira güzel kokuyu taşımak kolaydır ve çevreye de güzel koku yayar”.<sup>434</sup> Güzel koku ruha kuvvet kazandırması hasebiyle sağlığın korunmasına katkıda bulunmaktadır. Güzel kokuyu seven ve kullanan Hz. Peygamber, en azından haftada bir gün güzel koku sürünmenin gerekli olduğunu da ifade etmiştir.<sup>435</sup> Hz. Peygamber koruyucu hekimlik noktasında insan sağlığına faydası olacak en ufak bir tedbiri dahi ihmal etmiyordu.

### 2.2.11. Dinlenmeye Vakit Ayırmak

Vücudun sağlığını korumada istirahatın de yeri vardır. Kuran gecenin istirahata mahsus olduğunu bildirmekte, uykuyu bir dinlenme sebebi olarak göstermektedir.<sup>436</sup> Hz. Peygamber çeşitli hadislerinde aynı meşgliyetin insana bıkkınlık vereceğini belirtmiştir. Fakat İslam’ın dinlenme Şekli bilinen dinlenme Şekillerinden farklıdır. Dinlenmenin vasıtası ne eğlencedir, ne de bomboş oturmadır.<sup>437</sup> Kuran-ı Kerim “O halde bir işi bitirince, hemen başka işe giriş, onunla uğraş!”<sup>438</sup> diye emreder. Yani meşgliyet değiştirmek suretiyle dinlenmektir. Bu tarzda dinlenme geçimi için çalışmak, ibadet etmek, ilim öğrenmek, tefekkür, ev işleri, ailevi meşgliyet, eş-dost ziyareti, sohbet olarak belirlenmiştir. Bu işlerden birinden yorulunca diğerine geçmekle

<sup>431</sup> Ebu Davud, Cihad, 67; İbn Mace, Nikâh, 50.

<sup>432</sup> İbn Kayyim, *et-Tıbbu’un-Nebevi*, s. 344.

<sup>433</sup> Nesai, İşret’n-Nisa, 1.

<sup>434</sup> Nesai, Ziyet, 73.

<sup>435</sup> Buhari, Cuma, 3.

<sup>436</sup> Nebe, 78/9, 10; Furkan, 25/47.

<sup>437</sup> Canan, *Kütüb-i Sitte*, XI, 127.

<sup>438</sup> İnişrah, 94/7.



istirahat temin edilecektir. Hz. Peygamber'in şiir okutarak ashabını dinlendirdiği rivayetlerde gelmiştir.<sup>439</sup>

## **2.3. Hadislerde Geçen Tedavi Yolları**

### **2.3.1. Fiziksel Tedavi Yolları**

Araplarda iki çeşit tedavi usulü vardır. Birincisi, kâhin ve arrafların usulü, ikincisi, ilaçla tedavi usulüdür. Kâhin ve arrafların tedavi usulü, hastalarını okuyup üfleme, sihir yapmak, tapınaklara kurban adayıp dua etmek yahut muska yazmak gibi şeylerle tedavi idi. İlaçla tedavi usulünde ise, hastalara ilaç olarak bazı ot tohumları, şerbetler, özellikle bal verirlerdi. Araplar gözü şaşı olan kimseyi devamlı olarak dönen değirmen taşına baktırmak suretiyle tedavi ederler, böylece gözün düzeleceğine inanırlardı. Bununla beraber Hz. Peygamber'in kendisinin uyguladığı ve tavsiye ettiği tedavi yöntemleri şu şekildedir:

#### **2.3.1.1. Hastalığa Karşı Perhiz Yapmak**

Tedavide perhiz ve sağlığı koruma önemli tedavi unsurlarındandır. Hasta insan perhiz yaptığında hastalığı ilerlemez ve hastalıktan kurtulmak için güç kazanır. Hz. Peygamber bu konuda şöyle buyurur: "Hastanızı yemeye (ve içmeye) zorlamayın. Çünkü onlara Allah Teâlâ yedirir ve içirir."<sup>440</sup> Günümüz tıp anlayışına göre de iştahı kesilen hastaya zorla yedirmenin ona fayda değil, zarar vereceğini belirtilir. Vücuttaki bu depolanmış gıdaların bünye tarafından kullanılma hadisesi, Hz. Peygamber'in dilinde Allah Teâlâ'nın yedirip içirmesi olarak ifadeye dökülmüş bulunmaktadır. Bu hadisi, İslam âlimlerinin izahı da şöyledir: "Yani, yeme içme yerine geçecek bir şeyle Allah hastaya imdat eder, açlık ve susuzluk elemine karşı sabırla rızıklandırır. Nitekim gerçekte hayat ve kuvvet Allah'tandır, ne yiyecekten, ne içecekten ne de sıhatten."<sup>441</sup>

Hastanın iştahı ve besinlere karşı isteği olup olmadığı sorulmalı ve perhiz mümkün olduğu kadar hastanın tercihine göre ayarlanmalıdır. Reddettiği gıdaları niçin reddettiği

---

<sup>439</sup> Canan, *Kütüb-i Sitte*, XI, 127.

<sup>440</sup> Tirmizî, Tıb 4; İbn Mâce, Tıb 4.

<sup>441</sup> Canan, *Kütüb-i Sitte*, XI, 7, 8.

tespit edilmeli, hoşa gitmeyen veya kısıtlanmış perhizin lüzumundan fazla devam etmemesine dikkat edilmelidir.<sup>442</sup>

Perhizde diğer önemli husus ise, hastaya çorba gibi mideye hafif gelen şeyler verilmesidir. Hz. Aişe ev halkından biri vefat edince, başsağlığı için gelen kadınlar da dağılınca ve yalnız ev halkı kalınca bir çömlekte bulamaç piőirilmesini emreder, sonra piően bulamaç tirit üzerine dökülürdü. Bunun üzerine Hz. Aişe şöyle derdi: Haydi bu tiritten yiyiniz, ben Rasulallah'ın şöyle dediğini işittim: "Telbine (bulamaç) hastanın kalbine rahatlık verir, üzüntülerini de giderir."<sup>443</sup>

Hasta kendisine zararlı olabilecek gıdalar yememelidir. Ümmü'l-Münzir'den şöyle rivayet edilmiştir: "Hz. Peygamber (s.a.s.), Hz. Ali ile bana geldi. Bizim de asılı hurma salkımlarımız vardı. Rasûl-i Ekrem onlardan yemeye başladı. Hz. Ali de onunla beraber yiyordu. Rasûlullah Hz. Ali'ye şöyle dedi: "Ali, sakın ha! (Yeme,) çünkü sen nekâhet devresindesin." Bunun üzerine Hz. Ali oturdu. Rasûlullah ise yemeye devam ediyordu. Sonra onlara pancar ve arpa ekmeği pişirdim; o zaman Hz. Peygamber (s.a.s.) şöyle buyurdu: "Ey Ali, bundan çekinmeden ye. Bu senin için en münâsip yemektir."<sup>444</sup>

Sağlık açısından hasta veya hastalıktan yeni kurtulmuş birinin zararlı besinlerden uzak durması gerekir. Henüz bünyesi eski sağlığına kavuőmamıőtır, sindirim gücü zayıftır, bünye hastalığa yatkın, organlar hastalığa hazırdır. Zararlı besin alması, hastalığın yeniden baş göstermesine neden olur. Hz. Peygamber Ali'nin hurma yemesine engel olmasında tedbirin en güzeli vardır. Hastalıktan yeni kurtulan bir kimsenin meyve yemesi kişiyi ishal edebilir. Bünye zayıf olduğu için bunu atlatamaz. Özellikle yaş meyvede mideye yüklenen bir tür ağırlık vardır. Hz. Peygamber'in arpadan yapılmıőt yemekten yemesini söylemesi de arpanın hastalıktan yeni iyileşen kişi için faydalı bir yiyecek olmasındandır. Arpa suyunda serinletme, besleme, inceltme, yumuőatma ve bünyeyi güçlendirme gibi hastalıktan yeni kurtulana uygun özellikler vardır. Kısaca hastalıktan önce yapılan perhiz, ilaçların en büyüğüdür, hastalığın oluşmasına engel olur. Hastalıktan sonra yapılan perhiz ise hastalığın artmasını ve yayılmasını önler.<sup>445</sup>

<sup>442</sup> Denizkuşları, *Kuran-ı Kerim Ve Hadislerde Tıb*, s. 97.

<sup>443</sup> Buhari, *Tıb*, 8; Müslim, *Selam*, 90.

<sup>444</sup> Tirmizi, *Tıb* 1; İbn Mâce, *Tıb* 3.

<sup>445</sup> Denizkuşları, *Kur'an-ı Kerim ve Hadislerde, Tıb*, s. 98.

Tıbb-ı Nebevi’de perhize bu kadar önem verilirken bugünkü tıpta da şeker, böbrek hastalığı, damar sertliği, romatizma, mide çıbanları ve çocuk ishalleri gibi hastalıkların tedavilerinde de perhiz yapmak önemlidir.<sup>446</sup>

Koruyucu hekimlik açısından oruç ibadetinde de büyük faydalar bulunmakta, tıbbi ve ruhi faydaları, bu faydalar arasında başta gelmektedir. Bu konuda Hz. Peygamber’in “Oruç tutun ki sıhhat bulasınız”<sup>447</sup> hadisi orucun sağlık açısından önemine işaret etmektedir. Oruç hem maddi hem manevi açıdan insanın perhiz yapmasını temin etmektedir.

### 2.3.1.2. Kan Aldırmak (Hacamat)

Hz. Peygamber’in tıbbi sünnetinde önemli bir yeri olan hacamat, sözlük anlamı, emmek manasına gelen hacm kökünden gelir. Tıbbi tabir olarak kan alma diye tercüme edilir. Bu işi yapana haccam denir. Hacamat pratikte kan aldırma fiilini ifade için kullanılmaktadır. Geçmişte kan iki suretle alınmaktadır:

Deriyi yarmadan yapılan hacamat,

Deriyi yararak yapılan hacamat.<sup>448</sup>

Hz. Peygamber kan aldırmanın iyi bir tedavi yöntemi olduğunu<sup>449</sup> ifade etmiş ve kan alan kişinin iyi bir iş yaptığını zikrederek onu şu sözleriyle methetmiştir: “Kan alan köle ne iyidir. Kan almak sulbün (yükünü) hafifletir ve gözleri kuvvetlendirir.”<sup>450</sup>

Hz. Peygamber buyurur ki: “ Şifa üç şeydedir; bal şerbeti içmek, kan aldırma ve vücudu ateşle dağlamak. Fakat ümmetimi dağlamaktan men ederim.”<sup>451</sup> Hz. Peygamber aç karnına kan almayı tavsiye eder,<sup>452</sup> kendisi her ayın 17,19 ve 21’inde,<sup>453</sup> ensesinin yan iki damarından ve iki omuzu arasındaki damardan kan aldırır.<sup>454</sup> Bu hadisten anlaşılıyor ki, kan akıtmak için tatbik edilen ameliye, vücudun herhangi bir yerine rastgele uygulanmaz. Bilakis hastalığa göre kan alınacak belli yerler vardır. İşin ehli,

<sup>446</sup> İbn Kayyim el-Cevziyye, *Tıbb-ı Nebevi*, s. 132- 134.

<sup>447</sup> Ahmed, b. Hanbel, II, 380.

<sup>448</sup> Canan, *Kütüb-i Sitte*, XI, 46.

<sup>449</sup> Buhari, Tıb, 13.

<sup>450</sup> Tirmizi, Tıb, 12.

<sup>451</sup> Buhari, Tıb, 3, 4; Müslim, Selam, 71.

<sup>452</sup> İbn Mâce, Tıb, 22.

<sup>453</sup> Tirmizi, Tıb, 12; Ebu Davud, Tıb, 5.

<sup>454</sup> İbn Mâce, Tıb, 21; Ebu Davud, Tıb, 4.

sadece kanın nasıl alınacağını değil, rahatsızlığa uygun olan kan alma mahallini de bilir. Kan aldırırken, hastalığa uygun yerden aldırılmadığı takdirde başka sıkıntılar ortaya çıkabilir. Boynun iki yanındaki damarlar hayati damarlardır. Bunların zedelenmesi hayati tehlikeye sokabilir. Ehil olmayan hacamatçı için bu tehlikeli bir uygulamadır.<sup>455</sup> Hacamatın aç karnına yapılmasının sebebi şöyledir: Aç İken kandaki total yağ ve kolesterol, şeker ve diğer zararlı bazı maddeler düşük seviyede bulunacaktır. Ayrıca böyle bir durumda kalp, karaciğer, böbrekler daha rahat bir çalışma ortamı içindedirler. Aç iken kan alındığında, damar içindeki kanın azalması, kan yapıcı merkezleri daha rahat ve kuvvetli olarak uyaracaktır. Böylece vücut, genç ve çok kuvvetli kan ve müdafaa hücrelerine kavuşacaktır. Bu hücreler sayesinde, daha rahat nefes alınacak, hastalık yapıcı her türlü mikroorganizmalara karşı müdafaa sağlanacak, ihtiyar ve kanserojen madde ve hücrelerin zararından korunulacaktır. Tok karnına olunca, kan, hem karın boşluğunda toplanmış olacağından, hem de tok halde kandaki zararlı maddelerin fazlalığı sebebiyle hacamatın faydalı olması düşünülemez. Kaldı ki böyle bir durumda hacamat olmak baygınlığa ve daha başka kötü hadiseler de sebep olabilir. Çünkü tokluk halinde kan, karın boşluğuna göllendiği için hayati merkezler olan beyin ve kalbin beslenmesi zayıflamıştır. Böyle bir durumda hacamat yapılıncaya beyne, kalbe ve diğer hayati hormon ve enzim yapan bezlere giden kan hacmi iyice düşerek, felç ve bazı rahatsızlıkların çıkması beklenebilir.<sup>456</sup>

Günümüz tıbbında da hacamat yani kan aldırma, hastalığın çeşidine göre değişik vücut bölgelerine tatbik edilmektedir. Bundan maksadın o bölgedeki kan hareketini artırmak, kirli kanı alıp temiz kanın gelmesini sağlamak, o bölgeye özellikle yerleşmiş hastalık yapıcı maddeler varsa bunların uzaklaştırılması düşünülebilir. Tabii bu bölgeye temiz kan çekmekle kandaki tedavi edici maddelerin yeni bölgede çoğalmasını sağlayacaktır. Yapılan gözlemlerde, kan aldırma kişide hastalıklara karşı mukavemetin geliştiği, baş ağrısının ortadan kalktığı, grip gibi ilacı bulunamayan hastalıklara yakalanmadığı müşahade edilmektedir. Dolayısıyla kansere karşı mukavemetin ve AIDS'e karşı müdafaanın elde edilebileceği de düşünülmektedir.”<sup>457</sup>

---

<sup>455</sup> Canan, *Kütüb-i Sitte*, XI, 60, 61.

<sup>456</sup> Canan, *Kütüb-i Sitte*, XI, 65.

<sup>457</sup> Canan, *Kütüb-i Sitte*, XI, 47, 48.

Genellikle 50 yaşın üstündeki kimselerde görülen, sebebi bilinmeyen, organizmada alyuvar kitlesinin devamlı ve mutlak surette artmasıyla meydana gelen Polisitemia Vera isminde bir hastalık tespit edilmiştir ki bu hastalık hastada başağrısı, baş dönmesi, halsizlik, fenalık hissi, geçici körlük gibi rahatsızlıklar meydana getirir. Bu hastalık kan alma suretiyle iyileşebilir. Böylece alyuvar kitlesini azaltıp hastalığın vücut için kötü olması önlenmiş olur. Haftada bu 1–2 kere uygulanır. Tâki alyuvar sayısı normale çıkıncıya kadar devam edilir.<sup>458</sup>

### 2.3.1.3. Ateşli Hastalıkları Su İle Serinletme

Hz. Peygamber ateşli hastalıkların su ile tedavi edilmesini tavsiye ederek şöyle buyurmuştur: “Hummâ (ateşli hastalığın harâreti) Cehennemden şiddetindedir. Sizler o harareti su ile serinletin.”<sup>459</sup> Günümüz tıp anlayışına göre, ateşin düşürülmesinde sıcak ve soğuk banyolarla damar genişletme sağlanır, buz kesesi kullanılabilir, ateş düşürücü ilaçlar da kullanılabilir fakat bu ilaçların yan etkileri söz konusudur. Ayrıca ateşin birden düşürülmesi, hastalığın normal seyrini değiştirir, kesin teşhiste güçlük çekilir, tedaviyi yanıltır. Eğer ateş hastanın genel durumunu bozar bir nitelikteyse 40 derecenin üzerindeyse o zaman hasta soğuk bir çarşafa sarılabilir, su ile serinletilebilir. Bu şekilde hastada ateşin 2–3 derece düşmesi hastanın genel durumunda düzelme, ferahlama sağlar. Güneş çarpmasında da hasta, gölge ve serin bir yerde yatırılır, elbiseleri çıkarılır, üzerine biraz su serpilir ve yelpaze yapılarak serinletilmeye çalışılır. Hasta ilk fırsatta soğuk su banyosuna sokulmalıdır.<sup>460</sup>

### 2.3.1.4. Haram Madde ile Tedâvi

Hz. Peygamber, “Allah Teâlâ hastalığı da ilâcı da indirmiş ve her hastalığa bir ilâç var etmiştir. Öyleyse tedâvi olun. Ancak, haram olan şeyle tedâvi olmayın”<sup>461</sup> buyurmuştur. Hz. Peygamber, Süveyd b. Tarık’ı şarap içmekten men etmiş, Süveyd de: Biz şarabı tedavide kullanırız deyince Hz. Peygamber: “Şarap (alkollü içkiler) devâ değil; bilâkis derttir”<sup>462</sup> buyurmuştur. Hadisten anlıyoruz ki şarap gibi haram olan bir madde tedavide kullanılmayacaktır.

<sup>458</sup> Denizkuşları, *Kur’an-ı Kerim ve Hadislerde Tıp*, s. 100, 101.

<sup>459</sup> Buhârî, Tıb 28; Müslim, Selâm 78.

<sup>460</sup> Denizkuşları, *Kur’an-ı Kerim ve Hadislerde Tıp*, s. 113,114.

<sup>461</sup> Ebû Dâvud, Tıb, 11.

<sup>462</sup> Müslim, Eşribe 12; Ebû Dâvud, Tıb 11; Tirmizî, Tıb 8; Dârimî, Eşribe 6.

### 2.3.1.5. Yarayı Dağlama ile Tedavi

Dağlama kızgın bir demirle tedavi maksadıyla vücudun bir kısmını yakmaktır.<sup>463</sup> Bir hadiste şöyle buyrulur: "Şifa üç şeydedir: Bal şerbeti içmek, kan aldirmek, vücudu ateşle dağlamak. Fakat ümmetimi ateşle dağlamaktan men ederim."<sup>464</sup>

Bu hadiste yarayı dağlamak tedavi metotlarından biri olarak zikredilmiş, fakat yasaklanmıştır. Bu yasak kesin bir yasak değildir. Çünkü Hz. Peygamber Sad b. Muaz'ı ve başkalarını dağlama ile tedavi etmiştir.<sup>465</sup> Hadisten de anlıyoruz ki, Hz. Peygamber son bir çare olarak dağlamaya müsaade etmiştir. Hastanın doğrudan dağlama yaptırarak tedavi olmasını uygun bulmamıştır.<sup>466</sup> Bu konuda İmrân bin Husayn (r.a.)'dan şöyle rivayet olunmuştur: "Hz. Peygamber, yarayı dağlamayı men etti, buna rağmen biz dağladık; fakat hastalıktan kurtulamadık."<sup>467</sup>

Günümüz tıbbında da zararlı patolojik dokunun uzaklaştırılmasında, kanamanın durdurulmasında dağlama metodunun kullanıldığı görülür. Hz. Peygamber'in en son noktada dağlama yapılabileceğini ifade etmesinin birçok hikmetleri vardır. Dağlama dokuyu yararak pis koku çıkardığı gibi sonradan telafisi güç olan veya hiç olmayan bazı estetik bozukluklara sebep olabilir. Bunun içindir ki, hadislerde, tedavide etkinliği bildirilen dağlamanın yaygın olarak kullanılması hoş görülmemiştir. Dağlamanın Hz. Peygamber tarafından tam olarak yasaklanmamasının muhakkak ki önemli bir sebebi vardır. Dağlamanın müspet sonuçlarını verecek fakat menfi sonuçlarını ortadan kaldıracak veya azaltacak tekniklerin ortaya çıkmasının lüzumuna işaret ediliyor olabilir. Nitekim bugün mevcut olan teknikler, dağlamanın sağladığı müspet sonuçları, değişik etkileriyle ortaya koymaktadır.<sup>468</sup>

### 2.3.1.6. Karantina

Bulaşıcı hastalıkların bulaşmasına karşı alınacak tedbirlerin başında karantina gelir. Hz. Peygamber, bulaşıcı hastalıktan bahsettiği bir hadisinde karantinaya dikkat çekmiştir. Bu rivayette "Bir yerde veba (bulunduğun)u işitirseniz oraya girmeyiniz. Bulduğunuz

<sup>463</sup> Denizkuşları, *Kur'an-ı Kerim ve Hadislerde Tıp*, s. 101.

<sup>464</sup> Buhârî, Tıb 3, 4, 10; Müslim, Selâm 71.

<sup>465</sup> Müslim, Selam, 73.

<sup>466</sup> Denizkuşları, *Kur'an-ı Kerim ve Hadislerde Tıp*, s. 101.

<sup>467</sup> Tirmizî, Tıb, 10.

<sup>468</sup> Canan, *Kütüb-i Sitte*, XI, 72.

yerde zuhur edecek olursa vebadan kaçıp kurtulmak maksadıyla (bulduğunuz yerden dışarı) çıkmayınız”<sup>469</sup> buyurmuştur. Hz. Peygamber bu hadisinde karantina uygulamasını tarif etmiştir. Buna göre hastalığın olduğu yere girmek yasaklandığı gibi çıkmak da yasaklanmıştır. Karantina kelimesi daha geniş ele alınırsa kişilerin gündelik yaşantıları daha da kısıtlanabilir. Çünkü aslolan hastalıktan korunmaktır. Veba hastalığı görüldüğünde kişinin şu tedbirleri alması gerekir: Hasta süt içmekten, et yemekten, olgunlaşmamış meyve ve şekerli gıdalar almaktan uzak durmalıdır. Vebadan helaka en fazla sebep olan iki şeyden birisi; cima ve şaraptır. Hamamlardan, masajdan ve kanı aşırı hareket ettiren maddelerden uzak durulmalıdır.<sup>470</sup>

### **Tedavi**

Hz. Peygamber nazar, akrep ve yılan ısırması gibi hallerde ve sarılık, kulak ağrısı gibi durumlarda rukye yapma hususunda izin vermiştir. Bu konudaki rivayetlerin birkaç tanesi şöyledir:

Cabir der ki, “Rasulullah ile otururken bizden birini akrep soktu. Birisi: Ya Resulallah! Ben buna rukye yapayım mı? diye sordu. Hz. Peygamber: “Sizden her kimin kardeşine bir menfaat etmeye gücü yeterse yapsın”<sup>471</sup> buyurdu.

Ümmü Seleme şöyle dedi: “Hz. Peygamber odasında yüzünde sarılık olan bir kız çocuğu görünce: “ Bu kızcağızı okutunuz, buna nazar değmiştir ”<sup>472</sup> buyurmuştur.

Avf b. Malik el-Eşcai; Ya Resulallah! Biz cahiliyet devrinde rukye yapardık, bunun hakkında ne buyurursun? deyince Hz. Peygamber: “Rukyelerinizi bana arzediniz, rukye yapmada şirk olmadığı müddetçe ruyelerde beis yoktur”<sup>473</sup> buyurdu.

Allah’a sığınarak kendisi ve başkaları için dua etmek, okumak sadece meşru değil, aynı zamanda emirdir. Fakat tedavide rukyenin yapılış şeklinde ihtilaf vardır. Bazıları âlimler rukyeyi men etmişlerdir. Rukye, Kuran ayetleriyle, Allah Tealanın isim ve sıfatlarıyla Arapça ve anlamı anlaşılır bir dille yapıldığı takdirde mubahtır. Hadislerden de

---

<sup>469</sup> Buhari, Tıb, 30.

<sup>470</sup> Kurt, “Hadislerde Veba ve Korunma Yolları -Bezli'l-Ma'un adlı eser çerçevesinde”

s.42

<sup>471</sup> Müslim, Selam, 61- 63.

<sup>472</sup> Buhari, Tıb, 35.

<sup>473</sup> Müslim, Selam, 64.

anlaşıldığı üzere yasaklanmış rukyeler hakikatleri belli olmayan ve şirk manası bulunan rukyelerdir. Bazıları da üfleme men etmişlerdir.<sup>474</sup>

### 2.3.1.8. İlâçla Tedâvi

Hz. Peygamber, yaşadığı dönemde ortaya çıkan bazı hastalıklar için denenip faydası görülen bazı maddelerin ilaç olarak kullanılmasını tavsiye ve teşvik etmiştir. Bu maddeler şu şekilde sıralanabilir:

#### 2.3.1.8.1. Bal(Asel) ve İshal

Hz. Peygamber balı çok severdi ve ümmetinden hasta olanlara bal yemelerini tavsiye ederdi. Bu dönemde Araplar bal şerbetine büyük önem verirlerdi. Hemen hemen tüm iç hastalıklarında özellikle ishal tedavisinde kullanılırdı. Ebû Saîd el-Hudrî (r.a.)’den şöyle rivayet edilmiştir: “Rasûl-i Ekrem’e bir kişi gelerek Ya Rasûlallah, kardeşimin karnı ağrıyor (ishal oldu) demişti. Rasûl-i Ekrem de: “Bal şerbeti içir” buyurdu. Sonra bu adam ikinci defa gelerek hastalığının geçmediğini söyledi. Hz. Peygamber yine “bal şerbeti içir” buyurdu. Adamın üçüncü gelişinde de Hz. Peygamber yine “bal şerbeti içirin” dedi. Adam, dördüncü gelişinde; “içirdim, (fakat ishali ve ağrısı geçmedi, arttı) deyince, Hz. Peygamber: “Allah sözünde doğrudur, fakat kardeşinin karnı yalancıdır, haydi yine bal şerbeti içir” buyurdu. Hasta, dördüncü defa içince iyileşti.”<sup>475</sup>

İbn Kayyım, hadisin “Allah sözünde doğrudur, fakat kardeşinin karnı yalancıdır” bölümünü açıklarken, “Burada ilacın mutlak surette faydasının olduğuna, hastalığın devam etmesi bizzat ilacın kusurundan değil, hastanın karnında fasit maddelerin çok olmasındandır” der. Balın birçok faydaları vardır: Mide, damarlar ve diğer organları temizler, ihtiyarlara ve balgamlılara faydalıdır. Soğuk algınlığını önler ve ciğerleri temizler, bevli arttırır.<sup>476</sup>

Balın Şifa oluşu hakkında Kuran-ı Kerim’de de şöyle buyrulmaktadır: “Rabbin bal arısına şöyle vahyetti: “Dağlardan, ağaçlardan ve insanların kurdukları çardaklardan kendine göz göz ev (kovan) edin. Sonra da her türlü meyveden ye de Rabbinin sana yayılman için belirlediği yolları tut!” (Arı’nın) karınlarından renkleri çeşit çeşit bir

<sup>474</sup> Denizkuşları, *Kur’an-ı Kerim ve Hadislerde Tıp*, s. 110.

<sup>475</sup> Buhârî, Tıb 4, 24; Müslim, Selâm 91.

<sup>476</sup> İbn Kayyım el-Cevziyye, *et-Tıbbu’un-Nebevi*, s. 53.



şerbet çıkar ki onda insanlara şifa vardır. Elbette düşünen kimseler için bunda alacak ibret vardır.”<sup>477</sup>

### 2.3.1.8.2. Ud-i Hindi (Kust) ve Boğaz Hastalığı (Uzre) ile Zatu'l-Cenb

Ud, buhur yapılan, ud ağacından kesilen bir daldır. Buna kust da denir ki iki çeşittir:

Kust-ı Hindi; siyaha mail, kokusu az, tadı acıdır.

Kust-ı Arabî; beyaz, lezzetli ve kokuludur. Ciğerlere çok faydalıdır, ağrıyı giderip solucanarı öldürür, şekercebin ile içimesi hummayı durdurur, buhurlandırılması nezle ve vebaya faydalıdır.<sup>478</sup>

Hz. Peygamber döneminde kadınlar, parmaklarına bir bez parçası sararak, çocuklarda görülen bademcik hastalığına müdahale eder, parmaklarını çocuğun boğazına sokarak bademciği çıkarıp kanını alırlardı. Fakat bu çok önemli bir müdahale olduğu için Allah Resulü bunu yasaklamıştı ve şöyle buyurmuştu: “Niçin boğaz hastalığını çocukların boğazını elle sıkıştırıp dürtmek suretiyle tedavi ediyorsunuz? Şu Ud-i Hindi’yi kullanmaya devam ediniz. Çünkü bu hint bitkisinde yedi türlü şifa vardır. Bu aynı zamanda zatu’l-cenb hastalığının da ilacıdır. Uzre hastalığı için burundan, zatu’l-cenb hastalığı için de ağızdan verilir.”<sup>479</sup> İbn Hacer, tabiblerden naklen, kustun faydalarını sayar: “İdrar söktürür, kadınların adet kanamalarını hızlandırır, mide kurtlarını öldürür, zehiri ve harareti def eder, mideyi ısıtır, merhem gibi sürmek kaydıyla çiller giderilir.”<sup>480</sup>

Hz. Peygamber zatu’l-cenb hastalığına Yemen’de yetişen susam şeklindeki tohum ile zeytinyağını da tavsiye eder, bunlar da ağızdan verilir.<sup>481</sup>

### 2.3.1.8.3. Çörek Otu

Çörek otunun hastalıklara şifa olduğunu Hz. Aişe’nin naklettiği şu hadiste görmek mümkündür: Hz. Peygamber buyurdu ki: “Şu kara tane (çörek otu) sâ’m’dan başka her

<sup>477</sup> Nahl, 16/68, 69.

<sup>478</sup> Asım Efendi, *Kâmus Tercemesi*, III, 110.

<sup>479</sup> Buhari, Tıb, 10, 21, 26; Müslim, Selam, 139.

<sup>480</sup> Canan, *Kütüb-i Sitte*, IX, 27.

<sup>481</sup> İbn Mace, Tıb, 17.

hastalığa şifâdır.” Hz. Âişe sordu: ‘Sâm nedir?’ Rasûl-i Ekrem: “Ölümdür” diye cevap verdi.<sup>482</sup> Çörek otunda bütün hastalıklara iyi gelme hususiyeti vardır.

Hastalıkta, bilhassa hastalığın bittiği ilk dönemlerde bol protein çok önemlidir. Ancak bunun yanında kalori ve vitamin zenginliği-ve tabii hazmın kolay olması da- aynı ölçüde ehemmiyetlidir. Hastanın yiyeceği şeyler bol proteinli, bol kalorili ve hazmı kolay şeyler olmalıdır ki, hasta bir taraftan kaybettiği gücü kazanırken diğer taraftan da hazımda güçlük çekmesin. Bugün ilmi araştırmalar ispat etmiştir ki, bütün bu özellikler çörek otunda mevcuttur.<sup>483</sup>

#### **2.3.1.8.4. İyi Cins Hurma(acve), Zehirlenme ve Sihir**

Hz. Peygamber, acve denilen Medine hurmasını bazı hastalıklara ilaç olarak tavsiye etmiş, zehirlenmeye ve sihre karşı koruyucu olacağını zikrederek şöyle buyurmuştur: “Kim sabahleyin acve denilen hurmadan yedi tane yerse, o gün zehir ve sihir ona zarar vermez.”<sup>484</sup>

El-Hattabi (v. 388) bu hadisi şöyle açıklıyor: “Acve denilen hurmanın zehire ve sihire karşı koruyucu olması Hz. Peygamber’in duasının bereketindedir. Hurmanın veya Medine hurmasının özelliğinden değildir.”<sup>485</sup>

Hurmanın şifa oluşu şu anda tespit edemediğimiz Medine hurmasının özelliğinden olması muhtemeldir. Bu Hz. Peygamber zamanına mahsus da olabilir.<sup>486</sup>

Hz. Peygamber, acve denilen hurmayı kalp hastalarına da tavsiye etmiştir. Bu konuda bir sahabi şöyle bir hadis nakleder: “Hasta olduğum bir gün Resulallah beni ziyarete gelerek elini göğsümün üzerine koydu. Öyle ki kalbimin üzerinde elinin soğukluğunu bile hissettim. O zaman şöyle buyurdu: “Sen kalp hastası bir kimsesin. Sakif’in kardeşi Haris b. Kelede’yi getirt. Çünkü o tıp ile meşgul bir kimsedir. Yedi tane Medine’nin acve denilen hurmasından alıp çekirdekleriyle dövsün. Sonra onları sana (su ile) ağızdan versin (içirsin)”<sup>487</sup> Bu hadiste Hz. Peygamber’in sahabenin hastalığını teşhis ettiğini, bu

---

<sup>482</sup> Müslim, Selâm, 88.

<sup>483</sup> Canan, *Kütüb-i Sitte*, XI, 17.

<sup>484</sup> Buhârî, Et’ime 43, Tıb 52.

<sup>485</sup> İbn Hacer, *Fethu’l-Bârî*, X, 249.

<sup>486</sup> İbn Hacer, *Fethu’l-Bârî*, X, 249.

<sup>487</sup> Ebu Davud, Tıb, 12.

hastalığa acve denilen hurmanın şifa olacağını ve ilacı nasıl kullanması gerektiğini zikretmiş, ancak hastayı tıptan anlayan birinin tedavi etmesi gerektiğini açıklamıştır.

#### **2.3.1.8.5. Sürme Taşı (İsmid) ve Göz Ağrısı (Ramed);**

Rasûlullah, ramed denilen göz ağrısı için sürme taşı tavsiye ederek şöyle buyurmuştur: “Sürme taşı (ismid) ile sürme çekin. Çünkü ismid, gözü açar ve kirpikleri besler.”<sup>488</sup> Hz. Peygamber’in sürdürdüğü ve ashabına tavsiye ettiği “sürme çekme” den süslenme gayesi gütmeye açıktır. Sürmenin kirpikleri kalınlaştırarak veya siyahlaştırarak güneş ışınlarını engellediği ve gözü koruduğu belirtilmektedir.<sup>489</sup>

Günümüz tıp anlayışında birçok hastalığın ilaçlarının bitkisel maddelerden yapıldığı bilinmektedir. Hadislerde de birçok hastalığa ilaç olarak tavsiye edilen maddelerin bitkisel maddeler olduğu görülür.<sup>490</sup>

#### **2.3.1.8.6. Müshil Otu (Sena)**

Hz. Peygamber kendisine müracaat eden hastalara ya bir ilaç tavsiye etmiş veya onları bir doktora göndermiştir. Kullandıkları ilaçlara müdahale ettiği de olmuştur: Esmâ binti Umeys’e Rasûlullah (s.a.s.): “Müşhil olarak ne kullanıyorsun?” diye sorduğunda Esmâ: ‘Şubrum kullanıyorum’ diye cevap verince, Hz. Peygamber: “O keskin ve ağırdır” buyurdu. Esmâ diyor ki: ‘Sonra senâ otu (sinameki) kullandım, bunun üzerine Rasûl-i Ekrem: “Kendisinde ölüme karşı şifâ bulunan bir ilâç olsaydı senâda (sinamekide) olurdu”<sup>491</sup> buyurdu.

Bu hadis Hz. Peygamber’in ashabıyla sağlık meselelerine varıncaya kadar ilgilendiğini göstermektedir. Şârihler sena denen otun Hicazda yetiştiğini, tedavide değerli bir yeri olduğunu, emniyetle kullanıldığını, sıcak ve kuru tabiatlı olduğunu, safraya ve kalbe iyi geldiğini belirtir. Ayrıca sinamekinin faydaları arasında vesveseyi önlemesi, adaleleri açması, saçları büyütmesi, baş ağrısı, basur, sara gibi hastalıklara şifa vermesi vs. sayılabilir.<sup>492</sup>

<sup>488</sup> Ebû Dâvud, Libâs 13; Tirmizî, Libâs 22.

<sup>489</sup> Canan, *Kütüb-i Sitte*, XI, 29.

<sup>490</sup> Denizkuşları, *Kur’an-ı Kerim ve Hadislerde Tıp*, s. 124.

<sup>491</sup> Tirmizî, Tıb, 30.

<sup>492</sup> Canan, *Kütüb-i Sitte*, XI, 25.

### **2.3.1.8.7. Kına(Hinna) ve Yara**

Ağaçsı bir bitkinin yapraklarının dövülerek elde edilen tozudur. Hz. Peygamber bıçak yarası, bir taş ve diken yarası olduğu vakit üzerine kına koyardı.<sup>493</sup>

### **2.3.1.8.8. Yer Mantarı (Kem'e) ve Göz Hastalığı**

Hz. Peygamber göz hastalıkları için yer mantarının suyunu tavsiye ederek şöyle buyurmuştur: “Mantar kudret helvası cinsindedir. Suyu göze şifadır.”<sup>494</sup> Yer mantarının şifa oluşu hakkında Ebu Hureyre şöyle diyor: “ Üç, beş veya yedi yer mantarı alıp sıktım ve suyunu sırça bir kaba koydum. Sonra onunla bir cariyemin gözünü sürmeledim ve gözü iyileşti.”<sup>495</sup>

### **2.3.1.8.9. Sabir İlacı ve Göz hastalığı**

Gözü ağrıyan kimse için Hz. Peygamber: “ Gözlerini sabir ile tedavi et”<sup>496</sup> buyurmuştur.

## **2.3.2. Ruhsal Tedavi Yolları**

Hz. Peygamber ruh ve beden sağlığı konusunda çok hassas davranmıştır. Ruh sağlığını temin eden her unsuru tavsiye ederken; ruhsal dengeyi bozucu şeyleri de yasaklamıştır. Ruh sağlığını korumada önemli yeri olan iman ve ibadetler özellikle namaz<sup>497</sup> ve dua<sup>498</sup> üzerinde Peygamberimiz hassasiyetle durmuştur. Aşağıda ruhsal dengeyi müspet yönde etkileyecek olan unsurlar sıralanmıştır.

### **2.3.2.1. İnanç ve İbadetler**

Allah'a iman, O'nu bir bilmek, O'na kulluk ruh sağlığında ve psikolojik hastalıkların tedavisinde önemli bir ilaçtır. Yüce Allah'a iman etmek, ona ibadet etmek, takvaya tutunarak ona yaklaşmak, razı olduğu her şeyi yapıp, razı olmadıklarını terk etmek insanın ruhi yönünü kesin olarak kuvvetlendirir, insanın bedeni ve ruhi bütün görevlerini yerine getirmesine etki ederek önemli psikolojik enerji sağlar. İnsanın bedeni ve ruhi hastalıklarını yenmesinde insana ciddi bir güç verir. Ruhi güç bedeni

---

<sup>493</sup> İbn Mace, Tıb, 29.

<sup>494</sup> Buhari, Tıb, 20; Tirmizi, Tıb, 22.

<sup>495</sup> Tirmizi, Tıb, 22.

<sup>496</sup> Müslim, Hacc, 89; Ebu Davud, Menasik, 36.

<sup>497</sup> Buhari, Salât, 87.

<sup>498</sup> Tirmizi, Deavat, 2.

etkilemektedir.<sup>499</sup> Hz. Peygamber kendisi sürekli oruç tuttuğu halde ashabına kesintisiz oruç tutmayı yasaklamıştır. Ashabına şöyle diyordu: “Ben sizin durumunuzda değilim; Rabbim beni yediyor ve içiriyor.”<sup>500</sup> İbn Kayyim el-Cevziyye bu hadisle ilgili şu açıklamayı yapar: “Bu yiyecek ve içeceğin insanın ağızıyla yediği içtiği türden olmadığı bilinen bir gerçektir. Aksi takdirde sürekli olmazdı. Aralarında hiçbir fark kalmaz, Resul de oruçlu olmazdı. O, bu sözünde, aralıksız oruç tutma noktasında kendisiyle ashabının farklı olduklarını, ashabının güç yetiremeyeceği şeyleri kendisinin yapabileceğini anlatmıştır. Eğer ağızıyla yese ve içseydi “Ben sizin gibi değilim” demezdi.<sup>501</sup> Bu hadisten de anlaşılıyor ki: Hz. Peygamber Allah’tan ruhi gıda alıyor, zayıflamadan ve hastalanmadan, günlerce aç/susuz kalmaya dayanacak gücü sağlıyordu. İşte bu, ruhi gücün vücut üzerindeki etkisine açık delildir.<sup>502</sup>

Aynı şekilde, Hanzala el-Esedi: “Ey Allah’ın elçisi, bize cennet ve cehennemi anlattığın zaman, senin yanındayken sanki onları gözümüzle görmüş gibi oluyoruz. Yanından ayrılınca eşlerimiz, çocuklarımız ve geçim işleriyle uğraşyoruz. Bu yüzden çok şey unutuyoruz” deyince Resul (s.a.v)’in, “Canım elinde olan Allah’a yemin ederim ki eğer benim yanımda bulunduğunuz halde ve zikretmeye devam etseydiniz, melekler kesin olarak sizinle yataklarınızda ve yollarınızda tokalaşırlardı. Fakat Hanzala, bazen öyle bazen böyle, bazen öyle bazen böyle, bazen öyle bazen böyle”<sup>503</sup> şeklinde verdiği cevap, ruhi enerjinin vücut ve görevleri üzerindeki etkisini gösterir.

Bu hadis, Yüce Allah’a ibadet ve zikrin insanda bir saflık ve şeffaflık oluşturduğu, ruhi enerjisinin onu maddi ve bedeni bağlardan kurtardığına kanıttır. İnsan o zaman, dünyevi hayatın maddi unsurlarıyla uğraştığı vakit algılamaya güç yetiremediği şeyleri algılayabilir.<sup>504</sup>

Kuran-ı Kerim ve Hz. Peygamber insanı bu konuda ruhi yönden güçlendirerek terbiye etmeye özen göstermişlerdir. Bu da imanı gönülde yaymakla olur. İnsanın imanı güçlenince, Rabbiyle ilgisi kuvvetlenince, ruhi enerji harekete geçer, vücudunda ve

<sup>499</sup> Necati, *Hadis ve Psikoloji*, s. 242.

<sup>500</sup> Müslim, *Sıyam*, 55, 56.

<sup>501</sup> İbn Kayyim el-Cevziyye, *et-Tıbbu’un-Nebevi*, s. 118, 119.

<sup>502</sup> Necati, *Hadis ve Psikoloji*, s. 243.

<sup>503</sup> Müslim, *Tevbe*, 12; Tirmizi, *Kıyamet*, 60.

<sup>504</sup> Necati, *Hadis ve Psikoloji*, s. 243.

benliğinde harika bir tesirle ona yardım eder. Ona güç ve enerji gönderir, uğradığı zayıflık ve hastalığı şifa bulur.<sup>505</sup>

Hz. Peygamber: “Şunu iyi bilin ki, insan vücudunda bir et parçası vardır. Eğer bu et parçası iyi olursa bütün vücut iyi olur. Eğer o bozulursa bütün vücut bozulur. İşte bu et parçası “kalb”tir”<sup>506</sup> buyurmuştur.

Bu hadis, insanın düzelmesinin içinin düzelmesinden başladığını, onun kalp olduğunu anlatmaktadır. Bu da Yüce Allah’a iman, O’nu bir bilmek, O’na takva, ibadet ve itaatle yaklaşmayı istemek yoluyla olur. İnsanın kalbi düzelirse, Yüce Allah’a iman, O’nu bir bilmek ve O’na ibadeti sevmekle dolarsa, insan düzelir, davranışları doğrulur, ahlaki güzelleşir, mükemmel şahsiyetli olgun bir insan olur.<sup>507</sup>

İnsan kalbi, fitrat üzere devam ettikçe, insan normal ruh sağlığından yararlanan biri olur. Fakat insan, uygun olmayan çevrelerden etkilenirse, insan kalbi doğru ve sağlam fitrattan kayar, ruh hastalığına yakalanır.<sup>508</sup> Hz. Peygamber: Fitneler, tıpkı (kamışlardan örülen) hasır gibi, (insanların kalbine) çubuk çubuk atılır. Hangi kalbe bir fitne nüfuz ederse onda siyah bir leke hâsıl olur. Hangi kalp de onu reddederse onda beyaz bir benek hâsıl olur. Böylece iki ayrı kalp ortaya çıkar: Biri cilalı taş gibi bembeyazdır; dünyalar durdukça buna hiçbir fitne zarar vermez. Diğeri ise, alaca siyahtır. Tepetaklak duran testi gibidir; bu kalp, ne iyiyi iyi bilir, ne de kötüyü kötü. O, hevedan (beşerî değerlerden) kendisine ne yutturulmuşsa, onu (hak veya batıl) bilir”<sup>509</sup>

Allah’a iman, O’na kulluk, davranışlarda dürüstlüğe götürür, bunda sapmalardan, anormalliklerden ve psikolojik hastalıklardan korunma ve tedavisi vardır. Dinine bağlı mümin bütün söz ve işlerinde Allah’ı gözetir, imanı onu sapmalardan, aşırılıklardan, anormalliklerden ve ruh hastalıklarından korur. Allah’a olan iman, O’na ibadette ihlâs, O’na güvenmek, kaza ve kaderine rıza göstermek mümini günahkârlık duygusundan doğan endişeden kurtarır, gönlüne huzur ve güven verir.

<sup>505</sup> Necati, *Hadis ve Psikoloji*, s. 244.

<sup>506</sup> Buhari, İman, 39; Müslim Müsakat, 109.

<sup>507</sup> Necati, *Hadis ve Psikoloji*, s. 244.

<sup>508</sup> Necati, *Hadis ve Psikoloji*, s. 244.

<sup>509</sup> Müslim, İman, 144.

“İşte onlar iman edip gönülleri Allah’ı zikretmekle, O’nu anmakla huzur bulan kimselerdir. İyi bilin ki gönüller ancak Allah’ı anmakla huzur bulur.”<sup>510</sup>

Allah’a iman, takva sahibi olmaya çalışmak ve dürüst olmaya çalışmak; Allah’ın müminlere dünyada mutluluk ahirette büyük sevap vereceği vaadi insana güven, hoşnutluk, rahatlık, mutluluk verir. Yüce Allah: “Erkek olsun kadın olsun, kim mümin olarak güzel işler yaparsa, elbette ona güzel bir hayat yaşatacak ve onları işledikleri en güzel işleri esas alarak ödüllendirecek, kötülüklerini bağışlayacağız.”<sup>511</sup>

İslam’da ibadetlerin de tıbb-ı nebevinin bir parçasını teşkil ettiği söylenebilir. Namaz, oruç, hac, zekât, dua, zikir gibi bütün ibadetlerin gerek beden ve gerekse ruh sağlığı yönünden hem koruyucu, hem de tedavi edici tesirleri vardır. Namazın jimnastik yönü, orucun perhiz yönü, dua ve zikrin psikolojik telkin yönü, zekât, sadaka gibi yardımların insana psikolojik bakımdan getirdiği rahatlık ve huzur hali İslam’ın dışındaki kişilerce de teyit edilen bir husustur.<sup>512</sup> İbadetlerin bu yönüne Hz. Peygamber de pek çok hadislerinde dikkat çekmiştir. Mesela, oruçla alakalı Hz. Peygamber şöyle buyurmuştur: “Oruç tutun, sıhhat bulun”<sup>513</sup>, “Oruç Sabrın yarısıdır.”<sup>514</sup> Namaz, maddi ve manevi temizliğin, beden, elbise ve mekân temizliğinin kaynağıdır. Hz. Peygamber namaz kılan ümmetini evinin önünden akan nehirde günde beş kere yıkanıp paklandığı için hiçbir maddi kırı kalmayan kimseye benzetir. Namaz da insanı bu nehir gibi bütün kirlerden temizler buyurur.<sup>515</sup> Zekât bahsinde Hz. Peygamber: “Zekât İslam’ın köprüsüdür” buyurarak günümüzdeki zengin-fakir kavgası gibi içtimai hastalıkların zekâtle önleneceğini bildirmiştir.<sup>516</sup> Kuran sadece akıl ve ruh hastalıklarının ilacı değildir, vücut hastalıklarının da ilacıdır. Ebu Said el Hudri anlatır: “Nebi ( s.a.s.)’in ashabından bir grup yolculuklarından birine çıktı, Arap yerleşim yerlerinden birinde konakladılar. Misafir olmak istediler ama o belde sakinleri onları konuk etmediler. Kabilenin reisini böcek/akrep soktu, her çareye başvurdular fakat fayda vermedi. İçlerinden bazıları: “Şu konaklayan adamlara gitsek, belki bildikleri bir şey vardır” diyerek bunlara geldiler: “Ey millet, reisimizi böcek soktu, ne yaptıksa iyi olmadı. İçinizde bir çare bilen var mı?”

---

<sup>510</sup> Rad, 13/28.

<sup>511</sup> Nahl, 16/97.

<sup>512</sup> Canan, *Kütüb-i Sitte*, XI, 127.

<sup>513</sup> Ahmed b. Hanbel, II, 380.

<sup>514</sup> İbn Mace, Sıyam, 44.

<sup>515</sup> Buhari, Mevakit, 6; Müslim, Mesacid, 282; Nesai, Salât, 7.

<sup>516</sup> Canan, *Kütüb-i Sitte*, XI, 127, 128.

Birisi: “ Evet, vallahi ben okuyarak iyi ederim ancak size misafir olmak istedik, almadınız. Bize ücret verilmedikçe okumam.” Ona bir sürü koyun verdiler. Okumak üzere hareket etti. Fatiha’yı okuyunca hasta bağı çözülmüş gibi canlandı. Hiçbir şey olmamış gibi hareket etti. “Üzerinde anlaştığınız koyunları verin” dedi. Bazıları: “Koyunları bölüşelim” deyince, okuyan: “Hz. Peygamber gelinceye kadar bir şey yapmayın, hadiseyi anlatalım, ne buyuracağını bekleyelim dedi. Hz. Peygamber’e varıp olanı anlattılar. Hz. Peygamber: “O’nun okunarak hastalığı iyi ettiğini nereden biliyordun!” dedikten sonra: “Doğrusunu yapmışsın. Koyunları aranızda bölüştürün ve bir pay da bana ayırın” buyurdu.”<sup>517</sup>

İbadetlerin yerine getirilmesi günahları siler, Allah’ın bağıışı ve affi konusunda insana umut verir, cennete girme arzusunu güçlendirir, nefsinde güven ve huzur hissi yayar. Kulluk görevlerini yerine getirmede içten davranmak, kulu Rabbine yaklaştırır, O’nun sevgisi ve rızasıyla coşturur. Yüce Allah bir kulunu sevince onu yardımcı ve gözetimiyle kuşatır, bütün işlerinde ona yardımcı olur. İnsanın yaptığı ibadetler kişide Allah’ın bağıışlama ve cennete koyma umudunu yayar. Bu yüzden, günah işlemekten dolayı duymuş olduğu stresi/endişeyi atar, nefsinin huzur ve güven duyguları kaplar. İbadetleri yerine getirme, insana, sabır, zorluklara katlanma, nefisle mücadele ederek heves ve aşırı arzularını kontrol altına alma, itaat, disiplin, insanları sevip onlara iyilik ve muhtaçlara yardım etmek, sosyal yardımlaşma ve dayanışma gibi ruh sağlığının önemli alametleri sayılan birçok güzel nitelikleri öğretir. İbadetlerin en önemlisi olan namazın, insanı tasa ve stresten kurtarmada büyük ve etkin bir tesiri vardır. İnsanın namazda, huzur ve teslimiyetle Rabbinin huzurunda duruşu, hayatın meşguliyetlerinden tamamen soyutlanması, insan nefsinde sessizlik, sükûnet ve huzur verir, tedirginliği, hayatın baskı ve problemlerinin oluşturduğu sinir ve gerginliğini giderir.<sup>518</sup> Hz. Peygamber de kendisini tedirgin eden bir sorunla yüz yüze geldiğinde namaza sığınır. Allah Teâlâ, sorunlar bizi kuşattığı ve kederi üstümüze ağır geldiği zaman, namazla yardım istememizi emrediyor: “Bir de sabır ve namazla yardım isteyin”<sup>519</sup> buyuruyor.

İnsanın namaz esnasında Yüce Rabbiyle bağlantı/iletişim kurması ona, insan vücudunda önemli değişiklikler meydana getiren büyük bir ruhi enerji verir. Bu büyük ruhi enerji

<sup>517</sup> Ebu Davud, Tıb, 19; İbn Mace, Tıb, 37.

<sup>518</sup> Necati, *Hadis ve Psikoloji*, s. 247–249.

<sup>519</sup> Bakara, 2/45.



bedene etki eder ve gerginliği kaybolur, zayıf noktalarına üstün gelir ve hastalığı iyi olur. Bazı doktorlar, bazı hastalarında hac ve ibadet mekânlarında buldukları sırada hızla şifa bulma olaylarını anlatmışlardır.<sup>520</sup>

Ebu Hureyre karnında bir ağrıdan şikâyetçiydi. Hz. Peygamber'e gidince: "Karnında bir rahatsızlığın mı var?" diye sordu. Evet, Ya Rasulallah, dedim. "Kalk ve namaz kıl, çünkü namaz kesinlikle şifadır"<sup>521</sup> buyurdu.

Namazın sağladığı ruhi enerji nefse de etki eder. Emelini yeniler, azmini güçlendirir, gayretini yükseltir, bilgi, marifet ve hikmeti alması için daha yetenekli kılar.<sup>522</sup>

İbn Kayyim el-Cevziyye, namazın faydalarını anlatırken şöyle der: "Namaz rızkı çeker, sağlığı korur, rahatsızlığı kovar, dertleri uzaklaştırır, kalbi kuvvetlendirir, yüzü beyazlaştırır, gönlü ferahlatır, tembelliği giderir, organları canlandırır, enerjiyi uzun ömürlü kılar, gönlü genişletir, ruhu besler, kalbi nurlandırır, nimeti sürekli kılar, fakirliği iter, bereketi çeker, şeytandan uzaklaştırır ve Allah'a yaklaştırır. Namaz, Allah'a bir kavuşmadır. Kulun Allah'a kavuşma oranında kendisine iyilik kapıları açılır. Kötülük kapıları kapanır ve başarının yolları Allah tarafından önüne serilir. Afiyet, sağlık, rahatlık, bolluk, ferahlık, sevinç gibi şeylerin hepsi ayağında hazırdır, kendisine sağlanır" der.<sup>523</sup>

Orucun da çok büyük faydaları vardır; iradeyi güçlendirir, insanda, nefsin aşırı arzu ve heveslerini kontrol altına alma gücünü geliştirir. Yüce Allah: "Ey İman edenler! Sizden öncekilere farz kılındığı gibi oruç tutmak size de farz kılındı. Böylece umulur ki fenalıklardan korunursunuz"<sup>524</sup> buyurmuştur. Oruç, kalkandır; yani o, aşırı arzuların korur. Oruçlu, aşırı arzularını kontrol altına alır, yemez, içmez, cinsel ilişkide bulunmaz, davranışlarını kontrol altına alır, kötü söz söylemez, kavga etmez, Yüce Allah'ı kızdıracak bir iş yapmaz. Oruçta duyguları kontrol altına alma çalışması, nefsin aşırı istek ve arzularını yönetmeyi güçlendirme vardır. Hz. Peygamber evlenemeyen gençlere, cinsellik güdülerini kontrol altına almaya yardımcı olsun diye, oruç tutmayı öğütlerdi. Oruçta insanı mahrumiyetlere dayanma ve bunlara sabretmeye alıştırma

<sup>520</sup> Carrel, *İnsan Denen Meçhul*, s. 178- 180.

<sup>521</sup> İbn Mace, *Tıb*, 10.

<sup>522</sup> Necati, *el-Kur'an'ı ve İlmü'n Nefs*, s. 269.

<sup>523</sup> İbn Kayyim el-Cevziyye, *et-Tıbbu'un-Nebevi*, s. 433.

<sup>524</sup> Bakara, 2/183.

vardır. Bu onu, hayatta karşılaşması mümkün olan çeşitli zorluklara karşı dayanmaya hazırlar. Oruçlunun mahrumiyet duygusunu hissetmesi, fakir ve yoksulların karşılaştığı mahrumiyet acılarını duymasını sağlar; bu onlara şefkat göstermeye, onlara yardım elini uzatmaya, muhtaçlara yardıma götürür. Böylece sorumluluk duygusu artar ve bu onu toplumun yararlı bir ferdi olduğu duygusuna götürür, ruhunda memnuniyet ve huzur duygularını yayar.<sup>525</sup>

Oruç, günahkârlık hissi duyma ve onun nefiste harekete geçirdiği endişeye faydalı bir ilaçtır. Hz. Peygamber: “Kim, inanarak ve sevabını hesaba katarak Ramazan orucunu tutarsa, geçmiş günahları bağışlanır.”<sup>526</sup>

Hac ibadeti ise, insanlara güçlülere sabretmeyi öğretir, onları nefisle mücadeleye, aşırı istek ve heveslerini kontrol etmeye alıştıır. Çünkü hacı, kadınlarla cinsel ilişki kurmaz, kin tutmaz, sövmez, kimseye sıkıntı vermez, Allah’ı kızdıracak bir şey yapmaz. Hac, kibiri, hava atmayı, kendini beğenmeyi, insanlara karşı büyülenmeyi tedavi eder. Hacda bütün insanlar eşittir, hepsi de aynı elbisesi giyerler, zengin, fakir, efendi, köle ayrılmaz, aralarında eşitlik havası eser. Hepsi acizliklerini bilerek Rablerine yönelir bağışlanmayı dilerler. Bu duygular kişinin Rabbiyle bağlantısını artırır, O’na yakınlığı çoğaltır. Hac, günahkârlık hissetme duygusunun ilacıdır. Hacı, kesinlikle Yüce Allah’tan haccının, dualarının, günahlarını af dileklerinin kabul edilmesini umar. Bu yüzden de hacdan günahkârlık duygusundan, elem ve endişeden kurtulmuş olarak döner, kendisini huzur ve sükûnet duyguları sarar, gönlünü sevinç, ferahlık ve mutluluk doldurur.<sup>527</sup> Hacı, Hz. Peygamber’in : “Kim Allah için haccederse ve bu yaptığı hac süresince her türlü kötü sözden ve Allah’ın çizdiği dosdoğru yoldan dışarı çıkmak gibi bir suç işlemezse geçmiş günahları affedilir”<sup>528</sup> sözünü aklından çıkarmaz.

### **2.3.2.2. Zikir**

Allah Teâlâ’ya ibadeti sürdürme, her vakit O’nu anma, O’ndan bağış dileme, O’na dua etme insanı Rabbine yaklaştırır. Kendisinin Rabbinin koruma ve gözetiminde olduğu duygusunu verir, bağışlanma umudu güçlenir, içinde rıza ve gönül rahatlığı hislerini

<sup>525</sup> Necati, *Hadis ve Psikoloji*, s. 254.

<sup>526</sup> Buhari, *Teravîh*,1; Müslim, *Sıyam*, 40.

<sup>527</sup> Necati, *Hadis ve Psikoloji*, s. 255, 256.

<sup>528</sup> Buhari, *Hac*, 4; Müslim, *Hac*, 79; Tirmizi, *Hac*, 7.

yayar, üstüne huzur ve sükûnet iner.<sup>529</sup> Yüce Allah: “İşte onlar iman edip gönülleri Allah’ı zikretmekle, O’nu anmakla huzur bulan kimselerdir. İyi bilin ki gönüller ancak Allah’ı anmakla huzur bulur”<sup>530</sup>

“ Ey iman edenler! Allah’ı çok zikredin, O’nu sık sık anın. Sabah akşam O’nu takdis ve tenzih edin.”<sup>531</sup>

“ Öyle ise siz Beni zikredin ki Ben de sizi anayım”<sup>532</sup> buyurur.

Hız. Peygamber de Yüce Allah’ı anmanın insanın içinde huzur ve sükûnet yaymasının önemini dile getirmiştir. Hız. Peygamber: “Bir cemaat Allah’ı anmak için toplanır toplanmaz melekler onları kuşatır, onları rahmet kuşatır, onları rahmet sarar, üzerlerine huzur yağar/iner. Allah da onları yanındakilerle zikreder”<sup>533</sup> buyurmuştur.

Allah’ı zikretmek kulu Rabbine yaklaştırır. Rabbi onu gözetimine alır, nimet ve rızasıyla dolar, kendisini güven ve huzur duyguları kaplar.

Resülullah (aleyhissalatu vesselâm) buyurdular ki: "Allah Teâlâ hazretleri diyor ki: "Kulum, hakkımda nasıl bir zan yürütürse ben öyleyimdir. O, beni zikredince ben onunla beraberim. O beni içinden geçirirse, ben de onu içimden geçiririm. O, beni bir cemaat içerisinde anarsa, ben de onu, onunkinden daha hayırlı bir cemaatte anarım. O, bana bir karış yaklaşırsa ben ona bir arşın yaklaşırım. O bana bir arşın yaklaşırsa, ben ona bir kulaç yaklaşırım. O bana yürüyerek gelirse ben ona koşarak giderim."<sup>534</sup>

Yüce Allah’ı anmak ruha canlılık verir. Allah’ın rızası ve bağışı yolunda umudunu güçlendirir, rahatlama ve mutluluk gibi duygular verir.<sup>535</sup> Resülullah (aleyhissalâtu vesselâm) buyurdular ki: "İçerisinde Allah zikredilen evlerin misali ile içerisinde Allah zikredilmeyen evlerin misali, diri ile ölünün misali gibidir."<sup>536</sup> Allah’ı zikir ve tespih,

---

<sup>529</sup> Necati, *Hadis ve Psikoloji*, s. 256.

<sup>530</sup> Rad, 13/28.

<sup>531</sup> Ahzab, 33/41, 42.

<sup>532</sup> Bakara, 2/152.

<sup>533</sup> Müslim, Zikir, 39; Tirmizi, Daavat, 7.

<sup>534</sup> Buhari, Tevhid, 50; Müslim, Zikir, 2.

<sup>535</sup> Necati, *Hadis ve Psikoloji*, s. 257.

<sup>536</sup> Buhari, Daavat, 66.

Yüce Allah yanında kulun derecesini yükseltir, iyiliklerini artırır, günahlarını bağışlar, stres ve kaygıya neden olan günahkârlık duygusundan kurtarır.<sup>537</sup>

Resülullah (aleyhissalâtu vesselâm) buyurdular ki: "Allah'ın, yollarda dolaşıp zikredenleri araştıran melekleri vardır. Allah Teâlâ'yı zikreden bir cemaate rastlarsa, birbirlerini "Aradığınıza gelin!" diye çağırırlar. (Hepsi gelip) onları kanatlarıyla kuşatarak dünya semasına kadar arayı doldururlar. Allah, -onları en iyi bilen olduğu halde- meleklerle sorar: "Kullarım ne diyorlar?" "Seni tespih ediyorlar, sana tekbir okuyorlar, sana tahmid okuyorlar. Sana tazim (temcid) ediyorlar" derler. Rabb Teâlâ sormaya devam eder: "Onlar beni gördüler mi?" "Hayır!" derler. "Ya görselerdi ne yaparlardı?" "Eğer seni görselerdi ibâdetinde çok daha ileri giderler; çok daha fazla ta'zim, çok daha fazla tespihte bulunurlardı" derler. Allah tekrar sorar: "Onlar ne istiyorlar?" "Senden, derler, cennet istiyorlar." "Cenneti gördüler mi?" der. "Hayır, ey Rabbimiz!" derler. "Ya görselerdi ne yaparlardı?" der. "Eğer görselerdi, derler, cennet için daha çok hırs gösterirler, onu daha ısrarla isterler, ona daha çok rağbet gösterirlerdi." Allah Teâlâ sormaya devam eder: "Neden istiâze ediyorlar?" "Cehennemden istiâze ediyorlar" derler. "Onu gördüler mi?" der. "Hayır, Rabbimiz, görmediler!" derler. "Ya görselerdi ne yaparlardı?" der. "Eğer cehennemi görselerdi ondan daha şiddetli kaçarlardı, daha şiddetli korkarlardı" derler. Bunun üzerine Rabb Teâlâ şunu söyler: "Sizi şahit kılıyorum, onları affettim!" Resülullah (aleyhissalâtu vesselâm) sözüne devamla şunu anlattı: "Onlardan bir melek der ki: "Bunların arasında falanca günahkâr kul dahi var. Bu onlardan değil. O başka bir maksatla uğramıştı, oturuverdi." Allah Teâlâ: "Onu da affettim, onlar öyle bir cemaat ki onlarla oturanlar da onlar sayesinde bedbaht olmazlar"<sup>538</sup> buyurdu.

Hız. Peygamber ahabına birçok tespih şeklini öğretirdi, Allah'ı zikretmenin, sevap kazanma ve günahların silinmesindeki, Yüce Allah'ın bağışlamasını kazanma ve cennete girmedeki üstün yerini anlatırdı. Hız. Peygamber'in öğütlediği şekilde Yüce Allah'ı zikir ve tespih, günah duygusu ve onun neden olduğu strese karşı şifalı bir ilaçtı. Bu tespih şekillerinden biri: " Kim, her namazın sonunda 33 defa sübhanallah, 33 defa Elhamdülillah, 33 defa Allahuekber der, yüzüncü olarak ( Lailahe illallahu Vahdehu

<sup>537</sup> Necati, *Hadis ve Psikoloji*, s. 257.

<sup>538</sup> Buhari, *Deavat*, 66; Müslim, *Zikir*, 25; Tirmizi, *Deavat*, 140.

Laşerike leh. Lehu'l Mülku ve lehu'l Hamdü ve hüve Ala Külli Şeyin Kadir) diyerek tamamlarsa, denizköpüğü kadar çok da olsa, günahları affolunur.”<sup>539</sup>

Bazı rivayetlerde, tesbihatı Hz. Peygamber'in parmaklarıyla yaptığı haber verilir. Hatta Efendimizin: “ Parmaklarla sayın zira onlar sorulacaklar ve konuşturulacaklar” dediği rivayetlerde vardır. Ebu Hureyre, bin düğüm ihtiva eden bir ipi olduğunu, onunla saydığını her gece bir devir yapmadan uyumadığını söylemiştir. Onun sayma işinde çekirdekleri kullandığı da rivayet edilmiştir. Tesbihatı saymada çekirdek ve çakıl taşlarını kullanan sadece Ebu Hureyre değildir. Bu durumu Hz. Peygamber görmüş ve takrir buyurmuştur.<sup>540</sup>

“Kim günde 100 kere “ Allah'tan başka ilah yoktur, tek başına o vardır. O'nun ortağı yoktur. Mülk O'nun, hamd O'na özgüdür, O her şeye gücü yetendir” derse, on köleyi özgürlüğüne kavuşturma sevabı verilir, ayrıca kendisine yüz sevap yazılır ve yüz günahı silinir. O gün akşama kadar şeytanın şerrinden kurtulur. Bunun yaptığını daha çok yapanın dışında hiç kimse bunun sevabından fazla kazanamaz. Kim de bir günde yüz kere Sübhanallahi ve bihamdihi derse, denizköpüğü kadar olsa bile günahları silinir.”<sup>541</sup>

Ebu Hureyre anlatıyor: “Hz. Peygamber buyurdular ki: “Sübhanallahi, velhamdu lillahi, vela ilahe illallahu vallahu ekber ( Allah'ı tesbih ederim, hamdler Allah'adır, Allah'tan başka ilah yoktur. Allah en büyüktür) demem, bana, üzerine güneşin doğduğu şeyden (dünyadan) daha sevgilidir.”<sup>542</sup>

Hz. Peygamber kendisi peygamber olmasına rağmen, gelmiş geçmiş bütün günahlarından arınmış olmasına rağmen günde yetmiş defa tevbe istiğfar ettiğini ifade etmiştir.<sup>543</sup> Hz. Peygamber ibadetlerde Allah'ı zikretmekte insanların en çok gayret gösterenidir.

Hz. Peygamber ashabına kulun rabbiyle bağlantısını arttıracak, O'na yaklaştıracak, O'nu sürekli anmayı sağlayacak, her zaman Rabbinin büyüklük ve celalini hissettirecek, devamlı rahmetini, bağışını, hayatında başarı ve ihtiyaçlarını gidermeyi umduracak,

<sup>539</sup> Müslim, Mesacid, 144, ( 596); Tirmiz, Daavat, 25.

<sup>540</sup> Canan, *Kütüb-i Sitte*, VI, 27.

<sup>541</sup> Buhari, Daavat, 54; Müslim, Zikir 28; Malik, Kur'an 20.

<sup>542</sup> Müslim, Zikir, 32.

<sup>543</sup> Buhari, Daavat, 3.

gönlünü hoşnutluk ve genişlikle dolduracak, huzur ve güven kaplatacak birçok dua ve tespihi öğretirdi.<sup>544</sup>

### 2.3.2.3. Kuran-ı Kerim Okumak

Kur'an okumanın kalbin temizlenmesinde ve ruhun şifa bulmasında çok büyük bir yeri vardır. Tıbb-ı Nebevinin en bariz hususiyetlerinden biri tedavide Kuran-ı Kerim'e müstesna bir yer vermiş olmasıdır. Hem maddi hem de manevi ilaçların en faydalı ilacıdır. Kuran'ın bu yönünü tespit eden ayetler vardır. Yüce Allah: "Biz Kur'ân'ı müminlere şifa ve rahmet olarak indiririz. Ama o, zalimlerin ise sadece ziyanını arttırır."<sup>545</sup> Elmalılı Hamdi Yazır bu ayetin tefsirinde, Kuran'ın hem hırsla, cehalete, nifaka, atalete, riyaya, taassuba, su-i niyete ve toplumsal ve bireysel hastalıklara ve hem de doktorların çare bulamadıkları cismani hastalıklara şifa olduğunu söylemektedir.<sup>546</sup>

Kuran'ın, manevi hastalıklarla ilgili tedavisi iki şekilde olmaktadır. Zira manevi hastalıklar ikidir: Bir kısmı batıl inançlardır. Bunlar yaratılış, insanın bidayeti, akıbeti, kader, ulûhiyet gibi iman esaslarına giren meselelerdir. Bu hususta İslam'ın tebliğatına uymayan her inanış tarzı manevi bir hastalıktır. Kuran gerçek olanı delilleriyle birlikte zikrederek müminleri sapıklıktan korumuştur. İkinci kısım manevi hastalıkları kötü ahlaklar teşkil eder. Kur'an-ı Kerim onları da açıklayarak müminleri ahlaksızlıklara düşmemeleri için uyarılmış, ahlakın en yücesine çağırılmış, manevi kemallere irşat buyurmuştur. Hz. Peygamber'in "Ben yüce ahlakı tamamlamak için geldim" derken kastettiği yüce ahlak Kur'ânî ahlaktır.<sup>547</sup> Bu konuda Yüce Allah şöyle buyurur: "Ey insanlar! İşte size, Rabbinizden bir öğüt, gönüllerdeki dertlere bir şifa, müminlere doğru yolu gösteren bir hidayet ve rahmet geldi."<sup>548</sup>

Kuran-ı Kerim'in maddi hastalıklara şifa olmasına gelince, bu da inkâr edilemeyecek bir durumdur. Bizzat Hz. Peygamber Kuran'la rukyede bulunmuş maddi hastalıkların tedavisinde Kuran-ı Kerim'den istifade etmeleri için ashabı teşvik etmiştir.

İnsan soyutlanmış ve içten Kuran okuduğunda kesinlikle üzerine sekine iner, tam olarak yüce Allah'a yönelir. Melekler onu kuşatır, Allah'ın rahmeti onu kaplar. Kuran öyle bir

<sup>544</sup> Necati, *Hadis ve Psikoloji*, s. 260.

<sup>545</sup> İsra, 17/82.

<sup>546</sup> Yazır, *Hak Dini Kuran Dili*, V, 317.

<sup>547</sup> Canan, *Kütüb-i Sitte*, XI, 78.

<sup>548</sup> Yunus, 10/57.

zikir ki okunmasıyla sadece insanlar değil melekler de etkilenir ve onu dinlemeye gelir, okunan yer huzur-güven ortamına dönüşür. Hz. Peygamber: “Allah’ın evlerinden bir evde bir topluluk Allah’ın kitabını okur, onu aralarında öğrenir/ öğretirlerse, üzerlerine sekine iner, onları rahmet kaplar, melekler kuşatır. Allah’ta yanındakilerle onları anar”<sup>549</sup> buyurmuştur.

Bera anlatır: “ Bir adam Kuran’dan Kehf suresini okuyordu. Yanında da iki iple bağlı atı duruyordu. Adamı bir sis kapladı ve yaklaşarak dönüp durdu. At bundan huylanıp ürktü. Sabah olunca gelip durumu Hz. Peygamber’e anlattı. Hz. Peygamber: “Bu ‘sekine’ dir, Kur’an için inmiştir” buyurdu.<sup>550</sup>

Kur’an okumak, günahları bağışlatır, sevapları katlatır, cennete girme umudunu çoğaltır. Bu sebeple, günahkârlık duygusundan kaynaklanan stresi iyi eder.<sup>551</sup>

Hz. Peygamber: “Kim Allah’ın kitabından bir harf okursa ona on sevap vardır. Bir sevap ise on katı ile ödüllendirilir. Elif lam mim bir harftir demiyorum. Fakat elif bir harftir, lam bir harftir, mim bir harftir.”<sup>552</sup>

Ebu Ümame derki: Hz. Peygamberi duydum: “Kur’an okuyunuz, çünkü o kıyamet gününde sahibine şefaate edecektir” buyurdu.<sup>553</sup>

Günahların bağışlanması, cehennemden kurtulmak, cennete girmeyi başarmak için Kur’an okumanın faziletini ortaya koyan bu ve benzer hadisler, günahkârlık duygusundan doğan nefisteki stresten kurtulmak için, Kur’an’ın başarılı bir ilaç olduğunu gösteriyor.

Hz. Peygamber “İlaçların en hayırlısı, Kuran’dır.” buyurdu.<sup>554</sup> Bu hadis, kesinlikle Kuran’ın, ruhi veya bedeni fark etmez bütün hastalıklara çare olduğunu göstermektedir.

İmam Gazali bu konuda şöyle demektedir: “Bütün ibadetlerden murat Allah Teâlâ’yı anmak, zikretmektir. Ve Allah Teâlâ da şöyle buyurur:

---

<sup>549</sup> Müslim, Zikir, 38; Ebu Davud, Salât, 349; Tirmizi, Kıraat, 3.

<sup>550</sup> Buhari, Fedailu’l-Kuran, 11; Müslim, Müsafirin, 240.

<sup>551</sup> Necati, *Hadis ve Psikoloji*, s. 261.

<sup>552</sup> Tirmizi, Sevabu’l-Kuran, 16.

<sup>553</sup> Müslim, Müsafirin, 252.

<sup>554</sup> İbn Mace Tıb, 28.

"Muhakkak ki namaz, insanı, ahlak dışı davranışlardan, meşru olmayan işlerden uzak tutar. Allah'ı namazla anmak, elbette en büyük fazilettir."<sup>555</sup> Kur'ân okumak bütün ibadetlerin en faziletlisidir. Çünkü Allah Teâlâ'nın sözleri, kelâmıdır. Kur'ân-ı Kerim'de her ne varsa Allah Teâlâ'nın zikrini tazeleyicidir. Oruç'tan maksat, şehvetleri zayıf kılmaktır. Çünkü vücut şehvetten kurtulunca, temiz ve safi hale gelir. Ve Allah Teâlâ'nın zikrine karargâh olur. Eğer gönül şehvetle dolu olursa Allah Teâlâ'nın zikri onda karar bulmaz. Ve zikir, zikredene tesir etmez. Hac ise Allah Teâlâ'nın evini ziyaret etmektir. Bundan da maksat yine Allah Teâlâ'yı zikretmek, anmaktır. Ve Allah Teâlâ'nın huzuruna ermeğe şevki arttırmaktır. Böylece bütün ibadetlerin ruhu ve en seçkini Allah Teâlâ'nın zikridir. Hatta Müslümanlığın temeli, aslı olan tevhid kelimesi ki, "La İlahe illallah — Allah'tan başka Allah yoktur" sözüdür, o dahi zikrin kendisidir. Öteki ibadetlerin hepsi de zikri desteklemek ve kuvvetlendirmek içindir. Allah Teâlâ'nın seni anması da senin onu zikrinin bir semeresidir. Ve sana bu yarardan da daha nice yararlar hâsıl olur.<sup>556</sup> Bundan ötürüdür ki, Hak Teâlâ şöyle buyurmuştur: "Beni anın ki, ben de sizi anayım."<sup>557</sup> Bu anış süresiz, devamlı, her zaman olmalıdır. Her zaman olmazsa, en azından sıkça olmalıdır. Kurtuluş bulmak ancak bu anışlarla mümkün olur. Cenâb-ı Hak şöyle buyuruyor: "Allah'ı çok zikredin ki felah bulasınız."<sup>558</sup> Allah Teâlâ, az zaman değil çok zaman zikredilmelidir. Bundan ötürüdür ki, Yüce Allah şöyle buyuruyor: "Ne mutlu o kavme ki, ayaküzeri olsalar, yatsalar ve otursalar da, Allah'ı her zaman zikrederler."<sup>559</sup>

#### 2.3.2.4. Dua

Dua kelimesi, Arapçada “de-a-ve” kökünden türetilmiştir. Arapça bir kelime olup seslenmek, çağırmak, davet etmek, birini ziyafete çağırmak, bir kimseyi bir şeye teşvik etmek, sevk etmek, ağıt yakmak, vb. anlamlarda kullanılmaktadır. Dua, “küçükten büyüğe, aşağıdan yukarıya doğru talep ve niyaz” anlamında isim olarak kullanılmaktadır. İslam literatüründe dua; kulun Allah'ın yüceliği karşısında aczini itiraf etmesidir. Sevgi ve tazim duyguları içinde Allah'tan lütuf ve yardım istemesidir. Dua,

---

<sup>555</sup> Ankebut, 29/45.

<sup>556</sup> Gazzali, *Kimyay-ı Saadet*, s. 175.

<sup>557</sup> Bakara, 2/152.

<sup>558</sup> Enfâl, 8/45.

<sup>559</sup> Âl-i İmran, 3/19



şekli ve atfedildiği önem itibariyle değişiklik gösterse de bütün dinlerde var olan bir ritüeldir.<sup>560</sup>

Dua evrensel bir olaydır; her dinde, her toplumda ve her kültür ve medeniyette duanın varlığına rastlamak mümkündür. İnançsız insanlarda da dua edenlerin olduğu bir gerçektir.<sup>561</sup>

İnsanoğlu yaratılışından bu yana kendinden güçlü, yüce ve saygıdeğer olduğuna inandığı varlıklardan yardım istemeye devam etmiştir. Dua, bu yardım isteğinin kimi zaman kelimelere dökülmüş halidir. İnsan bazen bir musibete düşer olur ve yaratanından yardım ister; bazen de şerrinden korktuğu görünen görünmeyen yaratıklara karşı kendisini korumasını ister. Her ne şekilde olursa olsun insan için dua etmek, iman, ibadet gibi fitri bir meseledir.<sup>562</sup>

İnsan en sıkıntılı anlarında, üstesinden gelemeyeceği bir durumla karşılaştığında, kendisini boşlukta hissettiği an üstün bir varlığa dua etme ihtiyacı duymaktadır. Bu inanç insanın rahatlamasına ve olaylar karşısında samimi olarak hangi şartta olursa olsun yaratıcıya el açıp yalvarmayı sağlar.<sup>563</sup>

Psikolojik açıdan yapılan tahlillerde, duanın ilahi yardımı istemek için başvuru genel bir ruhsal mekanizma olduğu vurgulanmaktadır.<sup>564</sup> Din psikolojisi araştırmalarında, bu ahlaki ve kutsal fitri yönelişi ihmal edenlerin, manevi olarak tatmin olmadığı dile getirilmiştir.<sup>565</sup>

‘Dua’ isimli kitabında Alexis Carrel, duayı umumiyetle bir şikâyetten, bir ızdırap çılgınlığından, bir yardım dilemeden ibaret olarak tarif etmekte ve dua için ruhun Allah’a yükselişi ifadesini kullanmaktadır.<sup>566</sup> Dua insanın duygularını, algılarını ve davranışlarını değiştirmektedir. Dua bir nevi zihinsel ve uzvi değişimdir.<sup>567</sup>

İslami anlayışta dua sadece Allah’tan kişinin ihtiyacını, sıkıntısını gidermesini istemesi değil aynı zamanda Allah’ın kişiye karşılıksız verdiği nimetlere karşı duyulan şükran ve

<sup>560</sup> Cilacı, “Dua”, *DİA*, XI, 529, 530.

<sup>561</sup> Hökelekli, *Din Psikolojisi*, s. 218.

<sup>562</sup> Hökelekli, *Din Psikolojisi*, s. 87, 88.

<sup>563</sup> Yunus 10/12; Rum 30/31.

<sup>564</sup> Cilacı, “Dua”, *DİA*, XI, 531.

<sup>565</sup> Parladır, “Dua”, *DİA*, XI, 532.

<sup>566</sup> Carrel, *Dua*, s. 19.

<sup>567</sup> Hökelekli, *Din Psikolojisi*, s.227.

ona saygının ifadesidir. Hz. Peygamber'in uygulamalarında ve tavsiyelerinde duanın bu özelliğinin vurgulandığı görülmektedir.<sup>568</sup> Hz. Peygamber bizzat dua ederek ashabını dua etmeye teşvik etmiş ve duanın nasıl yapılması gerektiğini de ümmetine göstermiştir.

Dua Allah'ı anma ve ona ibadettir. Zikir ve ibadet için olan sevap dua için de vardır.<sup>569</sup> Hz. Peygamber; "Dua, İbadetin özüdür" buyurmuştur.<sup>570</sup>

Dua bir ibadettir. Ayette Allah Teâlâ buyuruyor ki: " De ki: "Duanız olmazsa Rabbim size ne diye değer versin ki?"<sup>571</sup> İşte bu ayette dua ile kulluk arasındaki bağlantı ortaya çıkmaktadır. Kulun yaratılış gayesi kulluk ve ibadettir. Kişi dua etmezse Allah katında bir kıymeti yoktur. Bununla birlikte Rabbini yalanlamış olur.<sup>572</sup>

Duada nefsin rahatlaması, üzüntü, keder ve stres için şifa vardır. Çünkü dua eden kişi Yüce Allah'ın şu ayetinin sonucu olarak, duasını kabul edeceğini umar: "Kullarım Beni senden soracak olurlarsa, bilsinler ki ben pek yakınım. Bana dua edenin duasına icabet ederim."<sup>573</sup> Yüce Allah'ın duayı kabul edeceği ümidi, müminin üzüntü ve kederini hafifletir. Dayanma gücü ve sabır verir, içine rahatlama duygusu yayar. Mümin bu konuda Peygamberinin sözüne tam iman eder. Rabbi ya duasını kabul edecek ya da başına gelecek bir belayı duası vesilesiyle geri çevirecektir. Ya kendisine ahirette sevap olarak geri dönecek ya da günahlarına kefarete olacaktır. Dünya veya ahiret olsun, her iki durumda da duada mümin için hayır vardır. Müminin bu düşünce ve beklentileri kesinlikle üzüntü ve tasesini hafifletir, bundan ötürü hoşnutluk ve huzur duyar.<sup>574</sup>

Kaygı, keder ve üzüntü dua ile yenilebilir. İnsan psikolojisi bu sıkıntılı süreçlerden dua ile kurtulabilir. Hz. Peygamber bir gün mescide girdi. Orada Ensar'dan Ebu Ümame ile karşılaştı. O'na:

"Ey Ebu Ümame, niçin seni namaz vakti dışında mescitte oturmuş görüyorum?" diye sordu.

<sup>568</sup> Buhari, Teheccüd, 6, Rikak, 20; Tirmizi, Salât, 304.

<sup>569</sup> Necati, *Hadis ve Psikoloji*, s. 264.

<sup>570</sup> Tirmizi, Da'avat 1.

<sup>571</sup> Furkan Suresi, 25/77.

<sup>572</sup> Yazır, *Hak Dini Kur'an Dili*, VI, 6.

<sup>573</sup> Bakara, 2/ 186.

<sup>574</sup> Necati, *Hadis ve Psikoloji*, s. 264.

“Peşimi bırakmayan bir sıkıntı ve borçlar yüzünden ey Allah’ın Resulü” diye cevap verdi. Bunun üzerine Hz. Peygamber:

“Sana bazı kelimeler öğreteyim mi? Bunları okursan, Allah, senden sıkıntını giderir ve borcunu öder.”

“Evet, ey Allah’ın Resulü, öğret!” dedim.”Öyleyse dedi, akşama çıktın mı sabaha erdin mi şu duayı oku: “Allah’ım üzüntüden ve kederden sana sığınırım. Aczden ve tembellikten sana sığınırım, korkaklıktan ve cimrilikten sana sığınırım. Borcun galebe çalmasından ve insanların kahrından sana sığınırım.”

(Ebu Ümame) der ki: “ Ben bu duayı yaptım, Allah benden gamımı giderdi, borcumu ödedi.”<sup>575</sup>

Hz. Peygamber birçok konuda dua etmiştir. Mesela; hastalık, isyan ettiren fakirlik, azgınlaştıran zenginlik, nefsin ve şeytanın şerri, sıkıntı ve üzüntülerden kurtulmak bunlardandır.<sup>576</sup> Hz. Peygamber ümmetine her halükarda ister sıkıntı anında ister rahatlık anında olsun dua etmelerini tavsiye etmektedir. Bir hadislerinde şöyle buyurmuştur: “Kendisine dua (edebilme) kapısı açılmış olan kişiye rahmet kapısı açılmıştır. Allah Teâlâ’dan talep edilenler arasında O’nun en sevdiği şey afiyettir. Dua vuku bulmuş bulmamış her türlü belayı engeller. Gerçekleşmesine hükmedilmiş bir belayı yalnızca dua engeller. Öyleyse size dua etmenizi emrediyorum”<sup>577</sup>. Hz. Peygamber sadece kendisi için değil bütün insanlık adına özellikle kendisinden dua isteyenlere de dua etmiştir. Bu konuya dair şöyle buyurmuştur: “Kim, henüz eceli gelmemiş bir hastayı ziyaret eder de onun başucunda yedi kere; ‘Es’elullahe’l-azîm Rabbe’l-arşe’l-azîm en yeşfiyeke (Büyük arşın sahibi Yüce Allah’tan seni iyi etmesini dilerim)’ diye dua ederse, Allah o hastayı iyi eder.”<sup>578</sup> Yine kendisinden dua isteyen kişilere Allah Resulü (s.a.s.) “Allahım! Ey insanların Rabbi, hastalık ve sıkıntıların gidericisi şifa ver sen şifa verensin, senden başka şifa veren yoktur, öyle bir şifa ki geride hiçbir hastalık bırakmasın”<sup>579</sup> diye dua ettiği rivayet edilmiştir.

---

<sup>575</sup> Ebu Davud, Salât, 367.

<sup>576</sup> İbn Mace, Edeb, 17; Tirmizi, Deavat, 67.

<sup>577</sup> Tirmizi, Deavat, 102.

<sup>578</sup> Ebû Dâvud, Cenâiz 8; Tirmizî, Tıb 32.

<sup>579</sup> Buhari, Tıb, 38; Tirmizi, Cenaiz, 4.

Duanın gerek fiziksel gerek ruhsal bir takım hastalıklar için tedavi edici gücü ve özelliği olduğu bilinen bir gerçektir. Birçok din psikoloğu, duanın mükemmel bir tedavi vasıtası olduğunu belirlemiş bulunmaktadır. Esasen “inanç tedavisi”, günümüzde bazı doktorların başvurmadan edemedikleri bir yöntem haline gelmiştir. Vergote, duada psikanalitik tedaviye benzer bir yol izlendiğini öne sürer. Psikanalitik tedavinin temel kaidelerinin, “hareket etmemek, fakat her şeyi söylemek” olduğu bilinmektedir. Temel olarak, başkasıyla konuşma kapasitesini engelleyen düşünceleri unutma durumundan kurtaran söz tedavi edicidir. Dua eden insan, kendisine hile ve kurnazlık yapmak mümkün olmayan Allah’a her şeyi söyleyerek, kendi kendisiyle ilgili ve kendisinin Allah’la ilişkisi konusundaki hakikati, gizleyip saklamadan, olduğu gibi üzerine alır. Allah’la serbestçe konuşmak müsaadesi, serbestçe bir dua etme kapasitesi etkisi meydana getirmektedir.<sup>580</sup> Duanın psikolojik tesirlerinin olduğu birçok kişi tarafından tecrübe edilecek kadar basittir. Allah’ın varlığına ve kudretine inanan bir müminin Allah’tan dua ile yardım istediği takdirde duasına karşılık verileceğine inanması doğal olduğu kadar inancın gereğidir. Duada inancın şart olmadığını ileri sürenler olmuştur. Fakat inancı kuvvetli bir kimsenin ihlâsla yaptığı dua daha tesirlidir.<sup>581</sup>

İbn Kayyim, kalp kuvvetinin, Allah’a güvenme ve ona sığınma gibi manevi ilaçların, tıbbi ilaçlardan daha etkili olduğunu, bunun tecrübelerle sabit olduğunu, ruhi/manevi kuvvetin hastalıkları yenmede kişiye yardım ettiğini belirtmektedir.<sup>582</sup> Ayrıca Fatiha suresinin etkisini bizzat gözlemlediğini şu sözleriyle ifade etmektedir: “ Mekke’deyken hastalandım, ne doktor ne ilaç bulabildim. Fatiha ile tedavi olmaya çalıştım. Biraz zezem aldım ve ona Fatiha’yı birkaç kez okudum ve zezemi içtim. Bu sayede tamamen iyileştim. Bundan sonra birçok rahatsızlığımda bu yöntemi uyguladım ve çok faydasını gördüm.”<sup>583</sup>

Fiziksel hastalıkların tedavisinde de duanın, şifa ile sonuçlanan olumlu etkiler meydana getirdiği, bilimsel gözlemlere dayalı olarak ileri sürülebilmektedir. Özellikle başkası için yapılan duanın, kişinin kendi kendisi için yaptığı duadan daha etkili ve verimli olduğu gözlemlenmektedir. Hasta insanlar için şifa dileme, okuyup üfleme, bazı kutsal mekânları ziyaret etme gibi uygulamaların günümüzde de yaygın bir şekilde devam

<sup>580</sup> Hökelekli, *Din Psikolojisi*, s. 231, 232.

<sup>581</sup> Carrel, *Dua*, s. 25.

<sup>582</sup> İbn Kayyim, *et-Tıbbu’un-Nebevi*, s. 21.

<sup>583</sup> İbn Kayyim, *et-Tıbbu’un-Nebevi*, s. 228.

ettiği göz önüne alınırsa, insanların dini inanç ve dua yoluyla bazı fiziksel ve ruhi sorunlarına pratik çözümler bulduklarını, ya da bulacaklarına olan güven ve umutlarını sürdürdükleri söylenebilir.<sup>584</sup>

Yapılan bilimsel araştırmalarda ibadetine düşkün ve düzenli olarak dua eden insanların daha seyrek hasta oldukları ve hastalandıklarında da daha kısa sürede iyileştikleri tespit edilmiştir. Dindarlar daha seyrek olarak depresyon yaşıyorlar, depresyona girince de daha çabuk düzeliyorlar.<sup>585</sup>

Bir grup kalp hastası üzerinde yapılan bir araştırmada bir kişinin bir başkasına gıyabında dua etmesi sonucunda o kişi üzerinde nasıl olumlu bir etki bıraktığı ortaya konulmaya çalışılmıştır.<sup>586</sup> Yukarıdaki bilgiyi te'yid eden Abdullah ibn Amr (ra)'ın rivâyet ettiği bir hadiste Peygamberimiz(sav) şöyle buyurmaktadır: "Kabule mazhar olmada, kişinin başkası için gıyabında yaptığı duadan daha süratli/etkili olanı yoktur."<sup>587</sup>

İnsanın hastalığının iyileşmesinde, hastanın bizzat kendisinin dua etmesine lüzum yoktur. Henüz konuşmasını bilmeyen küçük çocuklar ve Allah'a inanmayanlar bile başkası kendilerine dua ettiğinde iyileşebilmektedir. Başkası için yapılan dua daima çok daha verimlidir.<sup>588</sup>

Duanın en önemli faydası, kişiye yalnız olmadığını hissettirmekle ümit duygusunu ayakta tutmaya yardımcı olmaktır. Dua eden bir kişinin vücut ısısı yükselmektedir. Bedende bir ürpertiyle başlayan uyarılma hissi yaşanmakta, algı gücü keskinleşmekte, bilinç düzeyi ve farkındalık artmaktadır. Psikolojik sıkıntıya giren ve kontrol duygusunu kaybetme duygusuyla şiddetli sıkıntı yaşayan insan, kendine zihinsel bir sığınak oluşturduğunda kaygısını azaltabilmektedir. Mesela ölüm düşüncesi ve onun oluşturduğu panik, kontrolsüzlük hissini doğurmaktadır. Bu esnada beyne gelen olumsuz düşünceler, Allah inancı ve koruyucu melek inancıyla aşılabılır. Duanın

---

<sup>584</sup> Hökelekli, *Din Psikolojisi*, s. 232, 233.

<sup>585</sup> [http://www.thehealthnews.org.12.11.2009.](http://www.thehealthnews.org.12.11.2009)

<sup>586</sup> [http://www.thehealthnews.org.12.11.2009.](http://www.thehealthnews.org.12.11.2009)

<sup>587</sup> Müslim, Zikr, 88; Tirmizi, Birr, 50.

<sup>588</sup> Carrel, *Dua*, s. 27, 28.

psikolojik yararının en çok belirginleştiği zaman ise, kişinin hasta ya da muhtaç olmadığı vakitlerde de dua etmesidir.<sup>589</sup>

Batı ülkelerinde hastanelere din adamı tahsis ediliyor olması, dünyanın dua ile tedavi konusuna bakış açısını göstermesi açısından kayda değerdir. Ancak ülkemizde bu konuda mesafe alınmadığını belirtmeliyiz. Yukarıda verilen örnekler duanın sadece Müslümanlar tarafından değil, diğer dinlerin mensupları tarafından da tedaviye yardımcı olarak kullanıldığını göstermektedir.

Dua şifadır. Manevi eksikliklerde dua çözüm olduğu gibi fiziksel rahatsızlıklarda da dua şifa kaynağıdır. Fiziki rahatsızlıklar zamanla insan psikolojisini etkilediği gibi, psikolojik rahatsızlıklar da zamanla insanın fiziki yapısını etkilemektedir. Stres günümüzde birçok fiziksel rahatsızlığın temel nedenlerinden sayılmaktadır. Dua insanın psikolojik açıdan rahatlamasına vesile olmaktadır. Böylelikle hastalıklara karşı direnç göstermede duadan yararlanılabilir. İnsanlar farklı şekillerde dua eder ve bunun neticesinde tapındıkları aşkın varlıktan istemde bulunurlar. İslam toplumunda da hastalıkların tedavi yollarını aramak, okuma ve araştırmayı emreden İslam dininin müntesiplerine verilmiş bir görevdir. Ancak unutulmamalıdır ki ilaçlar sebeptir. Sebepler şuurlu ve canlı varlıklar olmadıkları için kendi kendilerine karar verip sonuca ulaşamazlar. Sebepler bu sebepleri yaratan Allah'ın takdiriyle hareket edebilirler. Tedavi mutlaka yapılması gereken fiili bir duadır. Bu fiili duanın kavli/sözlü dualarla desteklenmesi gerekir. Hastalık dua vaktinin geldiğini gösterir. Her şekilde dua mümin için hem dünyada hem ahirette bir şifadır. Tıp ilmindeki gelişmelerin ve hastalıklar için ilaçlar üretilmesinin, insanın duadan geri kalması için gerekçe olacağı düşünülemez. Çünkü sebepleri harekete geçiren şey ilahi kuvvetin sebepler üzerindeki etkisidir. Nitekim bazı ilaçlar bir kişide hastalığın tedavi edilmesine vesile olurken aynı hastalığa sahip diğer bir kişinin bünyesi aynı ilaçlara müspet cevap vermemektedir. Bu sebeple tıpta hastalık yoktur hasta vardır, sözü meşhur olmuştur.<sup>590</sup> Allah hastalığı verdiği gibi bunun şifasını da vermiştir. Bir tek ölüm bunun dışındadır.<sup>591</sup> Hz. Peygamber hastalanan

---

<sup>589</sup> TARHAN, *İnanç Psikolojisi*, s. 101–104.

<sup>590</sup> Tekineş, *Dua Nedir*, s. 87, 88.

<sup>591</sup> Ebu Davud, *Tıb*, 1; İbn Mace, *Tıb*, 1.

kişilere tıbbi açıdan tavsiyelerde bulunmuşur<sup>592</sup> fakat hastalıktan korunmak için ve şifa için duayı da emretmiştir.<sup>593</sup>

Hz. Peygamber'in dua ile tedavi olduğuna ve bunu ashabına tavsiye ettiğine dair birkaç hadis örnek verilebilir: Hz. Âişe (r.a.) şöyle diyor: "Rasûlullah hastalandığında kendi üzerine muavvizât sûrelerini (İhlâs, Felak, Nâs sûreleri) okurdu. Hastalığı şiddetlendiği zaman ona ben okur ve elinin bereketini ümit ederek kendi eliyle kendisini meshederdim."<sup>594</sup>

Osman bin Ebi'l-Âs, müslüman olduğu günden beri vücudunda bir rahatsızlık hissettiğini söyleyince Hz. Peygamber (s.a.s.) ona: "Kendi elini vücudunda ıstırap duyduğun yerin üzerine koyarak üç defa 'bismillâh' de, yedi defa: 'Eûzü billâhi ve kudretihî min şerri mâ ecidü ve ühâziru' (Hissetmekte olduğum ve sakınıp sığınmağa çalıştığım şeyin şerrinden Allah'a ve O'nun kudretine sığınıyorum) de" buyurdu. Ben de bu şekilde yaptım ve Allah bendeki ağrıyı giderdi. Şimdi aileme ve başkalarına hep bunu tavsiye ediyorum."<sup>595</sup>

Hz. Peygamber (s.a.s.), bir hasta için şu şekilde şifâ temennisinde bulunurdu: (Şehâdet parmağına tükürüğünden bulaştırarak parmağını toprağa sürer ve parmağına bulaşan toprakla hastayı mesheder ve şöyle derdi:) "Bismillâhi türbetü ardınâ, bi rîkati ba'dınâ, li yüşfâ bihî sakîmünâ bi-izni Rabbinâ' (Allah'ın ismi ile (şifâ temennî ederim), şu bizim bazımızın tükürüğü ile yurdumuzun toprağıdır. Bundan Rabbimizin izni ile hastamız şifâlanır."<sup>596</sup> Ebû Saîd el-Hudrî (r.a.)'den rivâyet edildiğine göre Cebrâil (a.s.), Nebî (s.a.s.)'ye gelerek: 'Ey Muhammed, hasta mısın?' diye sordu. Hz. Peygamber de: "Evet" dedi. Cebrâil (a.s.): "Allah'ın ismiyle, seni rahatsız eden her şeyden sana okurum. Her nefsin veya hasetçi her gözün şerrinden Allah sana şifâ versin. Allah'ın adıyla sana okurum" diye dua etti.<sup>597</sup>

---

<sup>592</sup> Buhari, Tıb, 24.

<sup>593</sup> Buhari, Tıb, 34; Tirmizi, Tıb, 20.

<sup>594</sup> Müslim, Selâm 51.

<sup>595</sup> Müslim, Selâm 67; Tirmizî, Tıb 29, Deavât 125; İbn Mâce, Tıb 36; Ebû Dâvud, Tıb 19.

<sup>596</sup> Buhârî, Tıb 38; Müslim, Selâm 54; Ebû Dâvud, Tıb 19; İbn Mâce, Tıb 36.

<sup>597</sup> Müslim, Selâm 40.

### 2.3.2.5. Sabır

Ağrı, acı, tahammülü güç ve katlanması zor hadise ve vakalar karşısında dişini sıkıp dayanma manalarına gelen sabır, Kur'an'da birçok yerde farklı manalarda geçmektedir. Sabır dinin övdüğü, teşvik ettiği ahlaki bir sıfattır. Hz. Peygamber'in sabır tanımı da şu şekildedir: Hz. Enes (radiyallahu anh) anlatıyor: "Resulullah (aleyhissalâtu vesselâm), (ölen) çocuğu için ağlamakta olan bir kadına rastlamıştı: "Allah'tan kork ve sabret!" buyurdu: Kadın (ızdırabından kendisine hitap edenin kim olduğuna bile bakmadan): "Benim başıma gelenden sana ne?" dedi. Resulullah (aleyhissalâtu vesselâm) uzaklaşınca, kadına: "Bu Resulullah idi!" dendi. Bunun üzerine, kadın çocuğun ölümü kadar da söylediği sözden dolayı (utanıp) üzüldü. (Özür dilemek için) doğru Hz. Peygamber'in kapısına koştu: Ama kapıda bekleyen kapıcılar görmedi, doğrudan huzuruna çıktı ve: "Ey Allah'ın Resülü, (o yakışsız söz) sizi tanımadan sarfettim (bağışlayın!)" dedi.

Hz. Peygamber: "Makbul sabır, musibetle karşılaştığın ilk andakidir" buyurdu.<sup>598</sup> Hz. Peygamber sabrı, musibet de ilk karşılaşıldığı anda gösterilen bir tepki olarak tanımlamıştır.

Övülen sabır, musibet aniden geldiği anda ortaya konan sabırdır, bundan sonra gösterilen, sabır değildir. Çünkü zamanla musibette unutulur.<sup>599</sup>

Ruh sağlığı, hayatın güçlüklerine katlanmanın, zorluklara direnmenin belirtilerinden biridir. Başına gelen bela ve musibetlere karşı sabreden, bunlara karşı zayıf kalmaz, yıkılmaz ve umutsuzluğa düşmez. Sabır ve direnmeyle felaketlere karşı direnen kişi, dengeli şahsiyeti olan, ruh sağlığından olabildiğince yararlanan bir kimsedir.<sup>600</sup> Allah Teâlâ birçok ayette ve Hz. Peygamber birçok hadisinde sabrı tavsiye etmektedirler. "Sabredenleri sevdiğini"<sup>601</sup> bildiren Yüce Allah, sabır ve namazla kendisinden yardım istenilmesini emretmektedir:

<sup>598</sup> Buhari, Cenaiz, 43,7; Tirmizi, Cenaiz, 13; Nesai, Cenaiz, 22.

<sup>599</sup> Canan, İbrahim, *Kütüb-i Sitte*, IX, 190.

<sup>600</sup> Necati, *Hadis ve Psikoloji*, s. 233.

<sup>601</sup> Al-i İmran, 3/ 146.



“Sabır göstererek, namazı vesile ederek Allah’tan yardım dileyin. Gerçi bu çok zor bir iştir, fakat içi saygı ile ürperenlere değil.”<sup>602</sup>

İnsan hayatında işler daima insanın istediği şekilde gitmez. İnsan birçok olumsuzluklar, eza, cefa ve afetlerle karşılaşır. Bütün bunlara ancak sabırla karşı konulabilir.<sup>603</sup> Başarı ancak sabırla,<sup>604</sup> sabır da ancak Allah’ın yardımıyla<sup>605</sup> mümkün olur. Bunun için Yüce Allah her durumda sabrı tavsiye etmektedir:

“Ey İman edenler! Sabredin! Sabır yarışında düşmanlarınızı geçin! Cihad için daima hazırlıklı ve uyanık bulunun! Ve Allah’a karşı gelmekten sakının ki, felah bulup başarıya eresiniz.”<sup>606</sup>

Allah Teâlâ insanı yarattığında insana belli bir ömür tayin etmiştir. Ömür bir sermayedir. Bu sermayeyi güzel değerlendirmek gerekiyor. Güzel değerlendirilmezse zayi olur gider. Allah Teâlâ insanı başıboş yaratmamıştır. Birtakım imtihanlara tabi tutmuştur. Allah, musibetler karşısında insanların sabırlı olmalarını istemektedir. Bunu Kuran şöyle ifade ediyor: “Çaresiz biz sizi biraz korku, biraz açlık, biraz da mallardan, canlardan ve ürünlerden eksiltme ile imtihan edeceğiz. Müjdele o sabredenleri!”<sup>607</sup>

Bu imtihanlardan birisi de hastalıklardır. Hastalıklara karşı şikâyet değil sabretmek gerekir. Hz. Peygamber ahabına, karşılaştıkları bir felaketin Allah’ın bir imtihanı olduğunu, derecelerini yükselteceğini, bir takım günahlarının silineceğini ve kendilerine sevap yazılacağını öğretirdi. Bu telkin genellikle ahabın hayatın güçlüklerine karşı direnme gücünü, Yüce Allah’ın hükmüne razı olan nefsin felakete dayanma gücünü kuvvetlendirmekteydi: “Müminin başına bir ağrı sızı, bir hastalık, bir keder, onu üzen bir durum gelirse, bu yüzden Allah onun bazı günahlarını bağışlar”<sup>608</sup> buyurmuştur.

Hastalığın insanda bıraktığı dış görünüşüne değil manasına bakmak daha önemlidir. Hastalığın insana kazandırdığı birçok mükâfat vardır. Eğer hastalık çok kötü bir şey olsaydı Allah Teâlâ en sevdiği kullarına hastalık vermezdi. Oysaki bir hadis-i şerifte Peygamber (s.a.v.) şöyle buyuruyor: “İnsanların en çok bela ve musibete maruz

---

<sup>602</sup> Bakara, 2/45.

<sup>603</sup> Karagöz, *Ayetler ve Hadisler Işığında Engelliler*, s. 50.

<sup>604</sup> Enfal, 8/65–66.

<sup>605</sup> Nahl, 16/ 127.

<sup>606</sup> Al-i İmran, 3/200.

<sup>607</sup> Bakara, 2/155.

<sup>608</sup> Müslim, Birr, 52; Buhari, Merda, 1.

kalanları peygamberlerdir. Sonra evliyalar, sonra da derecelerine göre diğer salih insanlar gelir.<sup>609</sup> Musibetlerin en büyük ve meşakkatlisiyle peygamberler ve sırasıyla diğer salih kimseler karşılaşmıştır. Başta Hz. Eyyub Aleyhisselam olmak üzere sırasıyla diğer evliya ve sâlih kimseler bu durumu Allah'tan gelen bir hediye olarak düşünmüşler ve sabretmişlerdir. Kuran'da Hz. Eyyub'un büyük sıkıntılara katlanması, sabredışı, kullukta ve görevde kusur etmeyişi, şikayette bulunmaması ile ibadet ehline ve akıl sahiplerine örnek olmasından bahsedilir.<sup>610</sup>

Kişi en sevdiğini kaybettiğinde Eyyub Peygamber gibi düşünebilmelidir. Şu hadisle insanlar sevdiğini kaybettiklerinde sabra çağrılmaktadırlar: Ebu Hureyre anlatıyor: Resulullah (a.s.) buyurdular ki: “ Allah Teâlâ şöyle demiştir: “ Ben kimin iki sevdiğini almışsam ve o da sevabını umarak sabretmişse, ona cennet dışında bir mükâfat vermeye razı olman.”<sup>611</sup> Burada sabırlı olanların mükâfata ereceğinin müjdesi vardır. Hadislerde müminin imtihan olduğu iki sevgilisinden maksat, gözleridir. Gözün sevgili olarak isimlendirilmesi onların insanda en kıymetli organlar olması hasebiyledir. Gözlerin kaybı insanda öteki organlara nazaran daha büyük hüsrana meydana getirir. Onların gitmesiyle ne görmek istediği hayrı görebilir ne de kaçınmak istediği şerlerden kaçabilir. Allah'ın dünyadaki imtihanı, kula olan öfkesinden, garazından değildir. Bilakis Allah sevdiği kuluna bazı kötülükleri ondan uzaklaştırmak için veya günahlarına kefarete olmak için yahut da mertebesini yüceltmek için musibetler verir. Kul bunları rıza ve sabır ile karşılarsa Allah'ın istediği gerçekleşmiş olur.<sup>612</sup>

Hastalık eğer sabredilirse günahlara kefarettir. Hastalık, bir sabun gibi insanın işlemiş olduğu günahlardan ortaya çıkan kirleri temizler. Bir hadis-i Şerifte Peygamber(s.a.v.) şöyle buyuruyor: “Olmuş ağacı sallamakla nasıl meyveleri düşer; imanlı bir hastanın titremesi de öyle günahları döker.”<sup>613</sup>

<sup>609</sup> Buhari, Merda:3; Tirmizi, Zühd:56; İbni Mace, Fiten: 23; Darimi, Rikak: 67.

<sup>610</sup> Çakan, Solmaz, *Kur'an'ı Kerim'e Göre Peygamberler ve Tevhid Mücadelesi*, s. 179,181.

<sup>611</sup> Tirmizi, Zühd, 58.

<sup>612</sup> Canan, *Kütüb-i Sitte*, IX, 195, 196.

<sup>613</sup> Buhari, Merda, 1, 2, 13, 16; Müslim, Birr, 45; Darimi, Rikak: 57.

Sabır, insanı başarıya ve mutluluğa götürür. Çünkü sabır aydınlıktır.<sup>614</sup> Sabır en hayırlı nimettir. Hz. Peygamber şöyle buyurmuştur: “ Hiç kimseye sabırdan daha hayırlı ve daha çok nimet verilmemiştir.”<sup>615</sup>

Dikkat çekici bir husus da Yüce Allah, her türlü iyilik ve amellere on katı<sup>616</sup> ve yolunda infak etmeye yedi yüz katı mükâfat vaat ederken,<sup>617</sup> sabretmeye hesapsız derecede mükâfat vaat etmiştir. “Sabredenlerin ücretleri hesapsız bir tarzda ödenir”<sup>618</sup> Bu ve benzeri ayetler Müslümanlara, zamanın zorluk ve belalarına karşı sabrı öğretir. İnsana, karşılaştığı bu felaketlerde kendisi için büyük hayırlar olduğunu, altında bir hikmet olduğunu, günahlarının silineceğini, sevaplarının artıracığı inancını verdiği için Allah’ın bu hükmünü gönül hoşnutluğuyla karşılamayı öğretir.<sup>619</sup> Dolayısıyla hastalıklar ve musibetler karşısında tahammüllü olabilmek, sıkıntıların altından kalkabilmek, tedavide başarıya ulaşabilmek ancak sabırla mümkündür. Tedavisi mümkün olmayan hastalıklar karşısında feryat etmeden sakin ve huzurlu olabilmek, inanç ve sabırla mümkün olur.<sup>620</sup> Hz. Peygamber buyuruyor ki: “Müminin işine şaşarım. Onun bütün işleri hayırdır. Bu durum sadece mümine özgüdür. Başına iyi bir şey gelirse, şükreder, hayır olur. Başına kötü bir şey gelirse, sabreder, onun için hayır olur”<sup>621</sup> buyurdular.

Kur’an-ı Kerim’in en kısa suresi olan Asr Suresinde kurtuluş reçeteleri sayılırken hüsrandan kurtulan insan zümrelerinden bir tanesinin de sabrı tavsiye etmek olduğu zikredilmektedir.<sup>622</sup>

### 2.3.2.6. Rukye

Rukye bir hastalığa, musibete-humma, sara vs.- uğrayan kişinin iltica maksadıyla yaptığı dua olarak tarif edilmiştir.<sup>623</sup> Rukye cahiliyede uygulanan bir tedavi metodudur. Birçok hastalık ve zehirlenmelere karşı rukye yapıldığı, bunu meslek edinen kimselerin

---

<sup>614</sup> Müslim, Tahare, 1.

<sup>615</sup> Buhari, Rikak, 20.

<sup>616</sup> Enam, 6/ 160.

<sup>617</sup> Bakara, 2/ 261.

<sup>618</sup> Zümer, 39/ 10.

<sup>619</sup> Necati, *Hadis ve Psikoloji*, s. 234, 235.

<sup>620</sup> Karagöz, *Ayetler ve Hadisler Işığında Engelliler*, s. 52.

<sup>621</sup> Müslim, Zühd, 64.

<sup>622</sup> Asr Suresi, 103/3.

<sup>623</sup> Asım Efendi, *Kamus Tercemesi*, IV, 986.

olduğu bilinmektedir. Rukye daha çok iplik üzerine okuma ve atılan düğümler şeklinde uygulanmaktaydı. Ayrıca bizzat hastanın kendisine, ağrı hissedilen yere okumak ve üfleme, teshir/büyü için efsunlamak, büyüden kurtulmak için muska yapmak, boncuk ve nazarlıklar kullanmak şeklinde de yapılmaktaydı.<sup>624</sup>

Cahiliye Arapları rukyeyi tedavi amacıyla kullandıkları gibi hastalık öncesi koruyucu hekimlikte de kullanıyorlardı. Mesela, nazar değmesine, akrep ve haşerat ısırmalarına, vücut ağrılarına ve sihre karşı rukye yapıyorlardı.<sup>625</sup>

Rukyenin Osmanlılarda rukyehanlar tarafından uygulandığını görüyoruz. Rukyehan, Allah'tan iyilik ve yardım istemek amacıyla dua okuyan kişilere verilen addır. Rukyehanların okuyup üfledikleri kişilerin hastalık ve dertlerden kurtulduğuna inanılırdı. Ülkemizde uygulanan rukye şekli Hz. Peygamber'in yapıp cevaz verdiği değil de belkide sihir karışmış, Allah'a tevekkülü bırakarak bu işi yapanlara güvenme gibi duyguları ihsas eder şekliyle görülmektedir. Ayrıca ülkemizde yapılan rukyeyi din sömürücülerinin yaptığı ve rukye diye yapılan şeyin dinden uzak folklorik bir şey olduğu belirtilmektedir.<sup>626</sup>

Hastalığın birçok sebebi bulunabildiği gibi buna karşılık olarak maddi, ruhi ve manevi birçok tedavi yöntemi vardır. Modern bilimin ilerlemesiyle yeni yeni tedavi imkân ve usulleri de ortaya çıkmaktadır. Aslında hastalıkla mücadele ve tedavi tıp ilminin konusu olmakla birlikte tedavide dini metinlerin okunması ve duanın tedavi üzerindeki etkisi yadsınamaz.<sup>627</sup>

Ruhsal yönden hasta olanların telkine ihtiyaçları fazladır. Mukaddes bildikleri şeylerden yardım beklerler. Onlarla karşılaşarak bir bakıma rahatlık ve huzur duyarlar. Ruhi yönden rahatsız olan hastaların temayülleri hangi yöne ise o tarafı onların yardımına vermek hastanın yararınadır. Hz. Peygamber bazı tabii ilaçlarla kendisine müracaatta bulunanları tedaviye uğraştığı gibi, bazı dua ve ayetlerle de tedavi cihetine gitmiştir.<sup>628</sup> Sahabeden Osman b. Ebi'l-As, Müslüman olduğundan beri vücudunda hissettiği bir ağrıyı Hz. Peygamber'e haber verdi. Hz. Peygamber de Osman'a: "Elini vücudunun

<sup>624</sup> Çelik, *İslam'ın Kabul ve Reddettiği Halk İnançları*, s. 264,265.

<sup>625</sup> Çelik, *İslam'ın Kabul ve Reddettiği Halk İnançları*, s. 258,287.

<sup>626</sup> Çelik, *İslam'ın Kabul ve Reddettiği Halk İnançları*, s. 268.

<sup>627</sup> Heyet, *Türkiye Diyanet Vakfı İslam İlmihali*, II, 164.

<sup>628</sup> Şekerci, *Kaynaklarımıza Göre İslam Terbiyesi*, s. 321.

ağrıyan yerine koy ve üç defa bismillah ve sonra yedi defa, hissetmekte olduğum ve sakınıp korunmaya çalıştığım şeyin şerrinden, Allah'ın kudretine ve izzetine sığınıyorum, de!"<sup>629</sup> buyurdular. Bu ilaçta Allah'ın adının anılması, derdin de dermanın da ondan olduğunun bilinmesi ve türlü zarardan onun kudretine sığınma vardır. Daha etkili olabilmesi için devamlı okunması, normal ilaçlar gibi tekrarlanması lazımdır.<sup>630</sup> Hz. Peygamber bazı durumlarda rukye yapılmasına izin vermiştir. Bu konudaki rivayetlerden bir kaçını şöylece:

a) Câbir b. Abdillâh (ra) rivayeti: Rasûlullah (sav) rukyeyi nehyetti. Amr ibn Hazm ailesi Rasûlullah (sav)'a gelerek "Ey Allah'ın Rasûlü, bizim akrep sokmasına karşı yaptığımız bir rukye vardı. Ancak siz rukye yapmayı yasakladınız" dediler. Rukyeyi arzettiler. Rasûlullah (sav) "Bir sakınca görmüyorum. Kim kardeşine bir fayda sağlayabiliyorsa sağlasın"<sup>631</sup> buyurdu.

b) Avf b. Mâlik el-Escaî (ra) rivayeti: "Biz cahiliyyede rukye yapardık. Rasûlullah (sav)'a, Ey Allah'ın Rasûlü, bu konuda ne dersiniz? diye sorduk. Rasûlullah (sav) "Rukyelerinizi bana arz edin. Şirk ihtiva etmediği müddetçe rukye yapmada bir sakınca yoktur" buyurdular.<sup>632</sup>

c) Enes b. Mâlik (ra) rivayeti: "Rasûlullah Ensâr'dan bir ailenin zehir ve kulak ağrısı için rukye yapmasına izin verdi."<sup>633</sup>

d) Hz. Âişe (ra) rivayeti: Rasûlullah (sav) bana göz değmesine karşı rukye yaptırmamı emretti.<sup>634</sup>

e) Ümmü Seleme (ra) rivayeti: Rasûlullah (sav), bir gün Ümmü Seleme'nin odasında yüzünde sarılık olan bir cariye/küçük kız gördü ve "Bu kıza rukye yaptırın, çünkü onda nazar vardır" buyurdu.<sup>635</sup>

f) Hz. Âise (ra) rivayeti: "Nebi (sav) rukye yaparken nefes ederdi/üflerdi."<sup>636</sup>

---

<sup>629</sup> Müslim, Selam, 67.

<sup>630</sup> İbn Kayyim el-Cevziyye, *et-Tıbbu'un-Nebevi*, s. 242.

<sup>631</sup> Müslim, Selam, 63.

<sup>632</sup> Müslim, Selam, 64; Ebû Dâvûd, Tıb, 18.

<sup>633</sup> Buhârî, Tıb, 26.

<sup>634</sup> Buhârî, Tıb, 35; Müslim, Selam, 55,56.

<sup>635</sup> Buhârî, Tıb, 35; Müslim, Selam, 59.

<sup>636</sup> İbn Mace, Tıb, 38.

Fazlurrahman, kem göz inancının Müslüman ülkelerde yaygın olduğunu ve bazı iyi eğitim görmüş insanların bile kem gözün kişiyi olumsuz bir şekilde etkilediğine inandığını iddia etmektedir.<sup>637</sup> Bu olumsuz yorum, nazarın/göz değmesinin hak olduğunu bildiren sahih hadislerle<sup>638</sup> aykırı olmakla birlikte başına gelen her şeyi nazar ile ilişkilendirmeye çalışan aşırı kimselere gösterilen bir tepki olarak değerlendirilebilir.

Okumakla tedavinin caiz olup olmayacağı konusunda ihtilaf edilmiştir. Ayet ve hadislere bakıldığında kişinin kendisi için veya başkaları için dua etmesi, okuması, sadece meşru değil aynı zamanda emirdir. Fakat bunun tedavisinin rukye şeklinde yapılmasında ihtilaf vardır. Bazısı rukyeyi men etmiştir. Birçok hadis gösteriyor ki, yasaklanmış olan ruyeler hakikatleri belli olmayan ve şirk manası olan ruyelerdir. İyi niyet ve temiz nefeslerle Allah'a sığınarak, Allah'tan şifa niyaz ederek okuyup üfleme de mutlaka sihirbazlık gibi telakki etmek doğru olmaz. Onun için rukyeyi caiz görenler birçok hadisi delil göstermişlerdir.<sup>639</sup>

Yukarıdaki hadislerde Peygamberimiz (sav)'in rukye yapma hakkındaki olumlu yaklaşımı açık bir şekilde görülmektedir. Peygamberimiz (sav)'in rukyeye izin vermekle kalmayıp bizzat uygulayıp ashabına tavsiye etmesi, bu yöntemin Müslümanlar tarafından ciddiye alınması gerektiğine işaret etmektedir.

### 2.3.2.7. Mûsiki

Gelişmiş olsun olmasın her toplumun kendine has bir müziği vardır. Müzik onu icra eden kültür hakkında bilgi sunar. Her müzik belli aletlerle icra edilir. Genel olarak her medeniyetin kendine has müzik aleti vardır. Hz. Peygamber döneminde de müzik aleti olarak def kullanılmaktaydı. Müziğin canlı varlıklar üzerindeki etkisi araştırma konusudur. Özellikle konumuz olan müziğin hastalığın tedavisi üzerindeki etkisi hala tartışılmaktadır. İnsanın güzel bir sestem etkilenmemesi mümkün değildir. Hadisler incelendiğinde müziğin tedavi üzerindeki etkisine dair doğrudan bir bilgi bulunabilmiş değildir. Fakat dolaylı olarak güzel bir sesle icra edilen bir şeyin insan üzerinde nasıl güzel bir tesir bıraktığına dair bir takım ibareler bulmak mümkündür. Kâinatta her yerde bir ses bir ahenk vardır. İslam'ın direği namazın çağrısı olan ezanın Hz. Peygamber

<sup>637</sup> Fazlurrahman, *İslam Geleneğinde Sağlık ve Tıp*, s. 50.

<sup>638</sup> Buhari, Tıb, 36; Libas, 86; Müslim, Selam, 41, 42; Tirmizi, Tıb, 19; Ebu Davud, Tıb, 15; Mâlik, Ayn, 1, 2; İbn Mâce, Tıb, 32.

<sup>639</sup> Denizkuşları, *Kur'an-ı Kerim ve Hadislerde Tıp*, s. 110.

döneminden günümüze kadar nasıl güzel, ahenkli ve nağmeli okunduğunu ve bu okunan ezanın insanın manevi dünyasını nasıl değiştirip insanı rahatlattığını Hz. Peygamber'in şu sözü göstermektedir. Bir namaz vaktinde Hz. Bilal'e "Kalk ey Bilal, bizi namazla (ezanla) ferahlat, dinlendir!"<sup>640</sup>

Güzel insan sesinde ruhaniyetin titreşimleri vardır. İnsanı ruhlar âlemine yine insan sesi yükseltir. Bilal-i Habeşi'nin sesi güzeldi, davudi ve ruhaniydi. Peygamber Efendimiz bu sestten yükselen şevk ile mana âlemine uzanırdı. Şimdilerde pek rastlanmasa da İslam estetiğine değer veren atalarımız her vaktin ezanını ve insan ruhunun günün o vaktine uygun makamıyla okunmasını tesis etmiştir. Ezanın insan ruhunun derinliklerindeki ulvi ve manevi değerleri ortaya çıkarması onun güzel okunmasıyla alakalı bir durumdur. Hz. Bilal'in müezzin oluşu onun sesinin çok güzel olmasındandır. Denilebilir ki ezanın güzel bir sesle ahenkli okunuşu insanın manevi hastalıklarına şifa olabilir. Hz. Peygamber "Kalk bizi ferahlat ey Bilal" ifadesinden anlıyoruz ki Hz. Bilal'in ezanı güzel sesiyle ahenkli bir şekilde okuması insanı iç dünyasında ferahlatan bir unsurdur. Bu da insanın endişe ve stresten kurtulmasında etkin bir tedavi tesirinin olabileceğine işaret etmektedir. Manevi olarak rahatlamaya ve ruhsal hastalıklardan kurtulmaya vesile olabilir.

Hz. Peygamber "Kuran okumayı sesinizle güzelleştirin"<sup>641</sup> buyurmuştur. Bir başka hadislerinde de şöyle beyanda bulunmuştur: "Allah güzel sesli bir peygamberin sesini güzelleştirerek okuduğu Kuran'ı dinlediği kadar hiçbir şeyi dinlemedi."<sup>642</sup> Hz. Peygamber'in ve ashabının Kuran'ı güzel bir nağmeyle okuduklarına dair hadis kitaplarında birçok rivayet vardır. Kuran'ın güzel bir sesle okunmasının insan üzerinde ne kadar tesirli olabileceği yukarıda zikredilen hadislerde görülmektedir. Kuran'ı güzel bir sesle okumak kalbi rikkate getirir, dinleyenlerde ona karşı saygı uyandırır ve daha tesirli olduğu için, Kuran'a karşı iştiağı artırır.<sup>643</sup> Allah Resulü Kuran'ı sesiyle güzelleştiren ashabından Abdullah b. Mesud'a "Ben Kuran'ı başkasından dinlemeyi severim" diyerek kendisi için Kuran okumasını istemiştir. Bunun üzerine İbn Mesud dönüp Allah Resulüne baktığında iki gözünden yaşlar aktığını görmüştür.<sup>644</sup> Kuran'ın

---

<sup>640</sup> Ebu Davud, Edeb, 78.

<sup>641</sup> Ebu Davud, Salât, 355.

<sup>642</sup> Buhari, Fedailu'l Kuran, 19.

<sup>643</sup> Canan, *Kütüb-i Sitte*, IV, 433.

<sup>644</sup> Buhari, Fedailu'l-Kuran, 32.

güzel sesle okunmasının, insanın duyguları üzerindeki etkisi ve ruhsal olarak rahatlamaya vesile olduğu görülmektedir.

#### 2.4. Hastalığın Manevi Kazanımları

Allah, insanı yaşadığı hayatta sınamaktadır. Bu ömür sonunda sağlığını, ömrünü nasıl geçirdiğini kendisine soracaktır. Her şey gibi hastalık da bir imtihandır. Hastalığın bildiğimiz ve bilemediğimiz büyük hikmetleri vardır. Mü'min açısından, hastalığın derece terfiine ve günahların affolunmasına sebep olacağı ümit edilir. İmam Gazzâlî, insanların başına gelen musîbet ve hastalıkları üç kısma ayırmıştır: 1- Münâfiğin hastalık ve musîbeti: Allah'a itirazda bulunduğu için ona gelen musîbet ve hastalıklar cezâ olur. 2- Mü'minin hastalık ve musîbeti: Allah'tan geldi diyerek sabrettiği için onun musîbeti günahlarına keffâret olur. 3- Şükür makamında olan mü'minin musîbeti: Bu da hastalığında Allah'a hamd ve şükürde bulunduğu için hastalığı Allah indinde derecesinin yükselmesine sebep olur.<sup>645</sup>

Hz. Peygamber buyuruyor ki: "Mü'mine bir hastalık gelir, sonra da Allah ona şifa verirse, bu hastalık onun geçmiş günahlarına kefare, geri kalan hayatı için de bir öğüt olur. Şayet münafık hastalanır, sonra da afiyet verilirse o, sahibi tarafından bağlanıp sonra da salıverilen fakat niçin bağlandığını, niçin salıverildiğini bilmeyen bir deve gibidir." Hz. Peygamber'in yanında oturanlardan biri: "Ey Allah'ın Resülü, hastalıklar nedir? Ben hiç hastalanmadım" diye sordu. Hz. Peygamber: " Kalk sen bizden değilsin" buyurdu."<sup>646</sup>

Hadis münafığın hastalıktan ders almayacağını, tevbeye yönelmeyeceğini, hastalığının ne geçmişteki hataların affi hususunda ne de gelecekte günah işlememe hususunda bir fayda temin etmeyeceğini ifade etmektedir.<sup>647</sup> Oysa mü'minin başına gelen her türlü sıkıntı onun günahına kefare, olur.

Hz. Peygamber: "Hangi müslümana hastalık isâbet ederse ağacın hazan vakti yaprakları döküldüğü gibi, Allah onun hata ve günahlarını döker"<sup>648</sup> "Müslümana fenalık, hastalık, keder, hüzn, eziyet ve iç sıkıntısından tutun da bir diken batmasına kadar

<sup>645</sup> Gazali, *Kimyay-ı Saadet*, s. 572–576.

<sup>646</sup> Ebu Davud, *Cenaiz*, 1.

<sup>647</sup> Canan, *Kütüb-i Sitte*, VI, 296.

<sup>648</sup> Buhârî, *Merdâ* 13.



uğradığı her musîbete karşılık Cenâb-ı Hak onun suçlarını ve günahlarını örter”<sup>649</sup> buyurmaktadır.

İnsan başına gelen hastalığa sabreder ve şikâyet etmezse Allah ona büyük mükâfat verecektir. İbn Abbas, bir arkadaşına şöyle demiştir: “Ey Atâ! Sana Cennet kadınlardan bir kadın göstereyim mi?” O da “evet, gösterin” demesi üzerine İbn Abbas şöyle demiştir: “Şu (gördüğün iri yapılı ve uzun boylu habeşî) siyah kadın yok mu? Bu kadın bir kere Nebî (s.a.s.)’ye gelip: ‘Yâ Rasûlallah! Ben sara hastasıyım, sara nöbetim gelince de (bayılıyor) açılıyorum, Allah’a benim için dua buyurun’ dedi. Hz. Peygamber: “Ey kadın! İstersen hastalığına sabret. Buna karşılık sana Cennet vardır. Veya sıhhat vermesi için Allah’a dua edeyim” buyurdu. Kadın ‘hastalığıma sabrederim; ancak, açılıyorum, açılmamam için Allah’a dua buyurun’ deyince Rasûl-i Ekrem dua buyurdu (Mahrem yerleri açılmaz oldu).”<sup>650</sup> Bu hadiste, sara gibi dünyevi bir hastalığa sabretmek gerektiği, karşılığında cennet gibi büyük bir mükâfat olduğu anlaşılmaktadır. İnsan hastalık, sakatlık gibi bedensel veya ruhsal bir sıkıntıya düştüğünde sabretmesi karşılığında ahiretteki derecesi artacaktır. Yaşanılan sıkıntı ne kadar büyük olursa alınacak sevap da o derece büyük olacaktır. Hz. Peygamber buyuruyor ki: “Sevabın çokluğu, belânın büyüklüğüyle beraberdir. Allah, bir toplumu sevdiği zaman şüphesiz onları (sıkıntı, musibet ve belâlarla) imtihan eder. Artık kim bir (imtihan edildiği belâ ve musibetlere) rızâ gösterirse, Allah’ın rızâsı (ve sevabı) o kimseyedir. Kim de (imtihan edildiği belâ ve musibetlere) öfkelenir (İlâhî hükme rızâ göstermez) ise, Allah’ın gazabı (ve azâbı) o kimseyedir.”<sup>651</sup>

İbn Mes’ûd (r.a.)’den rivâyet edildiğine göre o şöyle demiştir: “Bir zaman Nebî (s.a.s.)’nin yanına girdim, kendisi sıtmaya yakalanmıştı. Elimi vücuduna dokundurduğum ve: ‘Gerçekten şiddetli bir sıtma nöbetine tutulmuşsunuz’ dedim. “Evet, sizden iki kişinin çekebileceği kadar ıstırap çekiyorum” buyurdu.”<sup>652</sup>

Kişinin, başına gelen sıkıntılar onun manevî derecesini artırır. “Herkesin yaptıkları işlere göre dereceleri vardır.”<sup>653</sup> Müminler bu derecelerine yaptıkları ibadetleriyle ulaşamazlarsa Allah onlara bir musibet verir, sabır ihsan eder, böylece hesapsız

<sup>649</sup> Müslim, Birr 52.

<sup>650</sup> Buhârî, Merdâ 6; Müslim, Birr, 54.

<sup>651</sup> İbn Mâce, Fiten, 23.

<sup>652</sup> Buhârî, Merdâ, 3, 13, 16; Müslim, Birr, 45.

<sup>653</sup> En’am, 6/132.

derecede sevap verir.<sup>654</sup> Musibet vesilesiyle günahları bağışlanır. Böylece Allah katındaki manevi derecesine ulaşır. Hz. Peygamber buyuruyor ki: “Kul, Allah’ın kendisi için takdir ettiği dereceye ameli ile ulaşamazsa, Allah onun canına, malına veya çocuğuna bir musibet verir, sonra ona sabretme gücü ihsan eder ve böylece onu kendisi için takdir ettiği mertebeye ulaştırır.”<sup>655</sup>

---

<sup>654</sup> Zümer, 39/10.

<sup>655</sup> Ahmed b. Hanbel, V, 272.

## SONUÇ

Kur'an-ı Kerim'in ve Hz. Peygamberin önemle üzerinde durdukları konuların başında insan sağlığı gelmektedir. Her ne kadar peygamberin asıl vazifesi İslam'ı tebliğ olsa da bu tebliği dinleyip hayatına geçirecek olan kişilerin sağlıklı olması çok önemlidir. Çünkü İslam'ı hakkıyla yaşamak, bütün emir ve yasaklarını yerine getirmek ruh ve beden sağlığına bağlıdır. O yüzden her konuda olduğu gibi tıp konusunda da Hz. Peygamber bizim en büyük örneğimiz ve rehberimizdir.

Hz. Peygamber'in bizzat tıpla ilgilendiği, hasta olan ashabına bir takım tavsiyelerde bulunduğunu bugüne kadar gelen hadislerden anlaşılmaktadır. Hz. Peygamber'in tıpla alakalı hadisleri gözden geçirildiğinde bunların bir kısmının hasta olmadan evvel kişinin kendisini korumasıyla yani koruyucu hekimlikle alakalı olduğu görülecektir. Kişiyi hasta olmaktan korumak esas olduğu için Hz. Peygamber koruyucu hekimlik üzerinde hassasiyetle durmuş ve önemli sağlık tedbirleri almıştır. Hz. Peygamber'in tıbbi tavsiyelerinin bir kısmının da hastalık, tedavi ve ilaçlar hakkında olduğu ve insan sağlığının korunması noktasında genel kaideler koyduğu görülmektedir. Hz. Peygamber'in getirdiği tıp anlayışı ile yaşadığı dönemin tıp anlayışı karşılaştırıldığında, Peygamberin tıp anlayışının çok ileri seviyede olduğu ve orijinal unsurlar taşıdığı söylenebilir. Tıbb-ı Nebevinin, akla ve hakikate uymayan tedavi yollarını kabul etmediğini söylemek mümkündür. Hadislerde o günün tıbbî anlayışına müdahale edildiği ve bugünün tıbbının bile onayladığı bir takım prensiplerin getirildiği görülmektedir. Hadislere göre Allah bir hastalık veriyse onun şifasını da var etmiştir. Onu arayıp bulmak insana düşmektedir.

Tıbb-ı Nebevi'de haram madde ile tedavi olunamayacağından, tıptan anlamayanların muayene yaptıkları takdirde cezalandırılacaklarından bahsedilir.

İnsan dünyaya gelişinden itibaren imtihan süreci işlemektedir. İnsanın dünya yaşamında karşılaştığı en büyük imtihanlardan birisi hastalıklardır. İster fiziksel ister ruhsal hastalıklar olsun, insanın şu dünya hayatında karşılaştığı her bir sıkıntı, ahiret yaşamı için bir kazanım sayılmaktadır. Hastalık, sıkıntı, musibet istenilmez fakat bütün önlemlere rağmen gelirse bunun için sabretmek, dua etmek, tevekkül ve teslimiyet göstermek gerekir. Kişi şikâyet etmez ve sabrederse o kimsenin günahları bağışlanır,

kendisine sevap verilir ve Allah katındaki derecesi artar. Ancak kişi bir hastalıkla karşılaştığında muhakkak maddi ve manevi çarelere başvurmalıdır. Kişi fiziksel rahatsızlıklarından bir takım tedavi metotlarıyla, ilaçlarla kurtulabilir. Ruhsal hastalıklarından da dua, sabır, zikir, Kuran okuma, inanç ve ibadetlere sarılarak kurtulabilir.

İnsan hasta olunca doğal olarak çevresinde yakınlarını görmek ister. O yüzden İslam dininde hasta ziyareti çok önemlidir. Hasta ziyaretine giderken dikkat edilmesi gereken bir takım hususlar vardır. Hasta yakınlarının da Hz. Peygamber'in tavsiyelerine dikkat ederek hastaya o şekilde yaklaşmaları gerekir. Gerek yeme-içme noktasında gerek hastanın morali noktasında hastaya karşı çok dikkatli olmak gerekir. Müslüman'ın Müslüman üzerindeki haklarından bir tanesi hastalandığında ziyaretine gitmektir. Hastanın yanında onun moralini bozacak şeylerden bahsetmemek gerekir. Hasta hakları da önemli bir konudur. Hz. Peygamber hadislerinde, günümüzde hasta hakları olarak bilinen birtakım hususlara işaret etmiştir. Dolayısıyla bu hususlar, hem insan hakları hem de Müslüman bir hastanın hakları çerçevesinde mütalaa edilebilir.

## KAYNAKLAR

- AHMED B. HANBEL, Ebu Abdullah Ahmed b. Muhammed eş-Şeybani, *el-Müsned*, I-VI, İstanbul, 1981.
- AKSOY, Şahin, *Tıp Etiğinin Ülkemizdeki ve Dünyadaki Tarihi*, İstanbul, 2003.
- ANABRİTANNİCA, “Hastalık”, X, 447, İstanbul.
- ANABRİTANNİCA, “Tedavi”, XX, 479, İstanbul.
- ÂSİM EFENDİ, *Kamus Tercemesi*, I-IV, İstanbul, 1305.
- AYDINLI, Abdullah, *Sünen-i Darimi*, I-VI, İstanbul, 1996.
- BİLGİN, Beyza, *İslam ve Çocuk*, 2. Baskı, Ankara, 1991.
- BİLKENT ÜNİVERSİTESİ, (2009).  
<http://www.bilkent.edu.tr/bilheal/aykonu/07.Ocak.2007/cuzzam.html>, 15.07.2009.
- BİLMEN, Ömer Nasuhi, *Büyük İslam İlmihali*, Ankara, 1992.
- BUHARİ, Ebu Abdillan Muhammed b. İsmail, *el-Cami’u’s-sahih*, I-VIII, İstanbul, 1981.
- BÜYÜK LAROUSSE, “Hasta”, X, 5072, İstanbul, 1986.
- CANAN, İbrahim, *Kütüb-i Sitte Tercüme ve Şerhi*, I-XVIII, Ankara, 1991.
- ....., *İnsan Denen Meçhul*, çev. Refik Özdek, 2. Baskı, İstanbul, 1973.
- CARREL, Alexis, *Dua*, çev. M. Alper Yüçetürk, İstanbul, 1977.
- CİLACI, Osman, “Dua”, *DİA*, IX, 529, 530, İstanbul, 1994.
- CÜZZAM (2009). [www.cuzzam.org.tr/cuzzam](http://www.cuzzam.org.tr/cuzzam), 15.07.2009.
- ÇAĞRICI, Mustafa, “Haset”, *DİA*, XVI, 378–380, İstanbul, 1997.
- ÇAKAN, İsmail Lütfü- SOLMAZ, N. Mehmet, *Kuran’ı Kerim’e göre Peygamberler ve Tevhid Mücadelesi*, İstanbul. 1994.

- ÇELİK, Ali, *İslam'ın Kabul veya Reddettiği Halk İnançları –Hicaz Bölgesi-*, İstanbul, 1995.
- DARİMİ, Ebu Muhammed Abdullah b. Abdurrahman es-Semerkindi, *es-Sünen*, I-II, İstanbul, 1981.
- DAVUDOĞLU, Ahmed, *Sahih-i Müslim Terceme ve Şerhi*, I-XI, İstanbul, 1973.
- DENİZKUŞLARI, Mahmut, *Kuran-ı Kerim ve Hadislerde Tıp*, Konya, 2008.
- DÖNDÜREN, Hamdi, “Hak” *Şamil İslam Ansiklopedisi*, II, 292- 296, İstanbul, 1990.
- EBU DAVUD, Süleyman b. Eş'as es-Sicistani, *es-Sünen*, I-IV, İstanbul, 1981.
- ELÇİOĞLU, Ömür, DEMİRHAN Ayşegül, *Çağdaş Tıp Etiği, 'Hasta Hakları'*, İstanbul, 2003.
- FAHRUDDİN ER-RAZİ, *Tefsir-i Kebir*, I-XXIII, çev. Suat Yıldırım, Lütfullah Cebeci, Sadık Kılıç, C. Sadık Doğru, Ankara, 1992.
- FAZLURRAHMAN, *İslam Geleneğinde Sağlık ve Tıp*, çev. Adnan Bülent Baloğlu-Adil Çiftçi, 1. Baskı, Ankara, 1997.
- ....., *İhya-u ulumi'd-din*, I-IV, trc. A. Faruk Meyan, İstanbul, 1977.
- GAZZÂLİ, Ebu Hamid Muhammed b. Muhammed, *Kimya-yı Saadet*, I-II, trc. Ahmed Serdaroğlu, İstanbul, 1996.
- GRİP SAĞLIK (2009).[www.grip.saglik.gov.tr](http://www.grip.saglik.gov.tr), 15.07.2009.
- HAMİDULLAH, Muhammed, *İslam Peygamberi*, I-II, çev. Salih Tuğ, 5. Baskı, İstanbul, 1993.
- HATİPOĞLU, Haydar, *Sünen-i İbn Mace Tercemesi ve Şerhi*, I-X, İstanbul, 1983.
- HEYET, *Türkiye Diyanet Vakfı İlmihali İslam ve Toplum*, I-II, Ankara, 2004.
- HÖKELEKLİ, Hayati, *Din Psikolojisi*, Ankara, 1998.
- İBN HACER, Şihâbuddîn Ahmed b. Ali b. Hacer, el-Askalânî, *Fethu'l-Bârî bi şerhi'l-Buhâri*, I-XIII, Kahire, 1987.

- İBN KAYYIM, Şemsüddin Ebu Abdullah Muhammed b. Ebi Bekr ed-Dımeşki el-Cevziyye, *et-Tıbbu'n –Nebevi*, çev. Yusuf Ertuğrul, İstanbul, 2004.
- İBN KESİR, *Hadislerle Kuran-ı Kerim Tefsiri*, I-XVI, çev. Bekir Karlığa, Bedrettin Çetiner, İstanbul, 1992.
- İBN MACE, Ebu Abdillan Muhammed b. Yezid el-Kazvini, *es-Sünen*, I-II, İstanbul, 1981.
- KARAGÖZ, İsmail, *Ayet ve Hadisler Işığında Engelliler*, 2005, Ankara.
- KILAVUZ, M. Akif, *Yaşlanma Dönemi Din Eğitimi*, Bursa, 2003.
- KIRCA, Celal, “Kur'an'da Ruh Sağlığı”, *Diyanet İlmi Dergi*, c. 43, sayı: 2, Ankara, 2007.
- KURT, İsmail, “*Hadislerde Veba ve Korunma Yolları -Bezli'l-Ma'un adlı eser çerçevesinde-*” Yüksek Lisans Tezi, 2009.
- KÜÇÜK, Raşit, “Tıbbi Nebevi Literatürü Üzerine Bir Deneme”, *İlim ve Sanat Dergisi*, sayı: 3, İstanbul, 1985.
- MALİK b. Enes, *el-Muvatta*, I-II, İstanbul 1981.
- MAVIŞ, Ayhan, “Darüşşafaka”, *DİA*, IX, 7- 9, İstanbul, 1994.
- MÜSLİM İbnü'l-Haccac Ebu'l-Huseyn el-Kuşeyri en-Neysaburi, *el-Cami'u's-sahih*, I-V, İstanbul, 1981.
- ....., *el-Kur'an'u ve İlmü'n Nefs*, 3. Baskı, Daru'ş Şuruk, Beyrut, 1987.
- NECATİ, M. Osman, *Hadis ve Psikoloji*, Ankara, 2008.
- NESAİ, Ebu Abdurrahman Ahmed b. Şuayb, *es-Sünen*, I-VIII, İstanbul, 1981.
- NUHOĞLU, Hidayet, “Darulaceze”, *DİA*, VIII, 512- 514, İstanbul, 1993.
- NUHOĞLU, Hidayet, “Daruleytam”, *DİA*, VIII, İstanbul, 521, 1993.
- ÖZCAN, M. Tevfik, *Angoisse(Sıkıntı)*, Ankara, 1966.
- ÖZTÜRK, Osman, *Bir Nefes Sıhhat*, 5. Baskı, İstanbul, 2004.

- PARLADIR, Selahattin, “Dua”, *DİA*, IX, 530- 535, İstanbul, 1994.
- SAĞLIK BİLGİSİ (2009).[www. saglikbilgisi.com/makale/veba](http://www.saglikbilgisi.com/makale/veba), 15.07.2009.
- SAĞLIK MERKEZİ (2009).<http://www.thehealthnews.org>. 12.11.2009.
- SARA HASTALIĞI (2010)[http://www.sarahastaligi.com/sara\\_hastaligi\\_tedavisi.html](http://www.sarahastaligi.com/sara_hastaligi_tedavisi.html).  
25.02.10.
- SAYGILI, Sefa, *Depresyon ve Korunma Yolları*, İstanbul, 2007.
- ŞAHİN, Yavuz, “Hasta Hakları”, *Sızıntı Dergisi*, Yıl:27, Sayı: 315, 109- 113, 2005.
- ŞEKERCİ, Osman, *Kaynaklarımıza Göre İslam Terbiyesi*, İstanbul, 1972.
- TARHAN, Nevzat, *İnanç Psikolojisi*, İstanbul, 2009.
- ....., “Tıbb-ı Nebevi’de Tıbbi Etik”, *Tıp Etiği-Hukuku-Tarihi*, Cilt: 11,  
Sayı: 2, Ankara, 2003.
- TEKİNEŞ, Ayhan, *Dua Nedir?*, İstanbul, 2007.
- TİRMİZİ, Ebu İsa Muhammed b. İsa, *el-Cami’u’s-sahih*, I-V, İstanbul, 1981.
- TURHANOĞLU, Ahmet, *Hadislerde Koruyucu Hekimlik*, İstanbul, 1999.
- UNAT, Ekrem Kadri, *Bulaşıcı Hastalıklarla Savaş ve İslam Dini*, İstanbul, 1975.
- ÜZÜM, İlyas, “Gazap”, *DİA*, XIII, 434, 435, İstanbul, 1996.
- VELİCANGİL, Sıtkı, *Koruyucu Hekimlik ve Halk Sağlığı*, İstanbul, 1973.
- YAZIR, Elmalılı Muhammed Hamdi, *Hak Dini Kuran Dili*, I-X, İstanbul, 1979.
- YENİEL, Necati- KAYAPINAR, Hüseyin, *Sünen-i Ebu Davud Terceme ve Şerhi*, XII,  
İstanbul, 1991.



## ÖZGEÇMİŞ

1983 Muş-Bulanık doğumludur. İlköğretimini Kocaeli ilinin Körfez ilçesinde tamamlamıştır. 1998–2000 yılları arasında da Körfez Çok Programlı Lisesi'nin İmam Hatip bölümünde eğitim hayatına devam edip bu okuldan mezun olmuştur. 2001- 2005 yılları arasında Sakarya Üniversitesi İlahiyat Fakültesi'nde lisans eğitimini almıştır. 2006 yılında Sakarya Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Temel İslam Bilimleri Hadis alanında yüksek lisansa başladı. Balıkesir il müftülüğünde vaiz olarak görev yapmaktadır.