

---

Bartın Üniversitesi  
İslami İlimler Fakültesi Dergisi  
ISSN: 2148-3507  
e-ISSN: 2619-3507  
Sayı: 16  
Güz 2021  
BARTIN – TÜRKİYE



Bartın University  
Journal of Islamic Sciences Faculty  
ISSN: 2148-3507  
e-ISSN: 2619-3507  
Number: 16  
Autumn 2021  
BARTIN – TURKEY

---

## İSLÂM HUKUKU VE SAĞLIK AÇISINDAN MAZMAZA, İSTİNŞÂK VE İSTİNSÂR'IN ÖNEMİ

THE IMPORTANCE OF MAZMAZA, ISTINSAK AND ISTINSAR IN TERMS OF ISLAMIC LAW AND HEALTH

**Mehmet ERGÜN**

Dr. Öğr. Üyesi, Bartın Üniversitesi, İslami İlimler Fakültesi, Bartın/Türkiye  
*Assist. Prof., Bartın University, Faculty of Islamic Sciences, Bartın / Turkey*

[mehmetergun61@hotmail.com](mailto:mehmetergun61@hotmail.com)

[orcid.org/0000-0002-6149-2358](https://orcid.org/0000-0002-6149-2358)

### **Makale Bilgisi/Article Information**

**Makale Türü/Article Types:** Araştırma Makalesi/Research Article

**Geliş Tarihi/Received:** 11 Ekim /October 2021

**Kabul Tarihi/Accepted:** 30 Aralık /December 2021

**Yayın Tarihi/Published:** Aralık /December 2021

**Atıf/Cite as:** Ergün, Mehmet. "İslâm Hukuku ve Sağlık Açısından Mazmaza, İstinşâk ve İstinsâr'ın Önemi". *Bartın Üniversitesi İslami İlimler Fakültesi Dergisi* 16 (Aralık 2021), 182-197.

**İntihal/Plagiarism:** Bu makale, en az iki hakem tarafından incelendi ve intihal içermediği teyit edildi. / This article has been reviewed by at least two referees and scanned via a plagiarism software.

**ÖZ**

Ağız ve burun kişinin dış etkenlere maruz kalan organlarının en başında gelir. Çünkü bakteri, virüs ve mikropların birikmesine ve yuvalanmasına uygun olan ortamı sağlayabilen yapılarının yanında, ayrıca ağız ile burundan sürekli besin maddeleri ve hava alındığından dolayı bu organlarda zararlı organizmalar çokça kümeleşebilir. Bu nedenledir ki, ağız ve burnun sık aralıklarla temizlenmesi kişisel hijyen ve sağlık açısından çok faydalı ve gereklidir. Bundan dolayıdır ki, sünnet, ağız ve burun gibi insan sağlığı bakımından çok önemli olan organların yıkanmasını sadece namaz vakitleri ile sınırlandırmamıştır. Öyle ki, Hz. Peygamber (s.a.v.) kendisi ağız ve burun hijyenine çok dikkat ettiği gibi, ümmetine de bunu çokça ikaz etmiştir. Hatta O'nun hem gece uykusundan kalktığında ve hem de çarşı-pazardan evine döndüğünde ilk yaptığı şey ağız temizliği olurdu. Başta ağız ve burun temizliği olmak üzere, insan kişisel temizliğine dikkat etmezse bazı hastalıklara yakalanabilir, bağışıklık sistemi zayıflayarak sağlığı bozulabilir, yaşam kalitesi düşebilir. Bu da kişiyi Allah Teâlâ katında sorumlu kılabilir. Zira dine göre, kişi sağlığını korumakla yükümlüdür. Modern tıbbın bilimsel veri ve bulgularına göre, düzenli bir şekilde yapılan ağız ve burun temizliği bakteri, virüs ve mikroplardan korunmak için en az el hijyeni kadar önemli koruyucu tedbirlerdir. Bundan başka her medenî insan ve dinî hassasiyeti olan kişi bilir ki, ağız ve burun temizliğine dikkat etmeyen kişi hem melekleri hem de çevresindeki insanları rahatsız edebilir. Bu sebeptendir ki, İslâm dininde abdest ve gusül sırasında ağzın su ile iyice çalkalanarak yıkanması, burun içine verilen suyun da şiddetlice çekilerek burnun mükemmel bir şekilde temizlenmesi gerekli görülmüştür. Özellikle insanın sağlığına ve yaşam kalitesine olan katkıları ve diğer bir takım hikmetleri sebebiyle mazmaza, istinsâk ve istinsâr işlemlerinin üçer defa yapılması hem Hz. Peygamber'in (s.a.v.) hem de önceki peygamberlerin (a.s.) âdetleri olup mükemmel birer temizlik şeklidirler. İşte bu incelememizde "İslâm Hukuku ve Sağlık Açısından Mazmaza, İstinsâk ve İstinsâr'ın Önemi" meselesini modern tıbbın bilimsel bulgu ve verilerinden yararlanarak ele alacağız.

**Anahtar Kelimeler:** İslâm Hukuku, Sağlık, Mazmaza, İstinsâk, İstinsâr, Gargara, Nazal Yıkama.

**ABSTRACT**

The mouth and nose are the most important organs of the person that are exposed to external factors. Because in addition to their structures that can provide an environment suitable for the accumulation and nesting of bacteria, viruses and microbes, these harmful organisms can accumulate in these organs because of the continuous intake of nutrients and air from the mouth and nose. For this reason, frequent cleaning of the mouth and nose is very useful and necessary in terms of personal hygiene and health. Therefore, the Sunnah did not limit the washing of organs such as the mouth and nose, which are very important for human health, to only prayer times. So as the Prophet (pbuh) paid great attention to oral and nasal hygiene, they also warned his ummah to do so. Moreover, the first thing he did when he woke up at night and when he returned home from the bazaar-market was mouth cleaning. If a person does not pay attention to his personal hygiene, especially mouth and nose cleaning, he may catch some diseases, his immune system will weaken, his health may deteriorate, and his quality of life may decrease. This can make a person responsible in the sight of Allah. Because, according to religion, a person is responsible for protecting his health. According to the scientific data and findings of modern medicine, regular mouth and nose cleaning are at least as important protective measures as hand hygiene to prevent bacteria, viruses and germs. Besides, every civilized person and religious sensitive person knows that a person who does not pay attention to the cleanliness of the mouth and nose can disturb both the angels and the people around him/her. Therefore, in the religion of Islam, it is commanded to rinse the mouth thoroughly with water during wudu and ghusl, and to clean the nose perfectly by drawing the water into the nose vigorously. Especially due to their contribution to human health and quality of life and some other wisdoms, performing mazmaza, istinsâk and istinsâr three times is the custom of both the Prophet (pbuh) and previous prophets (peace be upon them) and they are perfect forms of cleaning. In this study, we will deal with the issue of "The Importance of Mazmaza, Istinsâk and Istinsâr in Terms of Islamic Law and Health" by making use of the scientific findings and data of modern medicine.

**Keywords:** Islamic Law, Health, Tor is the mouht, Sniffing, Inhalation of water, Inhalation of water and forcing it out, Mouthwash, Nasal Washing.

## GİRİŞ

Genel anlamda temizlik ve hijyen meselesi İslâm dininin birincil ve en mühim öğretilerinden birisidir. Bunun bir göstergesidir ki, fıkıh ve hadis müelliflerinin büyük çoğunluğu eserlerinin sistematüğinde “Tahâret” konusunu diğer bahislerden öne almışlardır.<sup>1</sup> “*Elbiseni tertemizle.*”<sup>2</sup> “*Allah temizdir, temizliğı sever.*”<sup>3</sup> “*Temizlik imandandır.*”<sup>4</sup> “*Temizlik imanın yarısıdır.*”<sup>5</sup> nassları temizliğin önemini ve gerekliliğini ifade eden birçok nassan sadece bir kaçıdır. Çünkü kişisel temizliğe dikkat edilmediğinde ibadetlerin sıhhatinin zedelenmesi dışında bazı hastalıklara yakalanmak, bağışıklık sisteminin zayıflaması ve kişilerin zarar görmesi mukadder olduğu için İslâm dini ağız-boğaz ve burun organlarının temiz tutulmasını çok önemsemiştir. Hatta Hz. Peygamber’in (s.a.v.) ağız temizliğine özen göstermeyen kişileri ikaz ettiği de olmuştur.<sup>6</sup>

Üst solunum yolları üzerindeki katkısı nedeniyledir ki, Hz. Peygamber (s.a.v.) ağız sağlığına çok dikkat ettiği gibi, ümmetine de ağız ve burun hijyenini emretmiştir. Hatta gece uykudan kalktığında,<sup>7</sup> namaz için evinden her çıktığında<sup>8</sup> ve evine her girdiğinde ilk yaptığı şey dişlerini misvaklayıp ağızını temizlemek olurdu.<sup>9</sup> Zira sürekli ve esaslı bir şekilde yapılan ağız-boğaz ve burun temizliğı bakteri ve salgın hastalıklardan korunmanın en etkili yöntemleridir.<sup>10</sup> Çünkü üst solunum yolları olarak adlandırılan ağız-boğaz ve burun organları organizmaya açılan birer kapı mesabesinde olduklarından dolayı sağlıklı bir beden için mazmaza, istinşâk ve istinsâr çok önemlidir. Nitekim Hz. Peygamber’in (s.a.v.) Enes b. Mâlik’e (öl. 93/711-712) (r.a.) talimat verdiği sekiz husustan olan “abdest”, “gusül” ve “Resûlullah’ın sünnetine tabi olmak”<sup>11</sup> konuları mazmaza, istinşâk ve istinsârı da içeren direktifler sağlıklı ve kaliteli bir yaşam için son derece mühimdir. Bu bağlamda ağız-boğaz ve burun temizliğine özen göstermek Resûlullah’ın sünnetine tabi olmak cümlesindedir.

<sup>1</sup> İbrahim Canan, *Hz. Peygamber’in Sünnetinde Terbiye* (Ankara: DİB Yayınları, Gaye Matbaası, 1980), 228.

<sup>2</sup> Hasan Basri Çantay, *Kur’ân-ı Hakîm ve Meâl-i Kerîm* (İstanbul: 1985), el-Müddessir 74/4.

<sup>3</sup> Ebû ‘İsâ Muhammed b. ‘İsâ b. Servet et-Tirmizî, *el-Câmi‘u’s-şahîh* (İstanbul: Çağrı Yayınları, 1981), “Edeb”, 41.

<sup>4</sup> Ebû'l-Hüseyn Müslim b. el-Haccâc el-Keşeyrî en-Nîsâbüri, *el-Câmi‘u’s-şahîh* (İstanbul: Çağrı Yayınları, 1981), “Tahâret”, 1.

<sup>5</sup> Müslim, “Tahâret”, 1.

<sup>6</sup> Ahmed b. Hanbel, *el-Müsned* (İstanbul: Çağrı Yayınları, 1982), 1/214.

<sup>7</sup> Müslim, “Tahâret”, 46, 47.

<sup>8</sup> Canan, *Hz. Peygamber’in Sünnetinde Terbiye*, 231.

<sup>9</sup> Müslim, “Tahâret”, 43; Canan, *Hz. Peygamber’in Sünnetinde Terbiye*, 231.

<sup>10</sup> Ahmet Polat, “Hikmet-i Teşri‘ Bağlamında Abdest ve Namazın İnsan Sağlığı ile İlişkisi”, *Academic Platform Journal of Islamic Research* 4/3 (2020), 415.

<sup>11</sup> Diğer talimatlar için bk. Canan, *Hz. Peygamber’in Sünnetinde Terbiye*, 139.

Modern tıbbıya göre de kaliteli, sağlıklı ve hijyenik bir yaşam açısından gün içerisinde ağız ve burnu belli aralıklarla su ile özenle yıkayıp temizlemek bakterilere karşı en az el hijyeni kadar etkili bir önlemdir. Gargara sıvılarında olduğu gibi, su ile ağız iyice çalkalamak (mazmaza) ve buruna şiddetle su çekmek (istinşâk) olası zararlıları parçalayarak etkisiz hale getirip enfeksiyon oluşturmalarına engel olabilir. Bu bağlamda ağız-boğaz ve burun temizliğinin tıbben ve sağlıklı bir yaşam açısından önemini sağlık bilimci Osman Müftüoğlu şöyle ifade etmiştir: “*Bana sorarsanız, düzenli ağız temizliği virüsten korunmada el temizliği kadar önemli bir ayrıntıdır.*”<sup>12</sup>

Suyla gargara yapmanın, ağız çalkalamanın diş eti hastalıklarına, iltihaplanmalara ve diş çürümelerine karşı koruyucu yönü vardır. Burnu iyice yıkayıp sümürmenin de (istinşâk ve istinsâr) burun ve solunum sistemi yoluyla vücuda dağılacak olan mikropların sümürerek dışarı atılmasını sağlar.<sup>13</sup> Bu ve benzeri faydaları nedeniyledir ki, İslâm hukukunda mazmaza<sup>14</sup>, istinşâk<sup>15</sup> ve istinsâr gerekli görülmüştür.<sup>16</sup> İşte bu makalede mazmaza, istinşâk ve istinsâr kavramları ele alınarak meselenin önemi ve bazı yararları üzerinde durularak değerlendirme ve sonuca varılacaktır.

## 1. Mazmaza

Mazmaza/مضمضة sözlükte suyu ağızda kuvvetle hareket ettirip ağız iyice çalkalamak demektir.<sup>17</sup> Fıkıh ıstılahında ise mazmaza şu anlamlara gelir:

a- Abdest veya gusül esnasında suyun bütün ağız istiap eyleyip kaplaması, ağza su verip ağızın iyice çalkalanması demektir.<sup>18</sup>

b- Abdest ve gusül esnasında ağız su ile iyice çalkalayıp yıkamak demektir.<sup>19</sup>

<sup>12</sup> Hürriyet, “Gargara konusu yine gündemde.” (Erişim 9 Ağustos 2021).

<sup>13</sup> Namaz Sitesi. “Abdestin Sağlığa Faydaları.” (Erişim 11 Ağustos 2021).

<sup>14</sup> Burhânüddîn ‘Alî b. Ebî Bekr el-Merğînânî, *el-Hidâye şerhu Bidâyeti'l-mübtedî* (Beyrüt: Dâru'l-Kütübi'l-İlmiyye, 1990), 1/16, 17.

<sup>15</sup> Merğînânî, *el-Hidâye*, 1/17; Muhammed Emîn İbn ‘Âbidîn, *Reddü'l-muhtâr ‘ale'd-Dürri'l-muhtâr* (İstanbul: Kahraman Yayınları, 1984), 1/115 vd.

<sup>16</sup> Mâlik b. Enes, *el-Muvaftâ* (İstanbul: Çağrı Yayınları, 1981), “Tahâret”, 30; Ebû İshâk İbrâhîm b. ‘Alî b. Yûsuf el-Firûzâbâdî eş-Şîrâzî, *el-Mühezzeb* (b.y.: Dâru'l-Kütübi'l-İlmiyye, ts.), 1/37.

<sup>17</sup> Ebû ‘Abdillâh Muhammed eş-Şevkânî, *Neylül-evtâr şerhu Münteke'l-aḥbâr min eḥâdis-i Seyyidi'l-ahyâr* (Beyrüt: Dâru'l-Cil, 1973), 1/172; Muhammed Hamdi Yazır, *Alfabetik İslâm Hukuku ve Fıkıh İstılahları Kâmûsu*, haz. Sıtkı Gülle (İstanbul: Eser Neşriyat, 1997), 3/391.

<sup>18</sup> Zeynülabidin b. İbrâhîm İbn Nüceym el-Mısrî el-Hanefî, *el-Bahrü'r-râik şerhu Kenzi'd-dekâik* (Beyrüt: Dâru'l-Ma'rife, 2. Baskı, ts.), 1//21; Şevkânî, *Neylül-evtâr*, 1/172; Yazır, *Alfabetik İslâm Hukuku*, 3/391.

<sup>19</sup> Yazır, *Alfabetik İslâm Hukuku*, 3/391; Muhammed b. İsmâ'il el-Kehlânî, *Sübülü's-selâm şerhu Bulûği'l-merâm min edilleti'l-ahkâm* (Beyrüt: Dâr-u İhyâi't-Türâsi'l-'Arabî, 4. Baskı, 1960), 1/42.

c- Abdest ve gusül esnasında suyu boğazın baş tarafına/ileri noktasına kadar ulaştırmak ve gargara yapmak demektir.<sup>20</sup>

d- Abdest ve gusül esnasında ağızda suyu hareket ettirmek, ağız su ile çalkalamak, suyu ağızın en ileri noktasına kadar ulaştırmak, abartılı bir şekilde gargara yapmak demektir.<sup>21</sup>

e- Abdest ve gusül esnasında ağız su ile iyice temizlemek demektir.<sup>22</sup>

Fakihlere göre fikhî hükümleri bakımından farklı hükümlere tabi olan ve abdestte sünnet, gusülde ise farz olan mazmaza<sup>23</sup> Hz. Peygamber'in (s.a.v.) fitrattan saydığı on husustan biridir.<sup>24</sup> Abdest esnasında mazmaza İmam Mâlik (öl. 179/795), İmam Şâfi (öl. 204/819) ve İmam Ebû Hanîfe'ye (öl. 150/767) göre sünnettir. İbn Ebî Leylâ (öl.148/765) ve bir kısım Zâhirîler ile Ahmed b. Hanbel'e (öl. 241/855) göre ise farzdır. Ebû Sevr (öl.161/778), Ebû Ubeyde ile bazı Zâhirî hukukçuların görüşüne göre de sünnettir.<sup>25</sup> Gerek abdestte ve gerekse gusül esnasında oruçlu olmayan kişinin mazmazada mübalâğa yapmasının sünnet oluşu<sup>26</sup> ağız hijyeninde nihai gayeye ulaşmaya matuf nebevî bir teşviktir.

Mazmazanın üç defasının da ayrı ayrı su ile yapılması sünnet olup söz konusu suyun yutulması da mekruhtur. Kişi bir avuç su ile üç defa mazmaza yapsa sünnet yerine gelmemiş olur.<sup>27</sup> Nitekim Resûlullah abdest almak için su istedi, (...) üç defa mazmaza yaptı ve şöyle buyurdu: “*Bu, benim ve benden önceki enbiyanın temizlik şeklidir.*”<sup>28</sup> Hz. Osman da (r.a.)

<sup>20</sup> Ahmed Râfi' et-Tahtâvî, *Hâşiyetü't-Tahtâvî 'alâ Merâkî'l-felâh şerhu Nûri'l-izâh* (Mısır: Matba'a-i Muştafâ Muhammed, 1937), 39.

<sup>21</sup> Muhammed Revvâs Kal'acî, *Fıkıh Lugatı (Arapça-İngilizce-Türkçe)* (İstanbul: Ocak Yayıncılık, 2012), 313.

<sup>22</sup> Seyyid Sâbık, *Fıkıhu's-sünne* (Mısır: Dâru'l-Kitâbi'l-İslâmî, Dâru'l-Hadîs, ts.), 1/41.

<sup>23</sup> Merğînânî, *el-Hidâye*, 1/17; İbn 'Âbidîn, *Reddü'l-muhtâr*, 1/115 vd.

<sup>24</sup> Merğînânî, *el-Hidâye*, 1/16, 17; Muvaffukuddîn Ebû Muhammed b. Ahmed b. 'Abdillâh İbn Kudâme, *el-Muğnî* (Kâhire: Dâru'l-Hadîs, 2004), 1/143.

<sup>25</sup> 'Abdüsselâm b. Sa'îd et-Tenûhî es-Sahnûn, *el-Müdevvenetü'l-kübrâ*, thk. 'Âmir el-Cezzâr-'Abdullâh el-Miñşâvî (Kâhire: Dâru'l-Hadîs, 2005), 1/17 vd.; Ebû'l-Velîd Muhammed b. Ahmed b. el-Hafîd İbn Rüşd, *Bidâyetü'l-müctehid ve nihâyetü'l-mukteşid* (Beyrût: Dâru'l-Ma'rife, 5. Baskı, 1981), 1/10; 'Alâuddîn Ebû Bekr b. Mes'ûd el-Kâsânî, *Kitâbu Bedâi'u's-şanâi' fi tertibi's-Şerâi'* (Beyrût: Dâru'l-Fikri'l-'Arabî, 2. Baskı, 1974), 1/21; İbn Kudâme, *el-Muğnî*, 1/134 vd.; Şemsüddîn Muhammed b. Ahmed el-Hatîb eş-Şirbînî, *Muğnî'l-muhtâc ilâ ma'rifeti me'ânî elfâzi'l-Minhâc*, thk. 'Alî Muhammed Mu'avvad - 'Âdil Ahmed 'Abdülmevcûd (Beyrût: Dâru'l-Kütübî'l-İlmiyye, 1994), 1/170.

<sup>26</sup> Ebû 'Abdillâh Muhammed b. İdrîs eş-Şâfi'î, *el-Ümm*, thk. Muhammed İbrâhîm el-Hıfnâvî (Kâhire: Dâru'l-Hadîs, 2008), 1/188; 'Alâuddîn es-Semerkandî, *Tuhfetü'l-fukahâ*, thk. el-İmâm Muhammed el-Muntasır Billâh el-Kitânîm - Vehbe Mustafâ ez-Zuhaylî (Beyrût: Dâru'l-Kütübî'l-İlmiyye, 2017), 1/14; Şirbînî, *Muğnî'l-muhtâc*, 1/171.

<sup>27</sup> Sahnûn, *el-Müdevvenetü'l-kübrâ*, 1/18, 19; Şemsü'l-Eimme Muhammed b. Ahmed b. Ebî Sehl es-Serahsî, *el-Mebsûf* (İstanbul: Çağrı Yayınları, 1982-1983), 1/5; Kemâlüddîn Muhammed b. 'Abdulvâhid b. Mes'ûd İbnü'l-Hümâm es-Sivâsî, *Şerhu Fethi'l-kadîr (Netâicu'l-efkâr fi keşfi'r-rümûzi ve'l-esrâr tekmilesi ile birlikte)*, 1/25, 26.

<sup>28</sup> Ebû 'Abdillâh Muhammed b. Yezîd el-Kazvîni İbn Mâce, *es-Sünen* (İstanbul: Çağrı Yayınları, 1981), “Tahâret”, 47; İbn Kudâme, *el-Muğnî*, 1/146; 'Abdullâh b. Muhammed b. Mevdûd el-Mevsilî,

abdest suyu istedi (...) üç defa mazmaza yaptı ve şöyle dedi: “Ben, Hz. Peygamber’in bu şekilde abdest aldığını gördüm...”<sup>29</sup>

Hanefilere göre, mazmaza yapmak guslün üç farzından biridir. Mazmazada mübalâğa ve gargara yapmak ve bu işlemi üç defa tekrarlamak ise sünnettir. Abdestte de ağza üç defa su vermek ve bunu üç defa tekrar etmek sünnettir. Ağza sağ elle su verilir, ağza verilen su ile ağız iyice çalkalanır ve bu suyun yutulması da mekruhtur.<sup>30</sup> Hanbelî mezhebine göre de gusül esnasında ağzın yıkanması farzdır. Şâfiî ve Mâlikîlere göre ise, abdest ve gusülde mazmaza yapmak sünnettir.<sup>31</sup>

Görüldüğü üzere, İslâm hukukçuları abdest ve gusül esnasında mazmazanın hükmü konusunda ihtilâf etmişlerdir. Mâlikî ve Şâfiî mezhebine göre, mazmaza vacip değildir. Ebû Hanîfe ve ashâbı “...fettahherû” “Eğer cünüp iseniz, iyice yıkanıp temizlenin.”<sup>32</sup> âyetine binaen mazmazanın farz olduğu görüşünü belirtmişlerdir.<sup>33</sup> Bu bağlamda Hanefilere göre, gusülde kişinin ağzına suyu bolca vererek yıkaması “...fettahherû” kavline binaen içtihâdî farz olarak değerlendirilmiştir.<sup>34</sup> Nitekim farz olan bir boy abdesti esnasında ağzına su vermeyi unutup farz veyahut vacip bir namaz kılmış olan kişiye, daha sonra mezkûr durumun farkına vardığında, hemen ağzına bolca su vererek namazı yeniden kılması gerekmektedir. Eğer kılınan namaz nafîle nevinden bir namazsa, mezkûr namazın yeniden kılınması gerekmez.<sup>35</sup>

## 2. İstinşâk

Neşq/نشق kelimesinden türeyen “istinşâk/استنشاق” kavramı sözlükte “burna suyu iyice çekmek ve burnun içini yıkamak” anlamına gelmektedir. Bir başka ifadeyle burnun çekim gücü

*el-İhtiyâr li ta'îlî'l-Muhtâr*, Ta'lik: Şeyh Mahmûd Ebû Dakîka (İstanbul: Çağrı Yayınları, 1991), 1/9; Merğînânî, *el-Hidâye*, 1/13; Muhammed b. Ferâmûz Molla Hüsrev, *Dürrü'l-hükkâm fi şerhi Ğureri'l-aḥkâm* (İstanbul: Fazilet Neşriyat, 1970), 1/7.

<sup>29</sup> Sahnûn, *el-Müdevvenetü'l-kübrâ*, 1/18, 19; Mevsilî, *el-İhtiyâr*, 1/9; İbnü'l-Hümâm, *Şerhu Fethi'l-kadîr*, 1/22, 23.

<sup>30</sup> Semerkandî, *Tuhfetü'l-fukahâ*, 1/13, 14; Serahsî, *el-Mebsût*, 1/5; Mevsilî, *el-İhtiyâr*, 1/8; Merğînânî, *el-Hidâye*, 1/13; Zeynülâbidîn b. İbrâhîm İbn Nuceym el-Mısrî el-Hanefî, *el-Bahru'r-râik şerhu Kenzi'd-dekâik* (Beyrût: Dâru'l-Ma'rife, 2. Baskı, ts.), 1/17; Şîrâzî, *el-Mühezzeb*, 1/37; Şîrbînî, *Muğni'l-muhtâc*, 1/170.

<sup>31</sup> Şâfi'î, *el-Ümm*, 1/188; Mevsilî, *el-İhtiyâr*, 1/11, 12; Merğînânî, *el-Hidâye*, 1/16.

<sup>32</sup> en-Nisâ 4/43; el-Mâide 5/6.

<sup>33</sup> Şâfi'î, *el-Ümm*, 1/188; Serahsî, *el-Mebsût*, 1/44; İbn Rüşd, *Bidâyetü'l-müctehid*, 1/45; Mevsilî, *el-İhtiyâr*, 1/11, 12.

<sup>34</sup> Şâfi'î, *el-Ümm*, 1/138; Sahnûn, *el-Müdevvenetü'l-kübrâ*, 1/17; Serahsî, *el-Mebsût*, 1/44; Mevsilî, *el-İhtiyâr*, 1/11, 12; Merğînânî, *el-Hidâye*, 1/16, 17; Şîrâzî, *el-Mühezzeb*, 1/39.

<sup>35</sup> Yazır, *Alfabetik İslâm Hukuku*, 2/96.



ve rüzgârıyla burnun içine suyu iyice çekmek ve esaslı bir şekilde yıkamak demektir.<sup>36</sup> Fıkıh ıstılahında ise istinşâk şu anlamlara gelir:

a- Abdest ve gusülde buruna iyice çekilen su ile burnun temizlenmesi demektir.<sup>37</sup>

b- Abdest veya gusülde kişinin suyu olabildiğince burnuna çekmesi demektir.<sup>38</sup>

Abdestte sünnet, gusülde ise farz olan istinşâk<sup>39</sup> Hz. Peygamber'in (s.a.v.) fitrattan olduğunu saydığı on husustan biridir.<sup>40</sup> Abdestte istinşâk İmam Mâlik, İmam Şâfiî ve İmam Ebû Hanîfe'ye göre sünnettir. İbn Ebî Leylâ ve bir kısım Zâhirîler ile Ahmed b. Hanbel'e göre ise farzdır. Ebû Sevr, Ebû Ubeyde ile bazı Zâhirî hukukçuların görüşüne göre de sünnettir.<sup>41</sup> Gerek abdestte ve gerekse gusülde oruçlu olmayan kişinin istinşâkta mübalâğa yapmasının sünnet oluşu<sup>42</sup> burun hijyeninde nihai gayeye ulaşmaya matuf nebevî bir teşviktir.

İstinşâkın üç defasının da ayrı ayrı su ile yapılması sünnettir. Kişi yalnız bir avuç su ile üç defa istinşâk yapsa sünnet yerine gelmemiş olur.<sup>43</sup> Nitekim Resûlüllah abdest almak için su istedi (...) üç defa istinşâk yaptı (...) ve şöyle buyurdu: “*Bu, benim ve benden önceki enbiyanın temizlik şeklidir.*”<sup>44</sup> Hz. Osman da (r.a.) abdest suyu istedi (...) üç defa istinşâk yaptı (...) ve şöyle dedi: “*Ben, Hz. Peygamber'in bu şekilde abdest aldığı görüldü...*”<sup>45</sup>

Hanefîlere göre, istinşâk yapmak guslün üç farzından biridir. İstinşâkta mübalâğa yapmak ve bu işlemi üç defa tekrarlamak ise sünnettir. Abdestte de burna üç defa su vermek ve bunu üç defa tekrar etmek sünnettir. Burna sağ elle su verilir, sol elle sümkürülür.<sup>46</sup>

<sup>36</sup> İbn Kudâme, *el-Muğnî*, 1/145; Nüceym, *el-Bahru'r-râik*, 1/21, 22; İbn 'Âbidîn, *Reddü'l-muhtâr*, 1/115 vd.

<sup>37</sup> Sâbık, *Fıkhü's-sünne*, 1/41.

<sup>38</sup> İbn Kudâme, *el-Muğnî*, 1/145; Nüceym, *el-Bahru'r-râik*, 1/21, 22; İbn 'Âbidîn, *Reddü'l-muhtâr*, 1/115 vd.; Tahtâvî, *Hâşiyetü't-Tahtâvî*, 38, 39.

<sup>39</sup> Merğînânî, *el-Hidâye*, 1/17; İbn 'Âbidîn, *Reddü'l-muhtâr*, 1/115 vd.

<sup>40</sup> Tirmizî, “Edeb”, 14; İbn Mâce, “Tahâret”, 8; Merğînânî, *el-Hidâye*, 1/16, 17; İbn Kudâme, *el-Muğnî*, 1/143; Vehbe Zuhaylî, *el-Fıkhü'l-İslâmî ve edilletühu* (Dımaşq: Dâru'l-Fikri'l-Mu'âşır, 34. Baskı, 2014), 1/340.

<sup>41</sup> Sahnûn, *el-Müdevvenetü'l-kübrâ*, 1/17 vd.; İbn Rüşd, *Bidâyetü'l-müctehid*, 1/10; Kâsânî, *Bedâi'*, 1/21; İbn Kudâme, *el-Muğnî*, 1/134 vd.; Şevkânî, *Neylü'l-evtâr*, 1/172, 173; Şirbînî, *Muğnî'l-muhtâc*, 1/170.

<sup>42</sup> Ebû Dâvûd Süleymân b. el-Eş'as b. İshâk es-Sicistânî, *es-Sünen* (İstanbul: Çağrı Yayınları, 1981), “Tahâret”, 55, 56; Şâfi'î, *el-Umm*, 1/188; Semerkandî, *Tuhfetü'l-fukahâ*, 1/14; Şirbînî, *Muğnî'l-muhtâc*, 1/171; Zuhaylî, *el-Fıkhü'l-İslâmî*, 1/340, 358.

<sup>43</sup> Sahnûn, *el-Müdevvenetü'l-kübrâ*, 1/18, 19; Serahsî, *el-Mebsût*, 1/5; İbnü'l-Hümâm, *Şerhu Fethi'l-kadîr*, 1/25, 26.

<sup>44</sup> İbn Kudâme, *el-Muğnî*, 1/146; Mevsilî, *el-İhtiyâr*, 1/9; Merğînânî, *el-Hidâye*, 1/13; Molla Hüsrev, *Dürerü'l-hükkâm*, 1/7.

<sup>45</sup> Sahnûn, *el-Müdevvenetü'l-kübrâ*, 1/18, 19; Mevsilî, *el-İhtiyâr*, 1/9; İbnü'l-Hümâm, *Şerhu Fethi'l-kadîr*, 1/22, 23; Şevkânî, *Neylü'l-evtâr*, 1/171, 172.

<sup>46</sup> Semerkandî, *Tuhfetü'l-fukahâ*, 1/13, 14; Serahsî, *el-Mebsût*, 1/5; Mevsilî, *el-İhtiyâr*, 1/8; Merğînânî, *el-Hidâye*, 1/13; İbn Nüceym, *el-Bahru'r-râik*, 1/17; Şirâzî, *el-Muhezzeb*, 1/37; Şirbînî, *Muğnî'l-muhtâc*, 1/170.

Hanbelî mezhebine göre de gusülde burnun yıkanması farzdır. Şâfiî ve Mâlikîlere göre ise, abdest ve gusülde istinşâk yapmak sünnettir.<sup>47</sup>

İfade edildiği gibi, İslâm hukukçuları abdest ve gusülde istinşâkın hükmü hususunda ihtilâf etmişlerdir. Mâlikî ve Şâfiî mezhebine göre, istinşâk vacip değildir. Ebû Hanîfe ve ashâbı "...fettahherû" *"Eğer cünüp iseniz, iyice yıkanıp temizlenin."*<sup>48</sup> âyetine binaen istinşâkın vucûbiyetine kâil olmuşlardır.<sup>49</sup> Bu bağlamda Hanefilere göre, gusülde kişinin burnuna suyu bolca vererek yıkaması "...fettahherû" kavlince içtihadî bir farz olup<sup>50</sup> farz olan bir boy abdestinde burnuna su vermeyi unutup farz veya vacip olan bir namazı kılan kişi, daha sonra mezkûr durumun farkına varsa, hemen burnuna bolca su vererek namazı yeniden kılması gerekir. Eğer kılınan namaz nafîle nevinden bir namazsa mezkûr namazın yeniden kılınması gerekmez.<sup>51</sup>

Resûlüllah günlük hayatta istinşâkın tatbikini özendirmek için de *"Sizden biriniz abdest alır da (...) burnunu temizleyince burnu ile işlediği günahlar çıkar (...)"*<sup>52</sup> buyurmuştur. Günümüz modern sağlık sistemine göre de *"Nazal yıkama (burun yıkama) herhangi bir burun veya sinüs rahatsızlığı olmaksızın, dış fırçalamak, el yıkamak gibi günlük kişisel temizliğin bir parçası olarak sürekli uygulanabilir. Daha iyi bir solunum ve daha sağlıklı bir yaşam için nazal yıkama önemlidir."*<sup>53</sup> Bu esas bağlamında Onkolog Dr. Haluk Nurbaki'nin (öl.1997) *"Hiç abartmaksızın iddia ediyorum ki, bir gün gelecek inanmayanlar da abdest alacaklar!"*<sup>54</sup> tıbbî tespiti ile Hz. Peygamber'in (s.a.v.) *"Sizden biri uykusundan uyandığında/abdest aldığı anda burnuna üç kere su versin (...). Çünkü şeytan, onun genzinde/burnunda gecelemiştir."*<sup>55</sup> hadisinde geçen "şeytan"dan maksat mikroplar olabilir. Nitekim saç, sakal ve tırnak gibi kişiye öz bakımı ve bedenî temizliği emreden bir hadiste de *"(...) Çünkü şeytan kişinin tırnağı ile eti arasına girer."*<sup>56</sup> buyrularak insanlar mikroplara

<sup>47</sup> Şâfi'î, *el-Ümm*, 1/188; Mevsilî, *el-İhtiyâr*, 1/11, 12; Merğînânî, *el-Hidâye*, 1/16.

<sup>48</sup> en-Nisâ 4/43; el-Mâide 5/6.

<sup>49</sup> Şâfi'î, *el-Ümm*, 1/188; Serahsî, *el-Mebsût*, 1/44; İbn Rüşd, *Bidâyetü'l-müctehid*, 1/45; Mevsilî, *el-İhtiyâr*, 1/11, 12.

<sup>50</sup> Şâfi'î, *el-Ümm*, 1/138; Sahnûn, *el-Müdevvenetü'l-kübrâ*, 1/17; Serahsî, *el-Mebsût*, 1/44; Mevsilî, *el-İhtiyâr*, 1/11, 12; Merğînânî, *el-Hidâye*, 1/16, 17; Şîrâzî, *el-Mühezzeb*, 1/39.

<sup>51</sup> Yazır, *Alfabetik İslâm Hukuku*, 2/96.

<sup>52</sup> Mâlik b. Enes, *"Tahâret"*, 30; Şîrâzî, *el-Mühezzeb*, 1/37.

<sup>53</sup> Abfen Farma, "Nazal Yıkama Nedir?" (Erişim 12 Ağustos 2021).

<sup>54</sup> Malatya Objektif, "Bir gün gelecek inanmayanlar da abdest alacaklar!" (Erişim 11 Ağustos 2021).

<sup>55</sup> Ebû 'Abdillâh Muhammed b. İsmâ'il el-Buhârî, *Şahîhu'l-Buhârî* (İstanbul: Çağrı Yayınları, 1981), "Bedü'l-halk", 11; İbn Rüşd, *Bidâyetü'l-müctehid*, 1/10; İbn Kudâme, *el-Muğni*, 1/143.

<sup>56</sup> Ahmed b. Hanbel, *el-Müsned*, 5/60.



karşı uyarılmaktadır. Zira ağız, burun ve solunum yolları ile insan organizmasına giren mikroplar insana pek çok zarar verebilir.

### 3. İstinsâr

İstinsâr/استنثار; burna su veya ilâç çekip burnun içini iyice temizlemek ve sümkürmek demektir. Bazılarına göre de istinsâr; istinşâk kavramı ile aynı anlama gelir. Ancak dilcilere göre ise istinsâr; istinşâktan sonra burundaki suyu çıkarmak için özel bir gayret sarf etmek, sümkürmek demektir. İstinsâr kelimesi “نثر/nesre” kökünden türemiş olup hem genzi hem de bıyığın tam ortasındaki açıklığı ifade eder.<sup>57</sup>

Resûlüllah (s.a.v.) bizzat kendisi abdest ve gusûl esnasında üç defa sümkürdüğü gibi,<sup>58</sup> “Sizden biriniz abdest alınca burnuna su çeksin, sonra sümkürsün.”<sup>59</sup> vb. hadislerle abdest ve gusûl esnasında burna verilen suyun iyice sümkürülerek burnun temizlenmesini emretmiştir. İstinsârın sebebini de “Sizden herhangi biriniz uykusundan uyandığında/abdest aldığı anda burnunu üç kere iyice sümkürsün. Çünkü şeytan, onun genzinde gecelemiştir.”<sup>60</sup> şeklinde en veciz haliyle ifade buyurmuştur.

Resûlüllah günlük hayatta istinsârı teşvik etmiş ve tatbikini sağlamak için de “Sizden biriniz abdest alır da (...). Burnunu temizleyince de burnu ile işlediği günahlar silinir gider (...).”<sup>61</sup> buyurmuştur. Modern tıba göre de “(...) Daha iyi bir solunum ve daha sağlıklı bir yaşam için nazal yıkama önemlidir.”<sup>62</sup> Bu nedendir ki, sağlık bilimci Dr. Haluk Nurbaki'nin abdestin sihhî yararlarına ilişkin tıbbî tespitleri<sup>63</sup> son derece mühimdir. Söz konusu tıbbî tespitlerle Hz. Peygamber'in tertemiz bir burun temizliği için sümkürmeyi emreden hadisleri<sup>64</sup> arasında benzerlik bulunmaktadır.

### 4. Konunun Önemi ve Bazı Yararları

Allah'ın koymuş olduğu dinî hükümlerde ya mutlak surette kullar için üstün bir yarar vardır veya onlardan bazı zararları savmaya yönelik bir takım mühim hikmetler ve amaçlar bulunmaktadır. İslâm âlimlerinin çoğunluğunun bu fikirde görüş birliği sağladıkları

<sup>57</sup> İbn Kudâme, *el-Muğnî*, 1/145; İbnü'l-Hümâm, *Şerhu Fethi'l-kadîr*, 1/25; Tahtâvî, *Hâşiyetü't-Tahtâvî*, 39; Yazır, *Alfabetik İslâm Hukuku*, 2/538.

<sup>58</sup> Kehlânî, *Sübülü's-selâm*, 1/55; Sâbık, *Fıkhü's-sünne*, 1/37.

<sup>59</sup> Buhârî, “Vudû”, 25, 26; İbn Rüşd, *Bidâyetü'l-müctehid*, 1/10; İbn Kudâme, *el-Muğnî*, 1/143.

<sup>60</sup> Ebû 'Abdirrahmân Ahmed b. Şu'ayb b. 'Alî en-Nesâî, *es-Sünen* (İstanbul: Çağrı Yayınları, 1981), “Tahâret”, 73.

<sup>61</sup> Mâlik b. Enes, “Tahâret”, 30; Şîrâzî, *el-Mühezzeb*, 1/37.

<sup>62</sup> Abfen Farma, “Nazal Yıkama Nedir?” (Erişim 12 Ağustos 2021).

<sup>63</sup> Malatya Objektif, “Bir gün gelecek inanmayanlar da abdest alacaklar!” (Erişim 11 Ağustos 2021).

<sup>64</sup> Buhârî, “Vudû”, 25, 26; İbn Rüşd, *Bidâyetü'l-müctehid*, 1/10; İbn Kudâme, *el-Muğnî*, 1/143.

görülmektedir.<sup>65</sup> Mikroplar kişinin organizmasını zayıflatarak güçsüzleştirir ve sağlığını bozabilir. Hatta kişinin ölümüne dahi yol açabilir. Şer'î hükümlerin gayelerinden biri de hiç şüphesiz “canın muhafazası ilkesi” nedeniyledir ki, ağız ve burundan hava ve besin maddelerini aldığımızdan dolayı bu organların sık aralıklarla temizlenmesi mutlak surette faydalı ve gereklidir. Aksi halde bu ihmal ve özensizlik kişinin sağlığını bozulabileceği gibi, kendisinden sağlıksız ve zayıf nesillerin doğmasına sebebiyet verebilir. Oysa mükellef için “hastalık gelmeden sağlığın kıymetini bilmek” tartışmasız dinî bir vecibedir.<sup>66</sup> Dinin vazetmiş olduğu abdest, gusül ve namaz ibadetlerinin bazı manevî yararlarının yanında bir de kişiyi maddeten temizlemek gibi bilinen üstün yararları vardır.<sup>67</sup>

Abdest alan ve gusleden kişi ağızını yıkarken, ağızıyla Şârî' Teâlâ'nın yüce kelâmını okuyacağını, O'nun yüce ismini zikredeceğini bilir ve üç defa lâyıkı veçhile ağızını yıkayıp gargara yapar, üç kere de burnuna su verip burnunu iyice sümkürerek temizler. Şah Veliyullah ed-Dihlevî'ye (öl. 1176/1762) göre, abdest ve gusül ile kişi âdeta cismanî ve beşerî benliğinden kurtularak melekleşir ve melekût âlemine doğru yol alır.<sup>68</sup> Maddî âlemden manevî âleme doğru gerçekleşen bu kutsi seyir ve seyahatte mazmaza esnasında okunan “*Kur'ân okumak, Seni zikretmek ve Sana şükretmek ve Sana olan ibadeti güzelleştirmek konularında bana yardım eyle Allah'ım!*”,<sup>69</sup> istinşâk esnasında da “*Bana Cennet kokusunu duyur, Cehennem kokusunu ise duyurma Allah'ım!*”<sup>70</sup> me'sûr duaları, ağız ve burnun maddî ve fizikî temizliğine manevî bir boyut da kazandırmış olur.

Hâsılı, beden ile yapılan ibadetlerin tamamında zorunlu olan abdest ve gusül esnasında ağız ile burnun iç kısımlarının yıkanmasının gerekliliği mazmaza, istinşâk ve istinsârın sağlık açısından önemini gösterir.<sup>71</sup>

<sup>65</sup> Süleyman Uludağ, *İslâm'da Emir ve Yasakların Hikmeti* (Ankara: TDV Yayınları, 7. Baskı, 2003), 17-37; Ümmühan Ark, *İslâm Hukuk Usûlünde Hüküm İstinbâtı Gazalî ve İbn Rüşd Örneği* (İstanbul: Paradigma Akademi Yayınları, 2021), 1, 88.

<sup>66</sup> Tirmizî, “Zühd”, 25.

<sup>67</sup> Buhârî, “Mevâkîtü's-salât”, 6.

<sup>68</sup> Uludağ, *İslâm'da Emir ve Yasakların Hikmeti*, 76, 77.

<sup>69</sup> Molla Hüsrev, *Dürerü'l-hükkâm*, 1/12; Şirbînî, *Muğni'l-muhtâc*, 1/181; Tahtâvî, *Hâşiyetü't-Tahtâvî*, 42.

<sup>70</sup> Molla Hüsrev, *Dürerü'l-hükkâm*, 1/12; Şirbînî, *Muğni'l-muhtâc*, 1/181; Tahtâvî, *Hâşiyetü't-Tahtâvî*, 42.

<sup>71</sup> Sabri Erturhan, “Fikhî Açından Abdest ve Gusülde Ağız İle Burnun Yıkanması”, *Cumhuriyet Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi* 5/2 (2001), 293.

## SONUÇ

“İslâm Hukuku ve Sağlık Açısından Mazmaza, İstinşâk ve İstinsâr'ın Önemi”ne ilişkin fıkıh ve İslâm hukuku müdevvenatı ile modern tıp biliminin veri ve bulgularından yararlanarak edindiğimiz bazı önemli sonuçları maddeler halinde şöylece sıralayabiliriz:

1- Hz. Peygamber'in (s.a.v.) Enes b. Mâlik'e (r.a.) talimat verdiği sekiz husustan olan “abdest”, “gusül” ve “Resûlüllah'ın sünnetine tabi olmak”<sup>72</sup> meseleleri mazmaza, istinşâk ve istinsâr konularını da içermektedir. Bu bağlamda ağız ve burun temizliğine özen göstermek Resûlüllah'ın sünnetine tabi olmak cümlesindedir.

2- “*Biriniz uykusundan uyandığında/abdest aldığı anda burnunu üç kere iyice sümkürsün. Çünkü şeytan, onun genzinde gecelemiştir.*”<sup>73</sup> hadisinde geçen “şeytan” benzetmesinden maksat mikroplar olmalıdır. Nitekim saç, sakal ve tırnak gibi kişiye öz bakımı ve bedenî temizliği emreden bir hadiste de “(...) *Çünkü şeytan kişinin tırnağı ile eti arasına girer.*”<sup>74</sup> buyrulur. İnsanlar şeytan figürü ile mikroplara karşı uyarılmaktadır. Zira ağız, burun ve solunum yolları ile insan organizmasına giren mikroplar insana pek çok zarar verebilir.

3- Hz. Peygamber'in (s.a.v.) sünnetinde ağız, burun gibi sağlık açısından çok önem arz eden organların yıkanması yalnız namaz vakitleriyle sınırlandırılmamıştır.<sup>75</sup> Nitekim Resûlüllah gündüz olsun, gece olsun ağız temizliğini ihmal etmezdi. Hatta gece uykudan kalktığı anda,<sup>76</sup> namaz için evinden her çıktığında<sup>77</sup> ve evine her girdiğinde ilk yaptığı şey dişlerini misvaklayıp ağızını temizlemek olurdu.<sup>78</sup> “*Eğer ümmetime zahmet vereceğimden korkmasaydım onlara her namaz vaktinde misvak kullanmalarını emrederdim.*”<sup>79</sup> hadisi ile de Resûlüllah (s.a.v.) misvak kullanmanın ve ağız hijyeninin önemini işaret buyurmuştur. Bilimsel araştırmalara göre de mazmaza, ağız ve yutağı bakteri ve iltihaplara karşı koruduğu gibi, ayrıca diş aralıklarında kalan yemek artıkları nedeniyle dişlerde ortaya çıkabilecek olan

<sup>72</sup> Canan, *Hz. Peygamber'in Sünnetinde Terbiye*, 139.

<sup>73</sup> Müslim, “Tahâret”, 23.

<sup>74</sup> Ahmed b. Hanbel, *el-Müsned*, 5/60.

<sup>75</sup> Serahsî, *el-Mebsût*, 1/5; İbn Rüşd, *Bidâyetü'l-müctehid*, 1/9; Mevsilî, *el-İhtiyâr*, 1/8; Merğînânî, *el-Hidâye*, 1/12, 13; İbnü'l-Hümâm, *Şerhu Fethi'l-kadir*, 1/21.

<sup>76</sup> Müslim, “Tahâret”, 46, 47.

<sup>77</sup> Canan, *Hz. Peygamber'in Sünnetinde Terbiye*, 231.

<sup>78</sup> Müslim, “Tahâret”, 43; Canan, *Hz. Peygamber'in Sünnetinde Terbiye*, 231.

<sup>79</sup> Buhârî, “Cum'a”, 8; Müslim, “Tahâret”, 42.

çürümelere karşı da kişiyi korur. Bundan başka mazmaza ağız kaslarını güçlendirir, kişiyi psikolojik açıdan rahatlatır.<sup>80</sup>

4- Abdest esnasında diğer azalarda olduğu gibi, gerek ağız ve gerekse burun yıkılırken okunan me'sûr dualarla kişi ağız ve burun temizliğini derin bir dinî vecd, istiğrak ve huşu ile yaparak manevî bir arınma sağladığı kadar maddî bir arınma da sağlamış olur.<sup>81</sup>

5- Abdest ve gusül vesilesiyle ağız ve burnun sürekli ve düzenli bir şekilde özenle yıkanması salgın hastalıklara karşı çok etkili koruyucu tedbirlerdir. Bu bağlamda bilim çevrelerinde kişi sağlığına olan yararından dolayı “gün gelecek inanmayan kişilerin de abdest alacağı” konuşulmaktadır.<sup>82</sup> Nitekim kılınan beş vakit namaz konusunda Resûlullah'ın “Sizden herhangi birinizin kapısının önünden bir nehir geçse ve her gün o nehirde beş kere yıkayıp arınsa, bu o kimsenin kirinden bir şey bırakır mı, ne dersiniz?” Sahabeler, “Onun kirinden hiçbir şey bırakmaz.” demişler. Bunun üzerine Resûlullah, “İşte beş vakit namaz da böyledir! Allah onlarla günahları yok eder.”<sup>83</sup> hadisi, namaz ve abdestin manevî ve uhrevî yararları yanın da bir de kişi sağlığına olan katkı ve maddî yararlarını işaret etmektedir.

6- Ağız, boğaz, burun ve geniz çokça bakteri toplayabilen üst solunum organlarıdır. Hapşırın kişi, bu zararlıları saatte 160 km. hızla püskürterek hapşırır.<sup>84</sup> Üst solunum yollarındaki bu zararlıların ve patojenlerin dışarı atılmasında mazmaza, istinşâk, istinsâr ve hapşırmanın önemi çok büyüktür. Bu nedenledir ki, Hz. Peygamber (s.a.v.) “Sizden herhangi biriniz hapşırdığında ‘el-hamdülillâhi ‘alâ külli hâlin’ söylesin (...)”<sup>85</sup> buyurmuşlardır. Ancak kişi tuvalette iken hapşırırsa edeben içinden hamd eder.<sup>86</sup>

7- Modern tıbbın bilimsel veri ve bulgularına göre, düzenli olarak yapılan ağız ve burun temizliği virüslerden korunma hususunda en az el hijyeni kadar önemlidir. Bu esas bağlamında mazmaza, istinşâk ve istinsârın kişi sağlığına ve bağışıklık sistemine olumlu katkılar sağladığı inkâr edilemez. Zira ağız-boğaz ve burun temizliği bakterilerden korunmanın en etkili yöntemleridirler.<sup>87</sup>

<sup>80</sup> Polat, “Hikmet-i Teşri‘ Bağlamında Abdest ve Namazın...”, 396.

<sup>81</sup> Molla Hüsrev, *Dürerü'l-hükkâm*, 1/12; Şîrâzî, *el-Mühezzeb*, 1/37; Şîrbînî, *Muğni'l-muhtâc*, 1/181.

<sup>82</sup> Malatya Objektif, “Bir gün gelecek inanmayanlar da abdest alacaklar!” (Erişim 11 Ağustos 2021).

<sup>83</sup> Buhârî, “Mevâkîtu's-salât”, 6.

<sup>84</sup> Akit, “Saatte 160 km. hızla püskürüyoruz!” (Erişim 28 Ağustos 2021).

<sup>85</sup> Ebû Dâvûd, “Edeb”, 91.

<sup>86</sup> Tahtâvî, *Hâşiyetü't-Tahtâvî*, 31.

<sup>87</sup> Abfen Farma, “Nazal Yıkama Nedir?” (Erişim 12 Ağustos 2021); Malatya Objektif, “Bir gün gelecek inanmayanlar da abdest alacaklar!” (Erişim 11 Ağustos 2021).

8- Sağlıklı ve hijyenik bir yaşam için gün içerisinde ağız ve burnu belli aralıklarla su ile özenle yıkayıp temizlemek mikroplara karşı etkili bir önlemdir. Gargara, ağız gargara suları ve nazal yıkama sıvılarında olduğu gibi, su ile ağız iyice çalkalamak ve burna şiddetle su çekmek olası zararlıları parçalayarak etkisizleştirir ve enfeksiyon oluşturmalarına engel olabilir.<sup>88</sup> Ayrıca suyla ağız çalkalamanın diş eti hastalıklarına, iltihaplanmalara ve diş çürümelerine karşı koruyucu yönü vardır. Burnun içini iyice yıkayıp sümürmenin de burun ve solunum sistemi yoluyla vücuda dağılacak olan mikropların sümürerek dışarı atılmasını sağlar.

---

<sup>88</sup> Günümüz modern sağlık sistemine göre de “Nazal yıkama herhangi bir burun veya sinüs rahatsızlığı olmaksızın, diş fırçalamak, el yıkamak gibi günlük kişisel temizliğin bir parçası olarak sürekli uygulanabilir. Daha iyi bir solunum ve daha sağlıklı bir yaşam için nazal yıkama önemlidir.” Abfen Farma, “Nazal Yıkama Nedir?” (Erişim 12 Ağustos 2021).

## KAYNAKÇA

Abfen Farma. “Nazal Yıkama Nedir?” Erişim 12 Ağustos 2021.

<https://www.burunyikama.com.tr/nazalyikama>.

Ahmed b. Hanbel. *el-Müsned*. 6 Cilt. İstanbul: Çağrı Yayınları, 1982.

Akit. “Saatte 160 km. hızla püskürüyoruz!” Erişim 28 Ağustos 2021.

<https://www.yeniakit.com.tr/haber/saatte-160-km-hizla-puskuruyoruz-542493.html>.

Ark, Ümmühan. *İslâm Hukuk Usûlünde Hüküm İstinbâtı Gazalî ve İbn Rüşd Örneği*. İstanbul: 2021.

Buhârî, Ebû ‘Abdillâh Muhammed b. İsmâ‘îl. *Şahîhu'l-Buhârî*. 8 Cilt. İstanbul: Çağrı Yayınları, 1981.

Canan, İbrahim. *Hz. Peygamber'in Sünnetinde Terbiye*. Ankara: DİB Yayınları, Gaye Matbaası, 1980.

Çantay, Hasan Basri. *Kur'ân-ı Hakîm ve Meâl-i Kerîm*. 3 Cilt. İstanbul: 1985.

Ebû Dâvûd, Süleymân b. el-Eş‘as b. İshâk es-Sicistânî. *es-Sünen*. 2 Cilt. İstanbul: Çağrı Yayınları, 1981.

Erturhan, Sabri. “Fikhî Açıdan Abdest ve Gusülde Ağız İle Burnun Yıkanması”. *Cumhuriyet Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi* 5/2 (2001), 293-315.

Hürriyet, “Gargara konusu yine gündemde.” Erişim 9 Ağustos 2021.

<https://www.hurriyet.com.tr/yazarlar/osman-muftuoglu/gargara-konusu-yine-gundemde-41523076>.

İbn ‘Âbidîn, Muhammed Emîn. *Reddü'l-muhtâr ‘ale'd-Dürri'l-muhtâr*. 8 Cilt. İstanbul: Kahraman Yayınları, 1984.

İbn Kudâme, Muvaffuquddîn Ebû Muhammed b. Ahmed b. ‘Abdillâh. *el-Muğnî*. 16 Cilt. Kâhire: Dâru'l-Hadîs, 2004.

İbn Mâce, Ebû ‘Abdillâh Muhammed b. Yezîd el-Kazvîni. *es-Sünen*. 2 Cilt. İstanbul: Çağrı Yayınları, 1981.

İbn Nuceym, Zeynülabîdîn b. İbrâhîm el-Mısırî el-Hanefî. *el-Bahru'r-râik şerhu Kenzi'd-dekâik*. 8 Cilt. Beyrût: Dâru'l-Ma'rife, 2. Baskı, ts.



- İbn Rüşd, Ebü'l-Velîd Muhammed b. Ahmed b. el-Hâfîd. *Bidâyetü'l-müctehid ve nihâyetü'l-mukteşid*. 2 Cilt. Beyrût: Dâru'l-Ma'rife, 5. Baskı, 1981.
- İbnü'l-Hümâm, Kemâlüddîn Muhammed b. 'Abdulvâhîd b. Mes'ûd es-Sivâsî. *Şerhu Fethi'l-kadîr (Netâicu'l-eskâr fî keşfi'r-rümûzi ve'l-esrâr tekmilesi ile birlikte)*. 10 Cilt. Beyrût: Dâru'l-Fikr, 2. Baskı, ts.
- Kal'acî, Muhammed Revvâs. *Fıkıh Lugatı (Arapça-İngilizce-Türkçe)*. İstanbul: Ocak Yayıncılık, 2012.
- Kâsânî, 'Alâüddîn Ebû Bekr b. Mes'ûd. *Kitâbu Bedâi'u's-şanâi' fî tertibi's-Şerâi'*. 7 Cilt. Beyrût: Dâru'l-Fikri'l-'Arabî, 2. Baskı, 1974.
- Kehlânî, Muhammed b. İsmâ'îl. *Sübülü's-selâm şerhu Bulûği'l-merâm min edilleti'l-ahkâm*. 4 Cilt. Beyrût: Dâr-u İhyâi't-Türâsi'l-'Arabî, 4. Baskı, 1960.
- Malatya Objektif. "Bir gün gelecek inanmayanlar da abdest alacaklar!" Erişim 11 Ağustos 2021. <http://www.malatyaobjektif.com/abdestin-korunma-sistemine-verdigi-saglik-nimetleri/9289/>
- Mâlik b. Enes. *el-Muvatta'*. 2 Cilt. İstanbul: Çağrı Yayınları, 1981.
- Mergînânî, Burhânüddîn 'Alî b. Ebî Bekr. *el-Hidâye şerhu Bidâyeti'l-mübtedî*. 4 Cilt. Beyrût: Dâru'l-Kütübi'l-'İlmiyye, 1990.
- Mevsilî, 'Abdullâh b. Muhammed b. Mevdûd. *el-İhtiyâr li ta'lîli'l-Muhtâr*. 5 Cilt. Ta'lîk: Şeyh Mahmûd Ebû Daķıķa. İstanbul: Çağrı Yayınları, 1991.
- Molla Hüsrev, Muhammed b. Ferâmûz. *Düererü'l-hükkâm fî şerhi Ğureri'l-ahkâm*. 2 Cilt. İstanbul: Fazilet Neşriyat, 1970.
- Müslim, Ebü'l-Hüseyn Müslim b. el-Haccâc el-Ķuşeyrî en-Nisâbûrî. *el-Câmi'u's-şahîh*. 3 Cilt. İstanbul: Çağrı Yayınları, 1981.
- Namaz Sitesi. "Abdestin Sağlığa Faydaları." Erişim 11 Ağustos 2021. <https://www.blog.namazsitesi.com/abdestin-sagliga-faydalari.html>.
- Nesâî, Ebû 'Abdirrahmân Ahmed b. Şu'ayb b. 'Alî en-Nesâî. *es-Sünen*. 8 Cilt. İstanbul: Çağrı Yayınları, 1981.
- Polat, Ahmet. "Hikmet-i Teşri' Bağlamında Abdest ve Namazın İnsan Sağlığı ile İlişkisi". *Academic Platform Journal of Islamic Research* 4/3 (2020), 386-418.

- Sâbık, Seyyid. *Fıkhü's-sünne*. 3 Cilt. Mısır: Dâru'l-Kitâbi'l-İslâmî, Dâru'l-Hadîs, ts.
- Sahnûn, 'Abdüsselâm b. Sa'îd et-Tenûhî. *el-Müdevvenetü'l-kübrâ*. 6 Cilt. thk. 'Âmir el Cezzâr - 'Abdullâh el-Minşâvî. Kâhire, Dâru'l-Hadîs, 2005.
- Semerkindî, 'Alâuddîn. *Tuhfetü'l-fukahâ*'. 4 Cilt. thk. el-İmâm Muhammed el-Muntasır Billâh el-Kitânîm - Vehbe Mustafâ ez-Zuhaylî. Beyrût: Dâru'l-Kütübi'l-İlmiyye, 2017.
- Serahsî, Şemsü'l-Eimme Muhammed b. Ahmed b. Ebî Sehl. *el-Mebsût*. 30 Cilt. İstanbul: Çağrı Yayınları, 1982-1983.
- Şâfi'î, Ebû 'Abdillâh Muhammed b. İdrîs. *el-Ümm*. 9 Cilt. thk. Muhammed İbrâhîm el-Hıfnâvî. Kâhire: Dâru'l-Hadîs, bsy., 2008.
- Şevkânî, Ebû 'Abdillâh Muhammed. *Neylü'l-evtâr şerhu Münteke'l-ahbâr min ehâdis-i Seyyidi'l-ahyâr*. 9 Cilt. Beyrût: Dâru'l-Cil, 1973.
- Şîrâzî, Ebû İshâk İbrâhîm b. 'Alî b. Yûsuf el-Firûzâbâdî. *el-Mühezzeb*. 3 Cilt. b.y.: Dâru'l-Kütübi'l-İlmiyye, ts.
- Şîrbînî, Şemsüddîn Muhammed b. Ahmed el-Hatîb eş-Şîrbînî. *Muğnî'l-muhtâc ilâ ma'rifeti me'ânî elfâzi'l-Minhâc*. 5 Cilt. thk. 'Alî Muhammed Mu'avvad - 'Âdil Ahmed 'Abdülmevcûd. Beyrût: Dâru'l-Kütübi'l-İlmiyye, 1994.
- Tahtâvî, Aḥmed Râfi'. *Hâşiyetü't-Tahtâvî 'alâ Merâki'l-felâh şerhu Nûri'l-izâh*. Mısır: Matba'a-i Muştafâ Muhammed, 1937.
- Tirmizî, Ebû 'İsâ Muhammed b. 'İsâ b. Servet. *el-Câmi'u's-sahîh*. 5 Cilt. İstanbul: Çağrı Yayınları, 1981.
- Uludağ, Süleyman. *İslâm'da Emir ve Yasakların Hikmeti*. Ankara: TDV Yayınları, 7. Baskı, 2003.
- Yazır, Muhammed Hamdi. *Alfabetik İslâm Hukuku ve Fıkıh İstulâhları Kâmûsu*. 5 Cilt. haz. Sıtkı Güllü. İstanbul: Eser Neşriyat, 1997.
- Zuhaylî, Vehbe. *el-Fıkhü'l-İslâmî ve edilletühu*. 10 Cilt. Dımaşq: Dâru'l-Fikri'l-Mu'âşır, 34. Baskı, 2014.