

SÜNNETTE SPOR

Münir KUŞÇUZADE

Yrd. Doç. Dr., Bartın Üniversitesi İslami İlimler Fakültesi, Bartın, TÜRKİYE

Email: kuscuzade@gmail.com

Özet

Bu çalışmada; Hz. Muhammed'in hayatında-sünnetinde sporun yeri ve Müslümanlara spor ve dalları ile ilgili yapmış olduğu tavsiyeler literatür taraması yapılarak okuyucuya sunma amaçlanmıştır. Sporun insan hayatı ve sağlığındaki yeri ve önemi vurgulandıktan sonra Hz. Muhammed'in bizzat kendisinin yaptığı spor ve dalları, Müslümanlara tavsiyelerde bulunduğu spor ve dalları ortaya konulacaktır. İnsan-spor-sağlık üçlüsü, tıp biliminin verileri ve sağlık uzmanlarının görüşleri göz önüne alındığında bu konuda Hz. Muhammed'in yaptıklarının ve Müslümanlara bulunmuş olduğu tavsiyelerin ne kadar da elzem olduğu sonucuna ulaşılmıştır.

Anahtar Kelimeler: Sünnet, spor, hadis, sağlık

SPORTS IN AL-SUNNAH

Abstract

This study aimed to present the understanding of sports by Prophet Mohammad (pbuh), the importance of sports in his life, and his suggestions on some sport disciplines. For this purpose the literature was searched and interpreted. The importance of sports for the daily life and health of the people was underlined, and then the sport disciplines which prophet Mohammad practiced was listed and his suggestions about some sports were discussed. Humankind-sports-health was taken into consideration in the light of scientific knowledge in medicine and experts in health sciences, and it was stated that Prophet Mohammad's suggestions were very vital for human life.

Keywords: al-Sunah, sports, Hadeeth, health

Giriş

Dinin yapılmış birçok farklı tanımı vardır. Bu tanımlardan bir kaçını şöylece: Din akıl sahiplerini kendi istek ve hür iradeleri ile hayırlı olan şeylere sevk eden ilahi emirler bütünü ya da hayat tarzı, hayatın nasıl yönlendirilmesi gerektiği konusunda benimsenen düşünce, inanç, ilke ve değerler bütünü.(Toparlı ve diğerleri,2009, 60)

Sünnet, Hz. Peygamber'in sözleri, davranışları ve sahabelerin yapmış olduğu olumlu davranışları onaylamasıdır.(Toparlı ve diğerleri,2009, 334)

Sporun tanımı ise şöyle yapılmış: İnsanların ferdi veya toplu olarak fiziki, ruhi ve düşünme kabiliyetini kendine ve bir rakibine karşı, önceden belirlenmiş bir düzen içinde başarı kazanmaya yönelik ve mücadele heyecanını yaşamak için yaptığı beden hareketlerinin bütününe verilen genel isim.(Web-1)

Sağlık; sadece bireyin vücudunda hastalık ve sakatlığın olmayışını değil, kişinin beden, ruhen ve sosyal yönden tam bir iyilik halinde olmasını ifade etmektedir Dünya sağlık örgütüne göre sağlığın 3 temel ölçütü vardır. Bunlar1- Bedensel iyilik: Vücudu oluşturan doku ve organlarda eksiklik, işlev bozukluğu, mikrop taşıma gibi durumların olmaması hali.2- Ruhsal iyilik: Yaşına uygun olarak düşünebilen, düşündüklerini anlaşılır şekilde ifade edebilen, başkalarını anlayabilen, yerinde ağlamasını ve gülmesini bilen, güçlüklerle mücadele edebilen, koşullara uygun hareket edebilen, başarılarında mutlu olup başarısızlıkları kabullenebilen, kendisiyle barışık olma hali.3- Sosyal iyilik: Nerede, nasıl davranacağını ve sorumluluklarını bilen, insanlarla iyi ilişkiler içinde olup büyüğünü, küçüğünü severek hoşgörülü davranan, çevresiyle barışık olma halidir.(Web-2)

Yukarıda verilen din kelimesinin tanımında konu ile ilgili dikkati çeken –hayırlı olan şeylere sevk etmesi, bir hayat tarzı oluşu ve hayatın nasıl yönlendirilmesi gerektiği-ibarelerin oluşu sünnet, spor ve sağlık kelimelerinin tanımlarının da bir bütün olarak ele alındığında dinin tebliğcisi ve uygulayıcısı olan Hz. Muhammed(sav)'in sporun bazı dallarıyla meşgul olması ve bu konularda ümmetine tavsiyelerde bulunması önem arz etmektedir.

Hal böyleyken din insanı maddi ya da manevi hayırlı olan şeylere sevk etmesi ve dinin tebliğcisi sporla ilgilenmesi ve tavsiyelerde bulunması dini şartları taşıması kaydıyla yapılan sporu hayırlı bir hayat tarzı olarak nitelendirmek yanlış olmasa gerek.

İslâm uleması dini şartları taşıması ve insanın huzuru ve rahatı için spor konusunda şu hususlara dikkat edilmesi gerektiğini vurgulamışlardır:

- 1.Oynarken ve seyrederken kötü sözlerin söylenmesine meydan verilmemeli.
- 2.Oynayanların ve seyredenlerin eğitimlerini ve zaruri işlerini terk etmeye varacak kadar zaman israfına yol açmamalı.
- 3.Oynanan oyunlar hiçbir şekilde (spor toto, spor loto ve altılı ganyan gibi) kumara alet edilmemeli.
- 4.Namaz ve oruç gibi farz ibadetlerin zamanında yapılmasına engel olmamalı.
- 5.İnsanın beden zarar görmesine ve ölümüne sebep olacak kadar tehlike arz etmemeli.
- 6.Çevreyi rahatsız edecek kadar aşırılıklara meydan vermemeli.
- 7.Kıyafet ve sair noktalarda, Kur'ân ve sünnetle ruhsat verilen ölçülerin dışına çıkmamalı.
- 8.Kadın erkek karışık olmamalı vb.(Paksu,2002)

Tıp ve sağlık uzmanlarının tespitlerinden birisi de günümüzde ortaya çıkan birçok hastalığın sebepleri arasında insanların spor yapmaması gösterilmektedir. Yine birçok hastalığın tedavisinde insanlara önerilen reçetelerden biri de spor yapmaktır. İnsan-sağlık-tıp denkleminde sporun yeri bu kadar önem arz etmişken Hz. Muhammed(sav)'in yapmış olduğu spor dallarına bakmak gerekmektedir.

Sporun insan hayatındaki yeri ve önemi bugün herkes tarafından kabul edilen bir gerçektir ve sağlıklı bir yaşam için spor ve egzersiz yapmak zorunlu görülmektedir. Modern Tıp, fizik tedavi başta olmak üzere birçok hastalıklar için artık çeşitli egzersizleri ve spor yapmayı tavsiye etmektedir.

İslam Dini insan sağlığına gereken önemi en üst seviyede gösteren bir din olarak spor yapmayı teşvik etmiştir. “İnsanların iki büyük nimetin, sağlık ve boş vaktin kıymetini bilmediklerini” (Buhari) belirten Son Peygamber (sav), “Kuvvetli mü'minin zayıf mü'minden hayırlı olduğunu” (Müslim, İbn Mace) söylemiş ve bunun yollarından biri olarak da sporla uğraşmayı tavsiye etmiştir.(Işık,2013)

Sporun ve sağlığın tanımlarına baktığımızda elbette ki tüm insanlığa her konuda rehber olarak gönderilen ve sağlıkla ilgili birçok hadisi bulunan Hz. Muhammed'in spor ve dalları ile alakadar olmaması ve bu konuda insanlara tavsiyelerde bulunmaması düşünülemez.

Hz. Muhammed de hem kendi sağlığı hem de ümmetinin sağlığı için spor ve dalları ile ilgilenmiş ümmetine de bu konuda tavsiyelerde bulunmuştur. Çalışmanın ilerleyen bölümlerinde Hz. Muhammed'in alakadar olduğu ve sahabelere ve ümmetine tavsiyelerde bulunduğu spor ve dalları ile ilgili bilgiler literatür taraması yapılarak tespit edilmiştir.

Hz. Muhammed'in sporu sadece sağlıklı kalmak için değil eğlence, savaş vb. birçok farklı açıdan yapmış olduğunu ve bu konuda tavsiyelerde bulunmuş olmasını gözden kaçırmamak gerekiyor.

1. Hz. Muhammed (sav)'in Yaptığı Spor ve Dalları

Peygamberimizin (sav) bizzat meşgul olduğu, teşvik ettiği ve esaslarını belirttiği spor türlerinin belli başlıları şunlardır: Güreş, koşu, müsabaka, at ve deve yarışları, yüzmek, ok atmak, avlanmak ve bu spor faaliyetlerini ferdi olarak veya toplu halde seyretmek, kazananları ödüllendirmek.

Güreş: Dönemin ünlü pehlivanlarından Rükâne b. Abdüleyezid, İslâm'a girmek için Peygamberimizin (asm) kendisini güreşte yenmesini şart koştu ve yapılan karşılaşmada Peygamberimiz onu birkaç defa yendi. Ancak Rükâne sözünde durmadı. Rükane, yıllar sonra, Mekke'nin fethinde Müslüman olmuş ve Medine'ye yerleşmiştir. Rivayet ettiği hadisler vardır.(Ebu Dâvûd, Libas 21.)

Siyer kaynaklarında Peygamberimizin (asm) Rükâne'den başka bazı kimselerle de güreştiği, ergenlik çağına gelmiş olan sahabe çocuklarının askere alınmaları için her sene düzenlenen merasim sırasında birbirleriyle güreştikleri, ayrıca Hz. Hasan ve Hüseyin'in de Resûlullah'ın huzurunda güreş tuttıkları yer almaktadır.

Atıcılık ve ok atmak: Bir savaş sporu ve cihad aleti olan ok eğitiminin sünnette çok önemli bir yeri vardır. Peygamberimiz (asm) bir hadislerinde,“Sizden hiç kimse oklarıyla eğlenmekten geri durmasın.”(Müslim, İmaret 168)buyurmuştur. Bir başka hadiste, sahabelerden bir grubun eğlenmeye gittikleri söylenince, Peygamberimiz (asm) önce memnuniyetsizlik gösterirken,

daha sonra ok atışı için gittiklerinin açıklanması üzerine,“Atış eğlence değildir. Atış eğlendiğiniz şeylerin en hayırlısıdır.” (Kenzü’l-Ummâl, 4:292.)buyurmuşlardır. Hatta bir hadiste,“Sizden birinizi üzüntü ve sıkıntı bastığı zaman, yayını kuşanıp üzüntüsünü onunla dağıtmaktan başka yapacak bir şeyi yoktur.”buyurmakla da, sporun insanı psikolojik olarak rahatlığa kavuşturacağını belirtmiştir.

Peygamberimiz (asm) iyi ok atan sahabelere iltifatlarda bulunurdu. Uhud Savaşında, hedefe isabetli atışları sebebiyle, başka hiç kimseye kullanmadığı “Annem babam sana feda olsun” tabirini Sa’d b. Ebi Vakkas için kullanmıştı.(Buhârî, 2004,426)Bütün bu teşviklerden dolaydır ki, sahabe atıcılığa önem vermiş, her fırsatta, hatta akşam namazından sonra hava kararınca kadar bile ok atışları yapmıştır.(Ebu Dâvûd, Salâ 6.)

Peygamberimiz (asm) ok atış müsabakalarında taraftar bile olurdu. Peygamberimizin bu taraftarlığını, bakınız, Seleme bin Ekvâ ne güzel anlatıyor: Resûlullah çarşıda ok yarışı yapan Benî Eslem’den bir grupla karşılaştı. Onlara,“Ey İsmailoğulları! Atın, zira atalarınız atıcı idiler. Atın; ben falan kabileyi tutuyorum.” dedi. Bu söz üzerine bir grup atıştan vazgeçti. Efendimiz,“Ne oldu, niye atmıyorsunuz?” diye sordu. Şöyle cevap verdiler:”Nasıl atalım, siz öbür tarafı tutuyorsunuz.”

Bunun üzerine, Peygamberimiz:“Atın, ben hepinizi, her iki tarafı da tutuyorum.” buyurdular. (Buhârî, Cihad 78.)Peygamberimizin (asm) taraf oluşu da kendine hastı. En ufak bir şekilde kimsenin gönlünü kırmıyor, her başarıya sahip çıkıyordu.

Binicilik ve at-deve yarışı: Peygamber Efendimizin (sav) teşvik ettiği, kazananlara zaman zaman maddi ödül verdiği, çoğu kere bizzat katıldığı sportif faaliyetlerdendir. "Şu üç şeyde armağan vardır; Deve yarışı, at yarışı ve ok yarışı" buyuran Efendimizin Adbâ ismindeki devesi de pek çok yarışta birinci gelmişti. Ancak Peygamberimiz bu işi kumar şeklinde yapmayı yasaklamıştır.

At ve deve yarışları ve kazanana ödül verilmesi: Peygamberimiz (asm) ata çok önem verir, at yetiştirmesine ayrı bir özen gösterir ve teşvik ederdi. Rivayetlere göre belli zamanlar içinde kendilerinin on dokuz kadar atı var olmuştu.

İbn Ömer’in ifadesine göre, Resûlullah atını antrenmana tâbi tutar, sonra da onunla yarışa katılırdı.(Ebu Dâvûd, Cihad 67.) “Şu üç şeyde armağan vardır. Deve yarışı, at yarışı ve ok yarışı.”(Ebu Dâvûd, Cihad 67.) buyuran Peygamberimiz (asm), yarışta birinci gelenlere ödüller vererek başkalarını teşvik ederdi.

Peygamber Efendimiz (sallallâhu aleyhi ve sellem) zaman zaman koşu yarışları tertiplemiştir. Rivayetlerden bu yarışları maddî ödüllerle mükâfatlandırdığı anlaşılmaktadır. Hatta bazı rivayetlere göre Hz. Peygamber de bir seferinde, antrenmanlı, bir seferinde antrenmansız deveyle olmak üzere iki defa yarışa katılmıştır. Antrenmanlı deve aralarında altı mil mesafe olan Hafya ile Seniyyetü’l-Vedâ arasında, antrenmansız deve ile aralarında bir mil mesafe olan Seniyyetü’l-Vedâ ile Mescid-i Züreyk arasında koşmuştur. Fakat Hz. Enes’in aktardığı şu rivâyete bakılırsa Allah Resülü daha fazla binme yarışları yapmıştır: “Hz. Peygamber’in Adbâ adındaki devesini hiçbir deve geçemezdi. (Bir gün) bir bedevi devesiyle geldi. Hz. Peygamber onunla yarıştı. Müsâbakayı bedevî kazanmıştı ki bu durum Müslümanların ağrına gitti. Resûlullah onları teskin için şunu söyledi: “Dünyada her yükselişe bir alçalış, (her kemale bir zeval), vermek Allah üzerine bir haktır.”(Buhari ,2005,971),(Köşşekoğlu..)

Yüzme: Yüzmeyi çocukluk yaşlarında öğrenen Efendimiz atıcılık, binicilik ve koşunun yanı sıra yüzmenin de öğrenilmesi ve öğretilmesini teşvik etmiş, hatta bir babanın evladına karşı

vazifelerinden söz ederken onları helâl rızıkla besleme, yazıyı öğretme yanında atıcılık ve yüzme öğretmeyi de ifade etmiştir. Bu teşvikler sonucudur ki sahabeler arasında bu tür faaliyetlerin oldukça yaygın olduğu, Hz. Ömer'in de gerek hutbelerinde Medine halkına, gerek mektup ve talimatlarında diğer bölge halklarına ve ordu kumandanlarına atıcılık, binicilik, yüzme, koşu gibi eğitici ve yetiştirici sportif faaliyetlere önem verilmesini, bunların çocuklara öğretilmesini istediği belirtilmiştir.(Web-3)Peygamberimiz (asm) çocukluk döneminde Medine'de yüzmeyi öğrenmiş, Mekke döneminde Habeşistan'a hicret eden sahabelerine yüzmeyi öğrenmeleri konusunda teşvikte bulunmuş, yüzmeyi bilenlerden memnun olduğunu da ifade etmiştir. Hz. Ömer de, "Çocuklarınıza yüzmeyi öğretin." diyerek bu konu üzerinde önemle durmuştur.

Yürümek ve koşu:"İki hedef arasında koşan kimsenin her adımı için bir sevap vardır." buyuran Peygamberimiz, "Ok yarışı yapın, bedenlen sertleşin, yalınayak yürüyün."(Mecmaü'z-Zevâid, 5.136.)ifadeleriyle yürümenin faydasına dikkat çekmiştir.

Peygamberimizin (asm) bizzat kendileri Hz. Âişe annemizle birlikte iki sefer koşu yapmış, ilkinde Hz. Âişe kazanmış, ikincide ise kilo alması sebebiyle kaybetmiş ve koşuyu kazanan Peygamberimiz şöyle buyurmuştur: "Bu, önceki koşuya bedeldir; ödedik." (Ebu Dâvûd,1981,Cihad 67.)

Dikkat edildiğinde görüleceği üzere, sünnette var olan bu örneklerde öne çıkan ölçü ve prensipler; insanın kendi fiziksel kondisyonunu koruması yanında, asıl olarak hayatını, hayatiyetini, şerefini ve inancını koruması için, yaşadığı çağı itibarıyla bedenlen güç kazanmak, güçlü olmak, savunma için ve dış düşmana karşı gücünü kullanma zarureti hâsıl olduğunda buna önceden hazırlıklı olmaktır. Yani, sünnette yer alan spor çeşitleri gayeli, faydalı, hedefi belli oyunlardır. Bu arada kişi bundan hem zevk almakta, hem sağlıklı kalmakta, hem de dolayısıyla bir sünneti işleyerek sevap kazanmaktadır.

Yine, sünnette yer alan bütün bu spor çeşitlerinde genel İslâmî ölçüler de yer almaktadır. Yarış ve müsabakalarda taraflar arasında kine, nefrete ve düşmanlığa sebep olacak davranışlara meydan verilmemektedir. Ok atışı ve at yarışlarında kazanan ve kaybedenler birlikte gözetilerek dereceye girene teşvik mahiyetinde ödülleri verilmekte, yarış kaybedenlerin de kazanma gayreti içine girmeleri istenmektedir. Bu tür yarışlar hiçbir şekilde kumara yol açacak bir hale girmemektedir.

Sahabeler, işlerinde güçlerinde insanlardı, bir kısmı bilim ve eğitimle uğraşıyorlardı. Çoğu çoluk-çocuk sahibiydiler. Bu etkinlik ve meşguliyetler onların günlük işlerini, normal hayat seyirlerini, ibadet görevlerini ihmale götürmediği gibi, şimdiki tabirle "fanatik" bir taraftarlığa da yol açmıyordu. Çünkü onlar ne yaptıklarının farkındaydılar, niçin yaptıklarının şuurundaydılar ve ne kadar zaman ayırmaları gerektiğinin bilincindeydiler.(Paksu,2002)

2. Müslümanlara Tavsiyede Bulunduğu Spor Dalları

Peygamberimiz bazı sporları hem yapmış hem de teşvik etmiş ve o sporların yapılmasını tavsiye etmiş. Bazı sporları çok sık yapmış ve bunları tavsiye etmiş. Bu bölümde verilecek bilgilerin ilk bölümde verilen bilgilere yakın olması kaçınılmazdır.

Peygamberimizin teşvik ve tavsiye ettiği sporların başında atletizm (yürüme-koşu) gelmektedir. Peygamberimiz, "İki hedef arasında koşan kimsenin her adımı için bir hasene (iyilik) mevcuttur", "Ok yarışı yapın, vücutça sertleşin, yalın ayak yürüyün" (Mecmeu'z-

Zevâid, 5/136) buyurarak bu sporu teşvik etmiştir. Efendimiz'in eşi Hz. Âişe ile zaman zaman koşu yarışı yaptığı, bu şekildeki yarışları teşvik ettiği ve sahabenin de bu tür koşu yarışmaları yaptığı bilinmektedir. Bir defasında yarışı Hz. Âişe, diğerinde de Peygamberimiz kazanmıştır. (Bkz. Ebu Davud, Cihad 68)

Peygamberimizin tavsiye etmiş olduğu bir spor türü de ok atmadır. Bu konuyla ilgili olarak hadis kitaplarında şöyle geçmektedir: Utbe b. Amir (r.anh) şöyle demiştir: Ben, Rasulullah (s.a.v.)'i minber üzerinde: "Onlara karşı gücünüzün yettiği kadar kuvvet hazırlayın" (Enfal 60) Dikkat! Kuvvet atıcılıktır. Dikkat! Kuvvet atıcılıktır. Dikkat! Kuvvet atıcılıktır.", buyururken işittim. (Sahih-i Muslim, Kitabu'l-İmare, B.52, Hds. 167. Sunen-i İbn Mâce, Kitabu'l-Cihad, B.19, Hds.2813. Sunen-i Ebu Davud, Kitabu'l-Cihad, B.23, Hds.2514. Sunen-i Tirmizî, Kitabu Tefsiru'l Kur'ân, B.9, Hds.3277) Bu hadis her ne kadar ok atmayı spor maksadıyla tavsiye etmiyor olsa da dolaylı olarak spor içinde zikredilebilir. Yine bu konu ile alakalı olarak Rasulullah (s.a.v.), şöyle buyurmuştur: "Çocuklarınıza ok atmayı, ata binmeyi ve yüzmeyi öğretiniz" (Tayalisi, Sunen, 2096)

Hz.Muhammed (sav)'in teşvik ettiği, kazananlara zaman zaman maddi ödül verdiği, çoğu kere bizzat katıldığı sportif faaliyetlerden biri de binicilik ve at-deve yarışıdır. Konuyla ilgili olarak Peygamberimiz şöyle buyurmuştur: "Şu üç şeyde armağan vardır; Deve yarışı, at yarışı ve ok yarışı" buyuran Efendimiz'in Adbâ ismindeki devesi de pek çok yarışta birinci gelmişti. Ancak Peygamberimiz bu işi kumar şeklinde yapmayı yasaklamıştır. (Ebu Davud, Cihad 67) Hz. Peygamber, "Ok atma, at ve deve yarışı dışında ödül caiz değildir" (Tirmizi, "Cihad", 22; Nesai, "Bey", 14) buyurarak, bu tür sporları teşvik etmiştir.

Yüzmeyi çocukluk yaşlarında öğrenen Efendimiz atıcılık, binicilik ve koşunun yanı sıra yüzmenin de öğrenilmesi ve öğretilmesini teşvik etmiş, hatta bir babanın evladına karşı vazifelerinden söz ederken onları helâl rızıkla besleme, yazıyı öğretme yanında atıcılık ve yüzmeye öğretmeyi de ifade etmiştir. Bu teşvikler sonucudur ki sahabiler arasında bu tür faaliyetlerin oldukça yaygın olduğu, Hz. Ömer'in de gerek hutbelerinde Medine halkına, gerek mektup ve talimatlarında diğer bölge halklarına ve ordu kumandanlarına atıcılık, binicilik, yüzmeye, koşu gibi eğitici ve yetiştirici sportif faaliyetlere önem verilmesini, bunların çocuklara öğretilmesini istediği belirtilmiştir. Bize düşen, ömrümüzün en kıymetli bir hayat sermayesi olduğunu göz önünde bulundurup, salih amellerle hayatı geçirmeye çalışmak ve beden ve ruh sağlığımızı koruma açısından hayatımıza gerektiği ölçüde spora zaman ayırmaktır. (Web-3)

Peygamberimizin bizzat yapmadığı, tavsiye etmediği fakat kötü bir yanını görmediği yada yasakladığına dair bir hadisi olmadığı sporlara misal verelim. Ağırlık Kaldırma (Halter): Hz. Peygamber, bir gün içlerinde hangisinin daha kuvvetli olduğunu bilebilmek için, büyük bir taş yerden kaldırmaya çalışan bir yığın insanın yanından geçmiş ve bu yarışlarda hiçbir kötü yan bulmamıştı. Kurrek (Futbol): "Ayak topu" anlamına gelir. İslam'dan önceki Cahiliye döneminde Mekkeliler de "kurrek" denilen bir tür ayak topu oynarlardı. Büyük kalabalıklar bu sporu seyretmeye gelirlerdi. Bu kurrek oyununu oynamak için Mekke'nin her semtinde sahalar bulunurdu. Medine'de de kurrek oynanırdı. Kaynaklarda bu oyunun şekli ve yöntemiyle ilgili ayrıntılı malumat olmadığı gibi Hz. Peygamber'in bu oyunu yasakladığına dair bir bilgiye de sahip değiliz. (Web-4)

Genel olarak Hz.Muhammed(asm)'in yaptığı ve tavsiyelerde bulunduğu spor ve dalları ile ilgili hadislerini vererek konuyu sonlandıralım:

“Atıcılık ve binicilik öğreniniz” (Tirmizi, Ebu Davud)

“Dikkat ediniz, kuvvet atmaktır” (Ebu Davud)

“İki hedef arasında koşan kimsenin her adımına bir sevap vardır.” (Heysemi)

“Çocuklarınıza atıcılığı ve yüzmeyi öğretiniz” (Beyhaki)

“Çocuğun babası üzerindeki hakkı, ona yazı yazmayı, yüzmeyi ve atıcılığı öğretmesidir” (Beyhaki)

“Çocuklarınıza ok atmayı, ata binmeyi ve yüzmeyi öğretiniz.” (Tayalisi, Sünen, 2096).

“Sizden hiç kimse oklarıyla eğlenmekten geri durmasın.” (Müslim, İmaret 168.)

Resûlullah çarşıda ok yarışı yapan Benî Eslem'den bir grupla karşılaştı. Onlara, “Ey İsmailoğulları! Atın, zira atalarınız atıcı idiler. Atın; ben falan kabileyi tutuyorum.” dedi. Bu söz üzerine bir grup atıştan vazgeçti. Efendimiz, “Ne oldu, niye atmıyorsunuz?” diye sordu. Şöyle cevap verdiler: “Nasıl atalım, siz öbür tarafı tutuyorsunuz.” Bunun üzerine, Peygamberimiz: “Atın, ben hepimizi, her iki tarafı da tutuyorum.” buyurdular. (Buhârî, Cihad 78.)

“Şu üç şeyde armağan vardır. Deve yarışı, at yarışı ve ok yarışı.” (Ebu Dâvûd, Cihad 67.)

“Ok yarışı yapın, bedenlen sertleşin, yalınayak yürüyün.” (Mecmaü’z-Zevâid, 5:136.)

“Atış eğlence değildir. Atış eğlendiğiniz şeylerin en hayırlısıdır.” (Kenzü’l-Ummâl, 4:292)

“Allah tek bir ok sebebiyle üç kişiyi cennete koyar: 1- Onu yapan; yeter ki bunu hayır maksadıyla yapsın. 2- Oku atan. 3- Atana ulaştıran. Atın ve binin. Sizin ok atmanızı, ben binmenizden daha çok seviyorum.” (Buhari, Cihad 78)

“Cennet kılıçların gölgesi altındadır” (Buhari, Müslim)

Sonuç

Sporun insan hayatındaki yeri ve önemi bugün herkes tarafından kabul edilen bir gerçektir ve sağlıklı bir yaşam için spor ve egzersiz yapmak zorunlu görülmektedir. Modern tıp, fizik tedavi başta olmak üzere birçok hastalıklar için artık çeşitli egzersizleri ve spor yapmayı tavsiye etmektedir.

İslam Dini insan sağlığına gereken önemi en üst seviyede gösteren bir din olarak spor yapmayı teşvik etmiştir. “İnsanların iki büyük nimetin, sağlık ve boş vaktin kıymetini bilmediklerini” (Buhari) belirten Son Peygamber(asm) “Kuvvetli mü’minin zayıf mü’minden hayırlı olduğunu” (Müslim, İbn Mace) söylemiş ve bunun yollarından biri olarak da sporla uğraşmayı tavsiye etmiştir.

Peygamberimiz, kendi yaşadığı dönemde yapılan bazı spor dallarını yapmasa da yasaklamamış, bazıları ile kendisi bizzat meşgul olmuş, teşvik etmiş ve esaslarını belirlemiştir. Ayrıca bu spor faaliyetlerini ferdî olarak veya toplu halde seyretmiş ve kazananları ödüllendirmiştir.

Günümüzde yaygın olan futbol, basketbol, tenis, bilardo gibi spor ve oyunları mubah saymamak için hiçbir delil yoktur. Ancak, bütün oyun ve eğlencelerin mubah sayılması için, bazı şartlar gerekir. Mesela kısaca oyuna dalarak namazı ve ibadeti ihmal etmemek, oyunları

kumara alet etmemek, oynayanların ya da izleyenlerin dillerini kötü sözlerden sakınması, rakip oyunculara insani ve ahlaki ölçüler içinde davranışta bulunmak, icra edenlerin dinimizde belirtilen giyim-kuşam ölçülerine riayet etmesi gibi hususları zikretmek mümkündür.

İnsanı alakadar eden tüm mes'eleler de reçete Hz.Muhammed'(asm)ın sünneti olduğu gibi spor ve sağlık sorunlarında(holiganlık,fanatizm,milliyetçilik,obozite vb.) reçetesi de sünnettir.Bu konularda sünnete uygun düzenlemeler yapılırsa bir çok sorun kendiliğinden düzelecektir. Bu düzenlemeler beynel-milel olmasada(şimdilik) en azından İslam coğrafyasında yapılabilir.Böylelikle sağlık ve spor alanında günümüzde karşılaşılan sorunlar çözüme kavuşmuş olacaktır.

KAYNAKLAR

Buhari (2004).*Sahih-i Buhari Muhtasarı Tecrid-i Sarih*. İstanbul: dan çev. Abdullah Fevzi KOCAER.

El-Hazimi,İ.(2005).*7 Hadis İmamının İttifak Ettikleri Hadisler*.İstanbul:Karınca yay.dan çeviri Akın Hanefi

Ebu Davud (Süleyman b. Eş'as es-Sicistani). (1981). *Sünen*. İstanbul:

Işık, H.(2013).*İslam dini açısından spor ve hapkido*. <http://www.altunbasspor.com/makaleler-mainmenu-47/23-teknik-bilgiler/99-lam-d-asindan-spor-ve-hapko.html>

Köşşekoğlu, A.(...). *Spor yap sünnete uy*.

http://yenibahardergisi.com/yenibahar/newsDetail_getNewsById.action?newsId=272328

Paksu, M.(2002).*Nereye Kadar Spor?* <http://www.zaferdergisi.com/makale-703-nereye-kadar-spor.html>

Toparlı, R.(2009).*Dini Terimler Sözlüğü*. Ankara: Meb yay.

Web-1. *Spor nedir?* <http://spor.nedir.com/#ixzz3X2aC7FMI>

Web-2. *Sağlık nedir?* <http://saglik.nedir.com/#ixzz3X2bKJJ3L>

Web-3. *Bu sporları yapmak sünnet*. <http://www.on5yirmi5.com/haber/inanc/dinler/15120/bu-sporlari-yapmak-sunnet.html>

Web-4.*Asr-ı-saadette spor*. <http://sonpeygamber.info/asr-i-saadette-spor>