

SAĞLIK BÜYÜK BİR NİMETTİR

Davut KAYA

I- Konunun Plânı

A- Sağlık Kavramı

1- Beden Sağlığı

2- Ruh Sağlığı

B- Sağlığın İnsan Hayatındaki Önemi

C- Kur'an-ı Kerim'de Sağlığa işaret Eden Ayetler

D- Hadis-i Şeriflerle Sağlığın Önemine Yapılan Vurgular

E- Sağlığın, Kulluk Vazifelerinin Eda Edilişinde Şart Koşulduğu

F- Sağlığı Korumanın Zarureti

G- Sağlığı Korumanın Yolları

1- Temizlik

2- Beslenme

3- Spor Yapma (Vücudun Hareket Etmesi)

4- Hastalıklara Karşı Tedbir Alma

5- Teşhis Ve Tedavinin Lüzumu

H- Başarılı Fert Ve Toplum Olmanın Sağlıkla İlgisi

II- Konunun Açılımı Ve İşlenişi

Konuya sağlık kavramının açıklanmasıyla başlanır. Ruh ve beden sağlığı üzerinde durulur. Sağlıklı olmanın insan için önemi vurgulanır. Konuyla ilgili Ayetler ve hadis-i şerifler açıklanarak dinin sağlığa verdiği önem aktarılır. İbadetlerden bazılarının yerine getirilmesinin sağlıkla mümkün olduğu, sağlıklı olmayanların bazı ibadetlerden muaf tutulduğu ya da bu sebeple sorumluluğunun ertelendiği anlatılır. Bu nedenle de sağlığın korunması için gereken hassasiyetin gösterilmesi, gerekli tedbirlerin alınması, hastalık halinde ise tedavinin ihmal edilmemesi anlatılır. Başarılı ve huzurlu olmanın sağlıklı olmakla yakın ilgisi izah edilir.

III- Konunun Özet Sunumu

Yüce İslam dininin asıl amaçlarından birisi de aklı ve canı korumaktır. Herşeyin insan için yaratılmış olması insanın değerinin büyüklüğüne işaret etmektedir. O halde dinin prensipleri esas alınarak beden ve akıl sağlığına

gereken önem verilmelidir. Çünkü sağlık, hem mutlu yaşamının, hem de maddi ve manevi sorumluluğu yerine getirmenin alt yapısını oluşturmaktadır. Bu nedenle sağlığı bozan her şeyden uzak durulmalı, sağlıklı yaşamak için gerekli tedbirler alınmalı, bu manada dinin emir ve tavsiyelerine de uyularak Allah'ın verdiği bu emanete sahip çıkılmalıdır.

IV- Konu İşlenirken Başvurulabilecek Bazı Ayetler

وَأَنْفِقُوا فِي سَبِيلِ اللَّهِ وَلَا تُلْقُوا بِأَيْدِيكُمْ إِلَى التَّهْلُكَةِ وَأَحْسِنُوا إِنَّ اللَّهَ يُحِبُّ الْمُحْسِنِينَ

(Mallarınızı) Allah yolunda harcayın. Kendi kendinizi tehlikeye atmayın. İyilik edin. Şüphesiz Allah iyilik edenleri sever.¹

Konu İle İlgili Faydalanılabilecek Diğer Ayetler İse Şunlardır:

Bakara,2/ 172,184,185,196; Maide,5/5-6; Yunus,10/57; Ra'd,13/28; İsra,17/82;

V- Konu İşlenirken Başvurulabilecek Bazı Hadisler

عن أسامة رضي الله عنه قال: قَالَ رَسُولُ اللَّهِ: إِذَا سَمِعْتُمْ بِالطَّاعُونَ بِأَرْضٍ فَلَا تَدْخُلُوهَا، وَإِذَا وَقَعَ بِأَرْضٍ، وَأَنْتُمْ بِهَا فَلَا تَخْرُجُوا مِنْهَا.

Hız. Üsâme (radıyallahu anh) anlatıyor: "Resulullah (aleyhissalâtu vesselâm) buyurdular ki: "Bir yerde veba çıktığını duyarsanız oraya girmeyiniz, bulunduğunuz yerde veba çıkmışsa oradan ayrılmayınız."²

وعن ابن عباس رضي الله عنهما قال: قَالَ رَسُولُ اللَّهِ: نِعْمَتَانِ مَغْبُونٌ فِيهِمَا كَثِيرٌ مِنَ النَّاسِ: الصَّحَّةُ وَالْفَرَاغُ

İbnu Abbas (radıyallahu anhümâ) anlatıyor: "Resulullah (aleyhissalâtu vesselâm) buyurdular ki: "İki (büyük) nimet vardır. İnsanların çoğu onlar hususunda aldanmıştır: Sıhhat ve boş vakit"³

حَدَّثَنَا مُحَمَّدُ بْنُ الصَّبَّاحِ. أَنْبَأَنَا سُفْيَانُ بْنُ عُيَيْنَةَ عَنِ الزُّهْرِيِّ عَنِ ابْنِ أَبِي حِزَامَةَ عَنْ أَبِي حِزَامَةَ؛ قَالَ: سُئِلَ رَسُولُ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ: أَرَأَيْتَ أَدْوِيَةً نَتَدَاوَى بِهَا وَرُقَى نَسْتَرْقِي بِهَا وَتُقَى نَتَّقِيهَا هَلْ تَرُدُّ مِنْ قَدَرِ اللَّهِ شَيْئًا؟ قَالَ: هِيَ مِنْ قَدَرِ اللَّهِ .

1 Bakara, 2/195

2 Buhârî, Tıbb 30, (VII;21)

3 Buhari, Rikak ,1, (VII,170)

Ebu Hizâme radiyallahu anh anlatıyor: "(Bir gün, Resûlullah aleyhissalâtu vesselâm'a: "Tedavi için kullandığınız ilaçlar" şifa isteğiyle okunan dualar ve (düşmanlardan) korunmak için kullandığımız koruyucu şeyler hakkında ne dersiniz, bunlar Allah'ın kaderinden bir şeyi geri çevirip değiştirir mi?" diye sormuşlardı."Bu saydıklarınız da Allah'ın kaderindendir" diye cevap verdi."⁴

عن أبي الدرداء رَضِيَ اللَّهُ عَنْهُ قَالَ: قَالَ رَسُولُ اللَّهِ: إِنَّ اللَّهَ تَعَالَى أَنْزَلَ الدَّاءَ وَالِدَّاءَ،
وَجَعَلَ لِكُلِّ دَاءٍ دَوَاءً، فَتَدَاوُوا وَلَا تَتَدَاوُوا بِحَرَامٍ

Ebu'd Derda (radiyallahu anh) anlatıyor: "Resulullah (aleyhissalâtu vesselâm) buyurdular ki: "Allah Teâlâ Hazretleri hastalığı da ilacı da indirmiştir. Ve her hastalığa bir ilaç varetmiştir. Öyleyse tedavi olun. Ancak haram olan şeyle tedavi olmayın."⁵

VI-Yararlanılabilecek Bazı Kaynaklar

Hasan Özönder, Peygamberimizin Sağlık Öğütleri,
İslam Ansiklopedisi, Türkiye Diyanet Vakfı,
İbrahim Canan , Kütübü Sitte,
Fahrettin Kerim Gökay, Sağlık Düşmanı Keyif Verici Maddeler,
Fuat Sezgin, Tedbirul Müsafirin,
Abdü'l- Ğani Abdu'l-Halik , Et-Tıbbün- Nebevi,
Abdu'l- Muti Emin, Eş şifa Fittıbbi'l- Müsned.

4 İbn. Mace, Tıbb 1, (II,1137)

5 Ebu Dâvud, Tıbb 11,(IV,207)