

Sağlıklı ve güçlü bir insanın, hasta ve zayıf insandan daha faydalı olduğu izahtan varestedir. Zira sağlıklı insan dünyaya ait işlerini en iyi şekilde yürütebildiği gibi ibadetlerini de hakkıyla yerine getirebilir. Bu nedenle Resulullah (s.a.v.) sağlıklı olmaya büyük önem vermiş ve şöyle buyurmuştur:

"Kuvvetli mü'min, Allah Katında zayıf müminden daha hayırlı (daha üstün) ve daha sevimlidir. (Bununla beraber) her ikisinde de hayır vardır. Sana yararlı olan şeyi elde etmeye çalış. Allah'tan yardım dile ve asla acz gösterme. Başına bir şey gelirse, "Eğer (keşke) şöyle yapsaydım, şöyle olurdu!" diye hayıflanıp durma. "Allah'ın takdiri bu. O, ne dilerse yapar." de. Çünkü "eğer (keşke)" kelimesi, şeytanı memnun edecek işlerin kapısını açar." (Müslim, Kader, had.34; İbni Mace, Zühd, B.14)

Hadiste sağlıklı insanın savaşta düşmana karşı daha güçlü, iyiliği emretmek ve kötülükten nehyetmek hususunda kuvvetli, dünyevi sıkıntılara karşı sabırlı olacağı, namaz ve oruç gibi ibadetleri rahatça yapabileceği belirtilmektedir. Ancak Hobbes'un felsefesinde yer alan "insan insanın kurdudur/

güçlü olan

zayıf olanı yok eder/ büyük balık küçük balığı yer" anlayışına da İslam dininde yer yoktur.

Yukarıdaki hadisin devamı okunduğunda insanın

güçlü veya zayıf olmasında b

ir hikmet olduğundan söz edilmektedir.

"İnsanlardan çoğunun aldandığı (ve kıymetini bilemediği) iki nimet vardır: Sağlık ve boş vakit." (Buhari, Rikak; Tirmizi, Zühd, B.1; Ahmed b. Hanbel, I, 258)

Bu hadiste de sağlığın kıymetinin bilinmesi gereken büyük bir nimet olduğu anlatılmaktadır. İnsanların gerçekten kıymet bilmediği iki şey, Peygamber Efendimizin (s.a.v.) de işaret buyurduğu gibi vücut sağlığı ve boş vakitlerdir. İkisini de heba etmeye bayılırız ve iş iştten geçince de geçmişte yaptıklarımıza yanarak hayıflanırız. Boş vakitleri değerlendirmediklerimiz için biriken işlerimize bahanemiz hazırdır. "*Vaktimiz yok!*" Ya kaybedilen sağlık için bir bahanemiz var mıdır? Yoktur elbette... O zaman boşa harcadığımız sağlığımızı, Rabbimizin izni ile tekrar kazanmak için tevekkül etmemiz gerekir. Unutmayalım ki her hastalığın bir ilacı vardır ve aşağıdaki hadislerde de buna dikkat çekilmektedir.

Tıbb-ı Nebevi Bağlamında Sağlıklı Yaşamın Önemi

Necip Fazıl tarafından yazıldı.

Cumartesi, 29 Mart 2014 23:53 - Son Güncelleme Çarşamba, 13 Nisan 2022 02:06

“Yedi şey gelmeden önce iyi amellerle koşun: Unutkanlık getiren fakirlik, azdıran zenginlik, (sağlığı) bozan hastalık, bunaklaştıran yaşlılık, ansızın gelen ölüm, beklenen (ve) bilinmeyen şerlerin en kötüsü Deccâl veya daha korkunç ve daha acı olan kıyametten başka bir şey mi bekliyorsunuz?”.(Tirmizi, Zühd, B.3)

Peygamber Efendimizin (s.a.v.) kendi sağlığı için şöyle dua ederdi: “Allahım! Bedenime, gözlerime ve kulaklarıma sıhhat ver.” (Ebu Davud, Edep, B.101; Ahmed b. Hanbel, V, 42)

Herhangi bir kimse Müslüman olduğunda Peygamber Efendimizin (s.a.v.) o kimseye namaz kılmayı öğretir, sonra da ona şu kelimelerle dua etmeyi tavsiye ederdi: “Allahım! Beni affet, merhamet et, doğru yola ilet, bana sıhhat ver ve beni rızıklandır.” (Müslim, Zikr, had.35)

Bir adam Peygamber Efendimizin (s.a.v.)’e gelerek şöyle dedi: “Ya Resulullah! Duanın hangisi daha faziletlidir? O zaman Peygamber Efendimizin (s.a.v.) şöyle buyurdu: “Rabbinden dünya ve ahrette lutuf ve afiyet iste.” (İbni Mace, Dua, B.5; Ahmed b. Hanbel, I, 3-5)