

Peygamberimiz(sav)'in Sağlığa Verdiği Önem

Sağlık, dünya hayatında Allah`ın, Rahman sıfatının tecellisi olarak herkese verdiği en büyük nimetlerden biridir. Şüphesiz sağlık iman ile birlikte olduğunda ne denli önemli bir nimet olduğu daha iyi bilinmekte ve Allah`a daha fazla şükretmeye vesile olmaktadır. Peygamber Efendimiz (sav) sağlıklı olmanın cennet nimeti olduğunu şöyle bildirmiştir:

Mu'âz bin Abdu'llah babasından ve amcasından anlatır: "Peygamber 'aleyhi's-selâm buyurdu ki: "Zenginlik hoştur, takva ile olursa zarar vermez. Sağlık, takva ile olursa, zenginlikten üstündür. Sağlıklı olmak, cennet ni'metlerindedir."

Tedavi Olmak ve İlaç Kullanmak

Dünya hayatında ortaya çıkan hastalıklar, Yüce Allah`ın kulları için yarattığı önemli birer imtihandır. Bu hastalıklar nedeniyle tedavi olup ilaç kullanabilmekse Rabbimiz`in bu imtihanları kolaylaştırdığı bir rahmetidir. Bugün birçok hastalık, geliştirilen tedavi yöntemleri ve ilaçlar vesilesiyle tedavi edilebilmekte ve hasta kişilerin çeşitli hastalıkları kısa sürede geçirmeleri sağlanmaktadır.

Peygamberimiz (sav) de, hastalıkların şifasıyla birlikte yaratıldığını anlatmış ve şifa için gerekli sebepleri yerine getirmeyi tavsiye etmiştir. Bunlar arasında doktora başvurma ve ilgili ilacı kullanma da bulunmaktadır. Peygamber Efendimiz (sav)`in konuyla ilgili hadisleri şu şekildedir:

"Hak Te'âlâ şifâsını yaratmadığı hiçbir türlü dert yaratmamıştır. Her kim o şifâyı bilirse ilâç edip kurtulur, her kim bilemezse o dertle kalır. Fakat ölümün dermanı yoktur."

Hilâl bin Yesâr anlatır: *"Peygamber aleyhi's-selâm bir hastayı sormaya varmıştı. Buyurdu ki: "Tabip getirin." Dediler ki: "Yâ Resûlullah, sen de mi tabip getirmek buyuruyorsun?" Buyurdu ki: "Evet. Hak Te'âlâ devasını birlikte indirmedigi hiçbir dert göndermemiştir."*

Sağlığın Başlıca Şartı: Temizlik

İslamiyet`te manevi temizlik gibi maddi anlamda temizlik de başlıca unsurlardan biridir. Müslümanlara yakışan, Rabbimiz`in farz kıldığı ibadetleri yaparken gösterdiği hassasiyeti her an temizlik için de göstermektedir. Yüce Allah Kuran`da Hz. İbrahim`e oğlu Hz. İsmail ile birlikte, ibadet edecek Müslümanlar için Kabe`yi temizlemesini emretmiş ve temizlik konusunun önemini bildirmiştir:

...İbrahim ve İsmail'e de, "Evimi, tavaf edenler, itikafa çekilenler ve rüku ve secde edenler için temizleyin" diye ahid verdik. (Bakara Suresi, 125)

Temizliğe bu denli dikkat çekilmesinin bir diğer nedeni de insan sağlığını korumada önemli bir etken olmasıdır. Hastalıklara neden olan mikroplar, kirli ortamlarda rahatlıkla çoğalıp insan sağlığını tehdit edebilmektedir. Sevgili Peygamberimiz (sav) de *"Temizlik, imandandır."* buyurarak bu konunun önemini vurgulamıştır.

Peygamberimiz (sav)`in temizlik konusunda vurguladığı bir diğer nokta ise yemeklerden önce ve sonra ellerin yıkanması ile ilgilidir. Bu konuyla ilgili hadis şöyledir:

Hz. Selmân radiyallahu anh anlatıyor: *"Tevrat'ta okudum; "Yemeğin bereketi, yemekten sonra (el ve ağzı) yıkamadır" diyordu. Bunu Resûlullah aleyhissalâtu vesselâm'a söyledim: "Yemeğin bereketi yemekten önce ve sonraki yıkamalardadır!" buyurdular."*

Sıkıntının Hastalıklara Sebep Olması

Depresyon, çağımızın en sık rastlanan hastalıklarındandır. Bu hastalığa neden olan sıkıntı ya da günümüzde sıkça kullanılan deyimıyla stres pek çok hastalığı beraberinde getirmekte, kanserden kalp hastalıklarına

kadar pek çok hastalığa neden olabilmektedir. Bunun sebebi incelendiğinde, hücreler arasındaki hassas dengelerin sıkıntıdan direkt olarak etkilendiği görülmektedir.

Örneğin bağışıklık sistemimiz bizi kanser dahil pek çok hastalığa karşı korumaktadır. Sağlıklı bir bağışıklık sistemi ancak stresten uzak bir yaşam tarzı ile mümkündür. Sıkıntı ve kuruntular olmadığında, lenfositlerimiz enfeksiyonlara, romatizmal hastalıklara ve hatta kansere karşı daha etkili bir mücadele vermekte ve başarı kazanmaktadırlar.

Bunun için de dua ve tevekkül şarttır. Kuşkusuz Allah`a devamlı dua eden, başına gelen her olayın Allah`ın verdiği özel birer imtihan olduğunun farkında olan ve tevekkül eden bir mümin sıkıntıdan daha çabuk kurtulacaktır. Yüce Rabbimiz`in sıkıntıları gideren ve duaya cevap veren sıfatları Kuran`da şöyle bildirilmektedir:

Ya da sıkıntı ve ihtiyaç içinde olana, Kendisi'ne dua ettiği zaman icabet eden, kötülüğü açıp gideren ve sizi yeryüzünün halifeleri kılan mı? Allah ile beraber başka bir İlah mı? Ne az öğüt-alıp düşünüyorsunuz. (Neml Suresi, 62)

Peygamberimiz Hz. Muhammed (sav), sıkıntının hastalıklara yol açtığını şu hadisi şeriflerinde de buyurmuşlardır:

Ebû Hüreyre anlatır: "Peygamber aleyhi's-selâm buyurdu ki: "Her kimin huyu kötü olsa, kendi nefsinin sıkıntıda tutar ve her kimin kederi çok olsa, kendisini hasta eder."

İbni Mes'ûd anlatır: "Peygamber aleyhi's-selâm buyurdu ki: "Çok türlü kaygılanmalar, çok türlü hastalıklar getirir."

<https://www.harunyahya.info/makaleler/peygamberimizsavin-sagliga-verdigi-onem>