

“TİBB-I NEBEVÎ” (PEYGAMBER TIBBI) ADLI ESERDEKİ SAĞLIK BİLGİLERİ ÜZERİNE

Tuncer GÜLENSOY*

İslâm Peygamberi Hz. Muhammed’in sağlığında hastalığa karşı kullandığı bazı *otlar*, *sebzeler*, *meyveler*, *sütler* (*sığır sütü*, *eşek sütü*, *at sütü*, *deve sütü*), *tereyağı*, *kaymak* ile bazı *meyve* ve *sebzeler* hakkında verdiği bilgiler ve râviler (rivâyet edenler: *Abdullah bin Mes’ud*, *Ebû Hüreyre*, *Ebû Sa’îd-Huzrî*, *Üsâme bin Zeyd*, *İbni Abbas*, *Harb bin Meymûn*, *Câbir*, *Ebû Derdâ*, *Câbir bin Abdullah*, *Hilâl bin Yesâr*, *Zeyd bin Eslem*, *Mücâhid*, *Amru ibni Şu’ayb*, *Ümm-i ‘Atiyye*, *Ümm-i Selim*, *Enes bin Mâlik*, *Ebu Dedâ*, *Süveyd bin Târik*, *‘Âyişe*, *Hâfız Ebû Na’im*, ... vb ları) tarafından aktarılan bilgiler, Hâfız-Ebû Na’im tarafından derlenip bir araya getirilerek Arapça olarak yazılmış; XV. yüzyılda Germiyanoğlu ve Kütahya’da kadılık yapan Türk yazarlarından Ahmed-i Dâ’î (Ahmed bin İbrâhîm bin Muhammede’l-Ma’rûfu bi’-d-Dâ’î) tarafından Türkçeye tercüme edilmiş ve Umur bin Temürtaş’a takdim edilmiştir. Ahmed-i Dâ’î, 1410’da Germiyanoğlu emiri Emir Süleyman Çelebi’nin öldürülmesi üzerine, Çelebi Mehmed’in himâyesine girmiş, Çelebi Mehmed’in oğlu Murad’a hocalık yapmak üzere sarayda görevlendirilmiştir.

Ahmed-i Dâ’î’nin “Tıbb-ı Nebevî”den başka: 1) *Tercüme-i Tefsîr-i Ebû’l-Leys es-Semerkandî*; 2) *Miftahü’l-Cenne*; 3) *Tercüme-i Kitâbü’l-Ta’bir-nâme*; 4) *Tercüme-i Eşkâl-i Nasîr-i Tûsî*; 5) *Teressül*; 6) *Tercüme-i Tezkiretü’l-Evliyâ*; 7) *Vesiletü’l-Mülûk fi ehli’s-sülûk*; 8) *Farsça Divân*; 9) *Türkçe Divân*; 10) *Ukudü’l-Cevâhir*; 11) *Camasb-nâme*; 12) *Çeng-nâme*; 13) *Vasiyyet-i Nûşirevân-ı Âdil be-Pusereş Hürmüz-i Tâcdâr* adlı eserleri vardır.

Tıbb-ı Nebevî’de, tedavi için kullanılan ilâçlar genellikle “ot”lardan yapılmaktadır. Tedavi için kullanılan “*deve sütü*”, “*eşek sütü*” gibi sütleri içmenin vücuda yararlı olduğu Hz. Peygamber tarafından beyan edilmiştir.

Aşağıda madde başlarında adları belirtilen konular ya Hz. Peygamber ya da ondan rivâyet eden kişilerin anlattıkları üzerinden açıklanmıştır. Maddeler alfabetik olarak değil konuya göre ele alınmıştır. Eserde dua, efsun ve dağlama ile yapılan tedaviler de yer almaktaysa da burada verilmemiştir.

* Prof. Dr., Erciyes Üniversitesi Emekli Öğretim Üyesi, Edebiyat Fakültesi, Türk Dili ve Edebiyatı Bölümü, Kayseri/Türkiye, t.gulensoy@gmail.com, ORCID: 0000-0002-3052-2518

Eserde Yer Alan Başlıklardan Bazıları

Su, içilir şeylerin üstünü ve daha faydalıdır; bedenin rutubetini korur. Bütün şeyler sudan yaratılmıştır. İçecek şeylerin dünyada ve âhirette su’dur. Suyu süze süze içmek sindirici olur, hem de faydası vardır. Suyu içtiğinizde süze süze için; yarılara yarılara içmeyin ki ciğer ağrısı getirir ve tutkunluk yapar.

Eşek Sütü için ruhsat vardır ve onunla devâ edinmek câizdir.

Sığır Sütü, sığırın sütü ve yağı devadır. Fakat etinden sakının ki eziyettir.

Koyun Sütü, yağlıdır, suyla karıştırıp içtikleri zaman *baş ağrısına* devâ olur.

Deve Sütü, karın ağrısına fayda verir ve yaramaz suların zararını giderir; sıtmaya iyi gelir.

At Sütü, “Câbir, ‘Peygamber zamanında at sütü içerdik ve at eti yedik.’” diye anlatır. (*At sütü, eski Türklerden günümüze kadar içilen ve adına kımız denilen bir içkidir. Az fermente edilmiş ise “ak kımız”, çok fermente edilmişse “kara kımız” denir.*)

Süt ile Hurma, insanı şişmanlatır ve sağlıklı yapar.

Süt ile Tereyağı, sütle yağı ne zaman bir yerde karıştırırsalar, hiçbir şey zarar vermez ve bütün dertlere şifâ verir.

Çiğ Süt, insanı şişmanlatır, öksürüğe fayda eder, nefes darlığını giderir, erkeklik gücünü artırır.

Taze Süt, İnsanın bünyesi kabız olursa, taze süt içmesi gerekir. Çok türlü derde devadır.

Kaymak, temriyeye fayda verir ve göğüs kabarıklığını giderir.

Bal yiyince gönlü sevindirir, gözü aydın eder. Her bir derde deva eylemekte baldan daha üstün bir şey yoktur. Böğürde olan sancı için “Balla suyu kaynatıp onu içsinler.”

Çörek Otu, bir kişinin içi ağrısına, bir avuç çörek otu alsın, tutamla ağzına koysun, çiğnesin ve üzerine bal şerbeti içsin.

Peynir, mideye kuvvet verir, yemekten sonra yenirse yemeği sindirir ve kabızlığı giderir.

Peynir ile Ceviz, ikisi birlikte karıştırıldığında devâ olur.

Tereyağı, bütün yağlardan faydalıdır, iyi gıda verir ve insanın tenini yumuşak tutar.

Zeytin Yağı ile deva ediniz; basura faydası vardır. *o, mübarek ağacın, zeytin ağacının yemişinden hasıl olur. Zeytin yağını yiyiniz ve sürünüz. “Her kim zeytin yağı sürünse, 40 güne kadar şeytan yanına gelmez.”*

Menekşe Yağı, İslâm dinin geri kalan dinler üzerine fazileti gibidir. Menekşe yağı yazın soğutur, kışın ısıtır.

İç Yağı, devâdır; her kim iç yağı yerse o yağ kadar teninden dert eksilir.

Yağ Sürünmek, bedeni yumuşak eder, sağlıklı tutar ve yüz hastalığını giderir.

Üzüm Özü, üzüm şirasının kaynatılması ile elde edilir, şifa verir.

Kuru Üzüm, iyi gıdadır; aç karnına yiyince çok türlü dertlere devası vardır; sinirleri sağlamlaştırır, kızgınlığı sakinleştirir, ağız kokusunu güzel eyler, balgamı keser, benzi hoş eyler. Az yenirse fayda verir, çok yenirse zarar verir. Kuru üzüm şerbetleri (hoşaf) insanı şişmanlatır.

Kızıl Üzüm, her kim aç karnına 21 tane kızıl üzüm yese asla bedeninde yaramaz bir şey görmez, unutkanlığı gider ve her ne işitse ezberleyici olur.

Karadüğleği (Hanzal, Ebû Cehil karpuzu), yenmez, yarmaz kokulu bir şeydir.

Pekmez, balgamı keser, soğuk mizaçlı kişiye fayda verir, yemeği hazmettirir ve iştaha açar.

Sarımsak, sırt ve göğüs ağrısına iyi gelir.

Hurmanın azıcığı devadır ve çoğu yemektir; kulunç hastalığına iyi gelir.

Kimyon, tohumlarından, insanoğlunun midesine girip bozulmayan ve değişmeyen şeydir.

Hardal, bütün dertlere devadır.

Kabak Aşısı, akli artırır ve beyne kuvvet verir.

Nar yemek kalp çarpıntısını giderir ve yüreğe kuvvet verir.

Günlük ve Güveyi Otu (=mercanköşk)nu evinizde tütsüleyici olun. Mercanköşk koklayın, nezleye fayda verir.

Günlük, Hâmile kadınlara günlük yedirince, karnındaki çocuk erkek ise “*zeki ve akıllı*”; kız ise “*huyu güzel, uzuvları sağlıklı ve dolgun*” olur.

Mantar Suyu, göze şifadır. Mantar, havadaki maddelerle yetişen, gökten yağmıştır.

Oruç, damarları temizler, pâk eyler. Nefs ve şehvet kuvvetini sakinleştirir.

Soğuktan Sakınma, bütün hastalıkların aslı soğuktandır.

Güneşe Karşı Oturmak, insanın benzini bozlaştırır, tenini kurutur, derisini bozar ve kavurur.

Yumurta Yemek, dâima yumurta ye, hangi yumurta olursa olsun ye.

Hacamat, (Baştan, Ensedan) Hacamat Etmek 7 türlü derde devadır: *deliliğe, cüzzama, barasa, diş ağrısına, baş ağrısına, göz kararmasına ve uyku basmasına* iyi gelir. [Haccam=kan alıcı, hacimat eden.]

Kına Yakmak, benzinizi güzel eyler ve erkeklik gücünü artırır.

Kına Çiçeği, dünyada ve âhirette çiçeklerin en efendisi, yücesidir. Abdullah bin Râfi’ annesi Selmâ’dan anlatır (*Selmâ, Peygamberin evinde hizmet eden bir kadın*), birimizin ayağı ağrıdığı zaman kına yakınız derdi. Peygamberin mübârek teninde uyuz ve sivilce çıktığı zaman, başı ağrıdığı zaman kına yakardım.

Mercimek Yemek, Mercimek gönlü yufka eyler, gözü yaşlı eyler ve gönülden kiri giderir. O velîlerin yemeğidir.

Mersin dünya çiçeklerinin yücesidir.

Mide, insanoğlunun havuzudur ve damarlar “arklara” benzer. Mide sağlıklı olduğunda, bütün uzuvlar sağlıklı olur. Mide içindeki gıda yaramaz olduğunda, bütün uzuvların hâli yaramaz olur.

Et Yemek, insan et yese, gönlünde ferahlık olur. Yemeklerin üstünü ve daha faydalısı “pirinçle ettir.” Et insanın benzini berraklaştırır.

Koyun Boynu, koyunun boynu iyidir. Dertten uzak tutar.

Koyunun Kol Eti ve Sırt Eti, Peygamber koyunun sağ yarısını, kolunu ve sırt etini severdi.

Sağlık, gizli bir padişahlıktır. Kimse sağlığın kadrini bilmez; bir saat kederlenmek bir yıllık yaşlanma getirir. dostlardan ayrılmak insanın bedenini eritir.

Tirit, tiritlerin iyisi sığır eti çorbasıdır.

Akrep Sokması için tuzlu suyu akrebin soktuğu yere sürmek gerekir.

Ayva, Yüreği kuvvetlendirir ve gönlü ferahlandırır, kalp çarpıntısını giderir. Ayvayı aç karnına yiyiniz, yüreğin hararetini sakinleştirir ve mideye kuvvet verir.

Çekirge, Peygamber yağla kavrulmuş çekirgeyi gazalarda yemiştir.

Kaygılanmalar çok türlü hastalıklar getirir. Ölüm kaygısı insanı zayıflatır. AKARSUYA bakmak, Kur’an okumak ve sevgili dostların yüzüne bakmak kaygı giderir.

Göz Değmesi haktır, olur. Zararı insana ve herşeye erişir.

Sarhoşluk, insanoğlunda sarhoşluk olsa aklın üzerine gâlip olur.

Üç Türlü Şeye Bakmak Göz Nûrunu Artırır ve Göze Cila Verir: 1) Akarsuya bakmak; 2) Yeşil çimene bakmak; 3) Güzel yüze bakmak.

Yürümek, yürüyünce hızlı hızlı yürüyücü olunuz. Aza zahmet çekersiniz, çok yol alırsınız. Hızlı hızlı yürümek insanın bedeninin hafifleştiri ve çabucak menzile ulaştırır.

“*Tıbb-ı Nebevî*”de daha başka bilgiler ve öğütler de yer almaktadır. Konu ile ilgilenenler bu konularda da araştırma yapabilirler.

(Ağustos 2020, Ankara)