

**KUR'ÂN-I KERİM'DE GENÇLERİN BEDENİ-HAREKİ  
GELİŞİMİ VE EĞİTİMİ**  
*THE YOUTHS'S ACTİVİTY DEVELOPMENT AND THEIR EDUCATION IN HOLY  
QUR'AN*

Dr. İlhami GÜNAY

**Abstract**

*Humanbeing is honored by being appointed as chalif of the world and was created together with the required instruments to be able to render the the duty he assumed. Allah, the Almighty, have informed the the humanbeing his/her duties to be fulfilled during the lifetime from the mother's womb to the tomb and guided him/her through the devine books and the applications of the prophets. From the birth to his/her age to handle itself, He has given his/her custody to his/her parents for a healthy development and maintainence. After puberty, He has made him/herself responsible for maintaining physical and mental health of his/her own and of those under his/her responsibility according to the certain principles.*

**Key Words:** *The young in the Qur'an, body, activity, development, education.*

**Öz**

*İnsan, dünyaya halife tayin edilmekle şereflendirilmiş ve üstlendiği vazifeyi hakkıyla yapabilecek donanımlarla yaratılmıştır. Allah; insana, ana rahmi-kabir arasındaki hayat serüveninde haklarını ve görevlerini bildirmiş, ilahi kitaplarıyla ve peygamberlerin uygulamalarıyla ona rehberlik etmiştir. Doğumundan kendisini idare edebilecek yaşa gelinceye kadar sağlıklı gelişimini ve bakımını ebeveynine emanet etmiştir. Ergenliği sonrasında da kendisinin ve sorumluluğu altındakilerin beden ve ruh sağlığını, ilkeleri doğrultusunda korumaktan bizzat şahsını sorumlu tutmuştur.*

**Anahtar Kelimeler:** *Kur'an'da genç, bedeni, hareki, gelişim, eğitim*

**Giriş**

Allah, sınırsız ilmi ve kudretiyle varlıkları temiz, sağlam, ölçülü, dengeli ve orijinal yaratmıştır. Bu ahlâkını, içlerinden en şerefli kıldığı insana vahiy yoluyla telkin etmiştir.<sup>1</sup> Bütün insanlara hitap eden Kur'ân-ı Kerim'i indirerek, ona hayatının her safhasında yol

<sup>1</sup> İlgili ayetler için bkz. Bakara,2/,117,148; Âl-i İmrân,3/29,189; Mâide,5/17; Neml,27/88; Rahmân,55/7; Ra'd,13/8; A'râf,7/189; Ahkâf,46/15; Lokman,31/13,16-17; Bakara,2/4,11-12,176,233,238; Nisa,4/7,11,23,33,176; Talâk,65/4-6.

göstermiştir. Ancak diğer varlıklardan ayrıcalıklı kılınan insanların bazıları, hayatlarını düzenlemekte salt akıl ve bilgileriyle yetinmişlerdir. Bir kısmı, Rabbini tanımakla beraber çeşitli sebeplerden dolayı ilk gruba tabi olmuşlardır. Diğer bir kesimi de beşeri ve ilahi bilgiler merkezinde hayatını tanzim etmek istemekte, fakat bunlara ulaşamaması mümkün olabilmektedir.

İnsanların, hangi grupta olursa olsun beslenmekten dinlenmeye, temizlikten spora kadar bedenî gelişiminde doğru ilkelere ihtiyaçları vardır. Acaba gençliğin sonlarında zirveye ulaşan bedenî gelişim için Kur'ân-ı Kerim'in öngördüğü ilkeler var mıdır, varsa nelerdir? Bu soruya mantık: 'Kur'ân rol model arayışındaki gençlerin bu ihtiyacını olumlu karşılamış ve ebeveyn de onları sağlıklı şekilde yetiştirmelerine rehberlik etmiş olmalıdır' cevabını vermektedir.

Çalışmanın hedefi; bilgi kirliliğinin yaşandığı çağımızda, ömrünün safhaları birbiriyle geçişli bulunan insana, Kur'ân-ı Kerim'in zikredilen konuda hangi ilkelerle yol gösterdiğine bir nebze katkı sağlamaktır. Bu yüzden araştırma gençlik dönemi merkezliyse de, bu merhalenin öncesine ve sonrasına atıfta bulunma zarureti olabilecektir. Kur'ân'ın, gençlerin gelişimlerine ait örnekleriyle ve buna işaret eden ayetleriyle sınırlı kalınacaktır. Ancak konuyu açıklama sadedinde tefsir, hadis ve yeri geldikçe pedagoji eserlerine müracaat edilecektir. Gençlik hakkındaki Kur'ânî lafızların izahına girilmeyecektir. Zira bu ayrı bir araştırma konusudur.

### Gencin Tanımı

Türkçede **genç**; gelişim sürecine uygun olarak **bülüğ/ergenlik, delikanlılık** ve **son gençlik** olmak üzere üç aşamada tanımlanmaktadır. Gençlik devreleri kesin çizgilerle ayrılamamakta ve kız-erkeklerde farklı olmaktadır. Bununla beraber; bülüğ/ergenlik dönemi 11-15, ergenlik dönemi 15-18 ve son gençlik devresi 18-21 yaşlarını kapsamaktadır.<sup>2</sup>

**Bülüğ/ergenlik dönemi:** Çocukluk çağını aşmış, buluğa ermiş kimseleri kapsar. Bu dönemin erkekleri için; "**ergen, erkek çocuk, murahık/yeniyetme** ve **civân**" kullanılmaktadır. **Ergen**, ergenlik çağında olan, henüz evlenmemiş, bekâr, ergen olmak, evlenecek çağa gelmek anlamındadır. **Civân** ise, Farsçadan Türkçeye geçmiştir. "**Yakışıklı genç erkek** veya **kadın, genç** ve **yakışıklı** olan **yeni yetme**, çocuklukla ergenlik arasındaki dönemde olan kimse, **ergen**"<sup>3</sup> anlamındadır. Bu dönemdeki **kız** için, Farsçadan Türkçeye geçen "**yeni yetişmiş, genç körpe, genç kadın** manasındaki **taze** ve **civân**"<sup>4</sup> kullanılmaktadır.

**Delikanlılık dönemi:** Yaşı ilerlememiş, orta yaşlılık devresine girmemiş olanları kapsar. Bu dönemdeki **erkek** için; "**delikanlı, genç, civân, nevcivân, şâb, Berna**" kullanılmaktadır. **Delikanlı**, birleşik isimdir. 1. Çocukluk çağından çıkmış genç erkek, mecazen sözünün eri, dürüst, namuslu kimse/ **nevcivân**,<sup>5</sup> 2. **Cesur, yiğit** 3. **Babayiğit** 4. Gençlere **teklifsiz hitap** manalarına gelir.<sup>6</sup> Bu dönemin **kızları** için **genç kız** ifadesi kullanılmaktadır.

<sup>2</sup> Kız-erkeklerin ergenliğini etkileyen unsurlar, kişi hayatının dönemleri ve Kur'ânî lafızlar istikametinde gençliğin otuz yaşlarında sona erdiğinin delilleri hk. geniş bilgi için bkz. İlhami Günay, *Kur'an-ı Kerim'de Gençlik Tipolojileri*, (Yök'te yayınlanmış Doktora Tezi) SÜSBE, Konya 2003, s.12, 19-20.

<sup>3</sup> *Türkçe Sözlük*, Türk Dil Kurumu, TDK. Basımevi, Ankara 1998, C: II, s. 2433.

<sup>4</sup> Age, C: I, s. 412, 719; C: II, s.2159,2433.

<sup>5</sup> Age, C: I, s. 546.

<sup>6</sup> D. Mehmed Doğan, *Büyük Türkçe Sözlük*, Gerçek Hayat Yayınevi, 15. Baskı, İstanbul 2001, s.297.

**Son gençlik dönemi:** “ihtiyarlık karşıtı, insan hayatının ergenlikle orta yaş arasındaki dönemidir. Bu dönemdeki **erkek** için; “**şebâb, şebâbet**”<sup>7</sup>, **kızlar** için de “**yetişkin, genç kız**” kullanılmaktadır.

Ayrıca **genç**, Türkçede sıfat olarak 1. Yaşı ilerlememiş olan, ihtiyar karşıtı, **genç adam**, orta yaşlılık devresine girmemiş olan 2. Gelişmesini tamamlamamış bitki, hayvan. 3. Gençlikteki özelliklerini koruyan, **dinç**, 4. Zihni bakımdan yeterince gelişmemiş, **toy**. 5. Mecazen **yeni gelişmekte olan, kısa geçmiş olan** manalarında kullanılmaktadır.<sup>8</sup> Türkçedeki **genç** ile Farsçadaki “**Yere gömülmüş define, altın, gümüş, mal saklanan yer hazine** manalarına gelen **gene**”<sup>9</sup> şekli, telaffuz benzerliği ve mana yakınlığı ilginçtir.

### Gençlerin Bedeni-Hareki Gelişimi ve Eğitimi

İnsan bir nefisten,<sup>10</sup> kulluk etmesi amacıyla ve safhalar halinde<sup>11</sup> yaratılmıştır. Ebediyet arzusuyla dopdolu olan bu fani varlık, bu arzusunu<sup>12</sup> karşı cinsiyle bütünleşerek evlat bırakmakla kısmen teskin edebilmektedir. Evlatlar hayatın süsleri ve Allah’ın en değerli<sup>13</sup> nimetlerindedir. Evlat sevgisi fitridir ve onlar hayatın süsleridir.<sup>14</sup> Bu hissini ahirette de devam edeceğine “**ebedi cennet çocukları, saçılmış inci taneleri**”<sup>15</sup> benzetmeleri işaret etmektedir. Bu fitri meyille, insanın sadece yok oluş duygusu hafifletilmemekte, aynı zamanda aile, soy ve cemiyet kurmakla dünya hayatının düzenlenmesi<sup>16</sup> de sağlanmaktadır.

Bedeni ve hareki gelişim başlığı altında çocukların eğitimine; **beslenme, beden temizliği, çalışma ve vücudun eğitimi** noktalarından yaklaşılmaktadır. İslam bedeni; ruh ve aklın kabı olarak değerlendirmekte ve bu iki değerini sağlığını, ancak bedenini sağlamlığıyla mümkün olabileceğini bildirmektedir. Vücudun korunmasını, onu zayıf düşüren bütün etkenlerden sakınılmasını, temizliğine özen gösterilmesini, vücuda zararlı bütün gıdaların

<sup>7</sup> TDK, Age, C: I, s.836; Mehmet Doğan, Age, Yeniyetme s. 1410; Taze, s. 1275; Genç, s. 463.

<sup>8</sup> TDK, Age, C: I, s. 836.

<sup>9</sup> Ziya Şükun, *Gencine-i Güftar Ferheng-i Ziya, Farsça Türkçe Lügat*, MEBY., İstanbul 1984, C: III, s. 1699.

<sup>10</sup> *Kur’ân-ı Kerim*, Nisâ,4/1; Hucurât,49/13; Nahl,16/72.

<sup>11</sup> *Kur’ân-ı Kerim*, Zâriyat,51/56,57; Mülk,67/2; Cin,72/16-17; **nutfe**/sperm Nahl,16/4; Müminûn,23/12; Dehr,76/2; **alaka**/kan pıhtısı, **mudğa**/et, **izâm**/kemik Müminûn,23/14 .

<sup>12</sup> Bu hissini tahassürü, zürriyet bekleyen İbrâhîm ve Zekerîyya a.s.’ın yakarışlarında (Sâffât,37/100; Hûd,11/71; İsrâ,19/5-6) görülmektedir. Aslında bu duygu, Adem a.s.’ın yasak meyveyi ebediliğe ulaşmak için yemesinden (Tâ Hâ,20/120) anlaşıldığı üzere, herkese mahsustur.

<sup>13</sup> *Kur’ân*, Furkân,25/74; 3/3,35,38. Bu yüzden Firavunun ve cahiliye Araplarının çocukları öldürmeleri şiddetle eleştirilmiş ve mutlak olarak haram kılınmıştır: Bakara,2/49; En’âm,6/140; A’râf,7/127,141; İbrâhîm,14/6; Kasas,28/4; Mümin,40/25; Sâf,61/12; Tekvîr,81/8-9. Uğurlarında cihat emredilmiştir: Nisâ,4/75,97-98. **Canları**, dinin temel maksatlarından birisi olarak aziz bilinmiş, **malları** ise miras, haklarının muhafazası kapsamında korunmuştur: Bakara,2/176,233,238; Nisâ,4/7,11,23,33,176; Talâk,65/4-6. Unutmamalıdır ki, Allah’tan alıkoyan, gücü temsil ettiğinden dolayı övünmeye/aldanmaya sebep olan, eğitim ve gelişimi ihmal edilen evlatlar da fitne kaynağı sayılmıştır: Enfâl,8/27-28; Teğâbün,64/14.

<sup>14</sup> *Kur’ân-ı Kerim*’de evlat sevgisi, Nûh a.s.’ın gemiye binmeyi reddeden oğlunun tavrı karşısındaki çırpınışı (Hûd,11/42-46), Yakûb a.s.’ın Yûsuf’una hasret elemi (Yûsuf,12/84), Hz.Mûsâ’nın annesinin, yavrusunu Nil nehrine bırakırken aklını kaybedecek derecede sıkıntı çekmesi (Tâ Hâ,20/38-40; Kasas,28/7-13) vesileleriyle dile getirilmiştir. Evladın hayatın süsleri olduğu ise (Kehf,18/46) ayetinde belirtilmiştir.

<sup>15</sup> *Kur’ân-ı Kerim*, İnsân,76/19; Tûr,52/24; Vâkıa,56/17

<sup>16</sup> İlgili ayetler için bkz. Âl-i İmrân,3/14; Nisâ,4/1; Bakara,2/223; Rûm,30/21; Nahl,16/80; Hucurât,49/13.

haram kılınmasını ve bu yasağa uyulmasını, helallerden de ölçülü kullanılmasını<sup>17</sup> istemektedir. Zira sorumluluk; istenilen kulluk vazifelerini yapabilecek gücü bulmakla üstlenir ve gücün derecesiyle sınırlıdır. Gücü bulamayanlara özürleri nispetinde muafiyetler ve kolaylıklar getirilmiştir.<sup>18</sup>

Beslenme, temizlik ve vücut eğitimi, bedenın sağlığını ifade etmektedir. Sağlıklı insan, organları vazifelerini mükemmelen yapan, marazi hali bulunmayan, güçlü, dengeli insandır. Sağlıklı insan kendine güvenir, geleceğe güvenle bakar. Sağlıklı olmayan kimse aşağılık duygusuna kapılabilir,<sup>19</sup> zihni gelişimine olumsuz etki edebilir. Bilgi edinmenin vasıtalarından biri olan beş duyuya, Kur'ân-ı Kerim'in bu yüzden çok vurgu yaptığı söylenebilir.<sup>20</sup>

### a.Beslenme

Allâh, insanın hayatın hangi safhasında neleri nasıl yapacağını tarif etmiş, yapmaması gerekenler hakkında da usuller koymuştur. Helal ve haram olarak ifade edilen bu kavramlar, beşer hayatının yol haritasıdır. Beslenmenin de ölçüleri belirlenmiştir. Çocukların bakımı/beslenmesi, daha rahimdeyken anasının nafaka hakkının/beslenme verilmesi ve doğduktan sonra da, öz/sütannesi himayesinde iki yıl süreli (en besleyici) ana süt hakkı tanınmasıyla sağlanmıştır.<sup>21</sup> Kur'ân'daki "**yekfülü**" ifadesi, emzirme ve bakımın **içtenlikle, şefkatle** yapılması gerektiği,<sup>22</sup> peygamber namzedi Hz. Musa'nın ve seçkin Meryem'in şahsında her iki cinsten birer örnekle bildirmektedir. Peygamberimiz de aynı manada "**kâfilu'l-yetim**"<sup>23</sup> ifadesiyle yetimlerin şefkatle bakımına ve iyiliğine uygun davranmaya işaret etmiştir.

Çocukların sonraki dönemde himaye edilmesi ve mali, sosyal, eğitim vb haklarının korunması, bilhassa yetimlerin şahsında gösterilmiştir.<sup>24</sup> Bu; **pratikte en ihmal edilen yetimlere sahip çıkmak zorundaysanız, evladınız buna evleviyetle layıktır** fikrini

<sup>17</sup> Abdülhalim Mahmud Ali, *et-Terbiyetü'l-İslamiye fi Surati'l-Maide*, Daru't-Tevzi, 1. Baskı, Kâhire 1994, s. 59-60.

<sup>17</sup> "**İki (büyük) nimet vardır. İnsanların çoğu onlar hususunda aldanmıştır: Sıhhat ve boş vakit!**" Buhâri, Rikâk 1; Tirmizi, Zühd 1, (2305) 5947; "**Muttaki için zenginliğin bir zararı yok! Ancak, sıhhat, muttaki için zenginlikten daha hayırlıdır..**" 6620.

<sup>18</sup> Bkz. *Kur'ân-ı Kerim*, Feth,48/17; Hac,22/78, Bakara,2/185,286; Nisâ,4/28,95; Tevbe,9/91; A'lâ,87/18; Nûr,24/61; Kur'ân-ı Kerim, engelliliği noksanlık olarak değil, gerçekte tevhibi kabul etmeyenlerin engelli olduklarını mecazen belirtmektedir. Tarih boyunca insanoğlunun ve dinlerin engellilere bakışı hk geniş bilgi için bkz. Emine Gül, *Kur'ân'da Engelliler*, Akis Kitap, İstanbul, 2005, Özetle, s.13 vd.

<sup>19</sup> Yaşar Fersahoğlu, *İslam Eğitime Giriş*, Marifet Yayınları, İstanbul 2003, s. 13.

<sup>20</sup> Nahl,16/78; İsrâ,17/36; Müminûn,23/78; Rasûlullah s.a.v. de: "**Şüphesiz bedeninin senin üzerinde hakkı vardır.**" buyurmuştur. Ali Medar, *İnsan Eğitiminin Kur'ânî Metodu*. Terc. Ali Yüksel, Fırat Yayınları, İstanbul 1987, s. 50-51.

<sup>21</sup> *Kur'ân-ı Kerim*, Ahkâf,46/15; Lokmân,31/14; Bakara,2/233; Talâk,65/06

<sup>22</sup> Tâ Hâ,20/40; Kasas,28/12; Âl-i İmrân,3/37. Zemaşeri **yekfülü** fiiline, "Bütün iyilik ve hayırına olan (hususlarda) yetiştirme işini Zekeriya a.s.'a yükledi" manası vermiştir. Cârullah Ebi'l-Kâsım Mahmûd b Ömer ez-Zemaşeri, *el-Keşşâf...*, Tahk. Adil Ahmed, Ali Muhammed, Mektebetu'l-Ubeykân, 1. Baskı, Riyad 1998, C: I s. 553. Elmalılı ise bu fiile **himaye etti** manasını tercih etmiştir. Muhammed Hamdi Yazır, *Hak Dini Kur'ân Dili*, Eser Neşriyat, İstanbul, Tarihsiz, C: II s. 1094. Şüphesiz **maslahat** ve **himayenin** içerisinde, çocukların iyilik ve sağlık üzere yetiştirilmesinin ayrılmaz ögesi **şefkat** ve **içtenlik** de dahildir.

<sup>23</sup> **Ben ve yetimi şefkatle himaye eden cennette (işaret-orta parmak gibi) beraberiz.** Müslim, Zühd, (2983)

<sup>24</sup> İlgili ayetler: Bakara,2/63,83,177,215,220, Nisâ,4/2,3,6,8,10,36,127; En'am,6/152; Enfâl,8/41; İsrâ,17/34; Haşr,59/7; Fecr,89/17; Beled,90/15; Duhâ,93/9; Mâûn,107/2.

vermektedir. İhmalkârlıktan kaynaklanan fakirlik ve buna dayalı sebeplerden dolayı kötü beslenmenin getirdiği hastalıklardan ebeveyn sorumludur.<sup>25</sup>

Gençlik dönemi genellikle bedeni hastalıktan uzaktır. Kur'ân-ı Kerim'de de bu dönemi yaşayanların hastalığına işaret eden bir ifade bulunmamaktadır. Esasen sadece, yetişkinlik dönemindeki Hz. Yakûb ve Eyyüb a.s.'in hastalıkları ve sonradan iyileşmelerinin bildirilmesi, sağlığın asıl olduğuna ve tedavi olmanın gerekliliğine işaret sayılabilir. Peygamberimiz de koruyucu hekimliğin esaslarını bildirmekle ve buna rağmen hastalanma durumunda tedavi olmayı ısrarla istemekle,<sup>26</sup> ahlakının Kur'ân olduğunu bu açıdan da göstermiştir.

Allah Kur'ân-ı Kerim'de; insanın sağlıklı yaşamasını sağlayacak temel gıdaların birçoğunu şükür gerekçesi olarak ismen<sup>27</sup> saymıştır. Bu gıdalar; ruh sağlığı için **helal** ve beden sağlığı için **temiz** olmalıdır.<sup>28</sup> Zekat, kurban, sadakalar, kefareter vb. mali ibadetlerle,<sup>29</sup> fakirlikten kaynaklanan dengesiz beslenmeye tedbir sunmuştur.

Allah ayrıca israfı yasaklayarak<sup>30</sup> nimetin, fakirlere ulaşabilme imkânını da sağlamış ve bütün bunlarla dengeli beslenmeye zemin hazırlamıştır. Rasûlullah s.a.v. de bu dengenin pratiğini, mideyi üçte birer payla, yiyeceğe, meşrubata ve havaya tahsis etmekle göstermiştir. O, ibadetine dikkat ettiği kadar beslenme, uyku, istirahat gibi vücut sağlığına da dikkat etmiştir.<sup>31</sup> Kur'ân'da Allah'ın lütfü olarak zikredilen uyku ve istirahat,<sup>32</sup> vücudu dinlendirmeye özen gösterilmesi gerektiğini ayrıca akla getirmektedir.

Rızkını kazanma konumunda bulunan gencin, hayatının idamesini sağlayacak hususlarda bilgili olması ve hayatına uygulaması beklenir. Kur'ân'da, yeme-içme konusunun, gençler hakkında doğrudan ele alındığı yer, Ashâbu Kehf'tir. Üçyüzdokuz senelik uykudan uyandırılan gençlerin, yiyecek satın aldırılmak üzere gönderecekleri arkadaşlarına **“...Hangisi daha temiz ise ondan rızık getirsin...”**<sup>33</sup> sözü, inançlarıyla uyuşmayan hayat tarzının sürdüğü toplumlarında, yeme-içme konusunda da hassas davrandıklarını göstermektedir. Taberî [v.310/922], ayette geçen **“ezkâ taâmen”** ifadesinin, **“Çok yiyecek, en helal, en hayırlı, en**

<sup>25</sup> Zira Peygamber s.a.v.: **İnsanın aile fertlerini sefil bırakması, günah olarak kendine yeter** buyurmuş, vefâtı anında mirasının tamamını hibe etmek isteyen birine, evlatlarına mal bırakmasının, onları mahrum bırakmaktan daha hayırlı olacağını bildirmiştir. Ebu Davud, Zekat, 45.

<sup>26</sup> *Kur'ân-ı Kerim*, Yûsuf,12/84,96; Enbiyâ,21/83; Sâd,38/41-44; Müddessir,74/4-5; Buhari,Tıb,1,2,11-12,17,19-20,27,28,30,33,35,52; Müslim, Eşribe, 99; Ebû Davûd, Tıb,1-3,9,14,15,17,24; Tirmizi, Tıb,1,4,2,9,13-14,21,28,35... Adnan Şerif, Müddessir suresinin beşinci ayetinde geçen **riczin** manalarından birisinin de mikrobik pislikler olduğundan hareketle, bulaşıcı hastalık üreten durumlardan kaçınılmasını konuyla alakalı hadisler ışığında izah etmektedir. Adnan eş-Şerif, *Min İlmi't-Tıbbi'l-Kur'âni*, Dâru'l-İlmi li'l-Melâyin, Beyrut, 1990, s. 235 vd. Ayrıca Peygamberimizin tıpla ilgili tavsiye ve tatbikatı hakkında geniş bilgi için bkz. Muhammed b Abdillâh ez-Zehebî, *et-Tıbbu'n-Nebevi*, Tahk. Ahmed Rif'at el-Bedrâvi, Dâru İhyâi'l-Ulûm, 3. Baskı, Beyrut 1990, s. 210 vd.

<sup>27</sup> *Kur'ân-ı Kerim*, Bakara,2/57,61; En'âm,6/99; 11/69; Nahl,16/66-69; Kehf,18/61,63; Fâtır,35/12; Yâsîn,36/71-73; Tîn,95/1

<sup>28</sup> *Kur'ân-ı Kerim*, Mûminûn,23/51; Bakara,2/57,61,,172,233; En'âm,6/99,141; Hûd,11/69; Nahl,16/67-69; Kehf,18/61; Mûminûn, 23/20; Fâtır,35/12 ;Yâsîn,36/71-72; Tîn,95/1

<sup>29</sup> *Kur'ân-ı Kerim*, Bakara,2/43,110,253-264,271,277,280; Mâide,5/89; Tevbe,9/79; Hac,22/37; Ahzâb,33/35; Kevser,108/3...

<sup>30</sup> *Kur'ân-ı Kerim*, En'âm,6/141-142; İsrâ,17/26-27

<sup>31</sup> Allah dengeli beslenmeye; A'râf,7/31; Mâide,5/87 ayetleri ve hükmü umumi olan Bakara,2/195 ayetiyle işaret etmiştir. Müslim, Eşribe, 2006; Buhari, Savm,55

<sup>32</sup> *Kur'ân-ı Kerim*, Furkân,25/47; Nebe',78/9

<sup>33</sup> *Kur'ân-ı Kerim*, Kehf,18/25,19.

**güzel**" manalarına geldiğini söylemektedir.<sup>34</sup> Bu anlamlar istikametinde gençler, beslendiği gıdanın helal olmasını aramakla birlikte, vücuda faydalı ve besleyici olmasını da istemiş olmaktadır.

İlk bakışta basit gibi görünen bu tercih, aslında hayata bakışın tezahürüdür. Beslenme, hayatın en temel ihtiyacı olduğuna göre, ibadetle muhatap bünyenin helalle beslenmesi<sup>35</sup> şarttır. Ülkesi dışında okuyan ve yaşayan Müslümanların konuya gösterdiği hassasiyet, selîm fitratın değişmediğini de göstermektedir.

### b. Beden Temizliği

Dinin erdemli insanlar yetiştirme hedefinin bir göstergesi de temizliktir. Kur'ân-ı Kerim'de beden ve ruh temizliğine "**tuhr**" ve "**tezekki**" kelimeleriyle ısrarla vurgu yapılmasının<sup>36</sup> dışında, ibadetler temizlik şartına bağlanmıştır. Namaz abdestsizliği, cünüplük, hayız ve loğusalık hükmen kirlilik olduğundan namaz ve gusül abdestiyle temizlenmek şart koşulmuştur.<sup>37</sup> Bu şartın en güzel yanı, emirlerin uygulanmasına pratik bir zemin oluşturmasıdır. Nitekim Allah ve Rasülü, müminleri ibadete erken yaşlarda başlatmakla<sup>38</sup> maddi-manevi temizliğe alıştırmış olmaktadır. Temizlik bedenle ilgili olan abdest ve gusülle sınırlı kalmayıp, çevrenin, evin ve mabedin temizliğini de kapsamaktadır.<sup>39</sup>

Hz. İbrahim'in ve genç oğlu İsmail'in birlikte Ka'be'yi inşa ettikten sonra Allah'tan onu hacılar ve ibadet edenler için temiz tutmaları emrini almaları dikkat çekicidir. Buradaki temizliği mecazi manaya hamlederek Beytullah'ın putlardan temizlenmesiyle yorumlayanlar olmuşa da, maddi temizliği de anlamaya hiçbir mani yoktur. Buna göre anlam, Ka'be'yi inşa eden baba-oğul başta olmak üzere, genç-ihtiyar, kadın-erkek, yerli-misafir herkes orayı temiz tutacaktır. Temiz tutulması sadece görüntü kirliliğine yönelik değildir. Zira ayette, "**tavaf**

<sup>34</sup> Ebû Ca'fer Muhammed b. Cerîr et-Taberî, *Câmiu'l-Beyân Te'vîli Âyyil-Kur'ân*, Dârü'l-Fikr, 4. Baskı, Beyrut 1984. C: XVI s. 223-224; Abdullah b. Ahmed b. Mahmud Neseî, *Tefsîru'n-Neseî*, Dârü Kahramân, İstanbul 1984. C: III s. 7.

<sup>35</sup> *Kur'ân-ı Kerim*, Mü'minûn,23/21; Bakara,2/172; "...yediği haram, içtiği haram, giydiği haramdır ve (netice itibariyle) haramla beslenmektedir. Peki böyle bir kimsenin duasına nasıl icâbet edilir." Müslim, zekât, 65.

<sup>36</sup> İlgili ayetler için bkz. Muhammed Fuâd Abdülbâki, *el-Mu'cemu'l-Müfehres li Elfâzi'l-Kur'ân*, Dârü'd-Da've, İstanbul 1986, s.331, 428-429.

<sup>37</sup> *Kur'ân-ı Kerim*, Bakara,2/222; Maide,5/6.

<sup>38</sup> Allah pek çok ayetle namaza dikkat çekmiştir: Meryem,19/30-31;Tâ Hâ,20/132; İbrahim,14/35; Bakara,2/127; Yûsuf,12/40... Rasûlullah s.a.v. ise; çocuğun yedi yaşında namaza alıştırılmasını, on yaşlarında daha da hassasiyet gösterilmesini velisine emretmiştir. Ebû Davûd, Salat,26; Buhâri,İman,1; Buhari,Tevhid,48; Müslim, İman,8...

<sup>39</sup> *Kur'ân-ı Kerim*, Müddessir,74/4; Tevbe,9/108; Bakara,2/125; Hac,22/26; Fâtır, 35/18; Rûm,30/41 "Allah, iyi ve güzeldir, iyiliği ve güzelliği sever. Allah temizdir, temizliği sever." Tirmizi, Edeb,4; "Sizden biriniz Cuma namazına geleceği vakit gusül abdesti alsın." Müslim, Cuma,2; Ensar'a; abdest, gusül ve taharete dikkatleri sebebiyle Allah'ın övdüğünü bildirerek kendisi de memnuniyetini ifade etmiştir. İbn-i Mace, Taharet,28; "Dişlerinizi fırçalayın, çünkü o, ağzı temizler ve Rabbi razı eder." İbn-i Mace, Taharet,7; "Yemek öncesi ve sonrasında elleri yıkamak, yemeğin bereketindedir." Tirmizi, Et'ime,40-45. İnsanlara eziyet veren bir şeyi kaldırmayı, imanın en alt parçası bir sadaka saymış (Müslim, İman,58), suya, gölgeliğe bevedilmemesini emretmiştir (Tirmizi,Taharet,51). "Kabir azabının çoğu idrar yüzündendir." İbn-i Mace, Taharet,28. Ayrıca geniş bilgi için bkz. İbrahim Canan, *Peygamberimizin Sünnetinde Terbiye*, Tuğra Neşriyat, İstanbul Tarihsiz, s. 226 vd.

edenler” ve “namaz kılanlar için” ifadesi, sıçrantı, bulaşma vb yollarla hacıların ibadetine mani olacak pisliklerin izalesine yönelik de bir tedbir alındığı anlaşılmaktadır.<sup>40</sup>

### c.Vücutun Eğitimi

Beden sağlığını koruma/kazanmanın bir vesilesi de onun fiziki özelliklerine dikkat etmektir. Hemen belirtmeliyiz ki Kur’ân-ı Kerim’de bu konuya, kıssalar ve zımnî manalarla işaret edilmektedir. Şüphesiz gencin siması, endamı ve bedeni gücü sağlıklı kişilik kazanmakta önemli bir değerdir.

Kişiyi hemcinslerinden ayıran ve ruh halini nisbeten ele veren simasıdır. Kalıcı simaya ergenlikle kavuşulmaktadır. Nitekim Hz. Yûsuf’un, ağabeylerinin ihanetine uğradığında temyiz,<sup>41</sup> onlarınsa ergenlik yaşlarında oldukları<sup>42</sup> anlaşılmaktadır. Zira o, ergenliğe ulaştığı zaman ailesinden kopartılmış olsaydı, yetişkinliğinde kardeşleri onun simasında tanıyabilecek izlere rastlayabilirlerdi. Zira Hz. Yûsuf, yıllar sonra onları tanımıştır.<sup>43</sup>

Kur’ân-ı Kerim’de Hz. Yûsuf’un yakışıklılığından bahsedilmesi, köle de olsa bir bakan tarafından satın alınması, meleklerin Lût a.s.’a parlak/çekici delikanlı kılığında gelmeleri,<sup>44</sup> fizyonominin bir değer olduğunu göstermektedir. Nitekim Cebrail a.s. da endamı bir genç suretinde Hz. Meryem’e İsa a.s.’ın ruhunu üfleme üzere gönderilmiştir.<sup>45</sup> Zikredilen misallerden anlaşılmaktadır ki, simayı seçmek kişinin elinde değildir. Ancak onu korumak ve toplum içerisinde şeref ve izzetini küçük düşürebilecek görünümünden sakınmak kişinin elindedir. Korunması gereken bir başka değer ise bedenin gücüdür.

Kuvvetin, insanı büyüleyen bir özelliği vardır. Hatta onun, cellâdına âşık bile edebildiğinin toplumsal misalini, İsrailoğullarının bir kısmının dinlerini bırakarak katilleri Firavun’un kavminin ilahı buzağıya tapması oluşturur.<sup>46</sup> Güç, hak çerçevesinde kaldığı müddetçe kıymetlidir. Bu yüzden Kur’ân-ı Kerim tevhit ehline, düşmanlarına karşı güçlü olmalarını tavsiye etmekte ve gücü zaafa uğratmaya çalışanları ayıplamaktadır.<sup>47</sup>

Kur’ân-ı Kerim’de bedeni kuvvetin -gençlerle alakalı olarak- önemi, açıkça Hz. Mûsâ ve Tâlût üzerinde gösterilmiştir. Hz. Mûsâ’nın, taraftarını koruma gayretiyle hasmı Kıptîye vurarak bir yumrukla öldürmesinin<sup>48</sup> olumsuzluğu bir tarafa; onun kuvvetli bir vücuda sahip olduğuna işaret eder. Oysa Hz. Mûsâ’nın sarayın rahatlığı içinde yaşadığı, mantiken (Hz. Dâvûd’un çobanlık yaparken zorunlu olarak güçlü olması gibi) bedeni kuvvetlendirici

<sup>40</sup> Kur’ân-ı Kerim, Bakara,2/125; Tevbe,9/108; Ebu’l-Fida İsmâil İbn Kesîr, *Tefsiru’l-Kur’âni’l-Azim*, Daru’l-Ma’rife, 2. Baskı, Beyrut Tarihsiz, C: I s. 176-177; Hayreddin Karaman vd. *Kur’ân Yolu*, DİBY, Ankara 2006, C: I s. 209-210.

<sup>41</sup> *Kitabu’l-Mukaddes, Kütübü’l-Ahdi’l-Kadim-ve’l-Ahdi’l-Cedid*, Matbaatü’l-Emrikiyye, Beyrut 1899. Tekvin, 37/42; 41/1-45

<sup>42</sup> Kur’ân-ı Kerim, Yûsuf,12/11-12

<sup>43</sup> Kur’ân-ı Kerim, Yûsuf,12/58, Zira çocuklarda on yaşlarından sonra büyüme hızlanır. Atalay Yörükoğlu, *Gençlik Çağı Ruh Sağlığı ve Ruhsal Sorunları*, Özgür Yayıncılık, 7. Baskı, İstanbul 1990, s. 30.

<sup>44</sup> İbn Abbas [v.68/687-688] r.a.’dan rivayet edilmiştir. Fahrüddin er-Râzî, *et-Tefsiru’l-Kebîr*, Dâru İhyâi’t-Türâsi’l-Arabî, 3. Baskı, Beyrut Tarihsiz, C: XIII s. 78.

<sup>45</sup> Kur’ân-ı Kerim, Yûsuf,12/31; Hûd,11/77; Meryem,19/17. et-Taberi, Age, C: XV s. 486 (Tahk. Abdullah et-Türki, Merkezu’l-Buhûs, Kâhire 1. Baskı)

<sup>46</sup> Kur’ân-ı Kerim, Bakara,2/51,54,92; Nisa,4/153... el-Mevdûdi, Ebû’l-A’la, *Tefhîmu’l-Kur’ân*, İnsan Yayınları, İstanbul 1996, C: I s. 75.

<sup>47</sup> Kur’ân-ı Kerim, Enfâl,8/60; Mâide,5/54; Fetih,48/29; Tevbe,9/46.

<sup>48</sup> Kur’ân-ı Kerim, Kasas,28/15. Râzî’nin, Hz. Mûsâ’nın Kıptîyi öldürdüğünde 12 yaşında olduğu rivayeti, (er-Râzî, Age, C: XVII s. 308,) ayetin beyanına ve pratik hayatın gerçeklerine uymadığı için mübalağalı değerlendirilmelidir.

işleri yapmayacak bir konumda bulunduğu düşünüldüğünde, onun bu kuvvetinin menşei hususunda **iyi beslenme** ve **vücut geliştirici idman** yapması akla gelmektedir.

Hız. Mûsâ'nın gücünün diğer göstergeleri, kazayla işlediği cinayetten sonra Mısır'dan hazırlıksız bir şekilde Medyen'e kaçması ve bir hafta süren çöl yolculuğunu bitki yaprakları yiyerek tamamlayabilmesidir.<sup>49</sup> Keza o, Medyen kuyusu başına geldiğinde hâlâ kendisinde koyun sürüsünü sulayacak kadar suyu kuyudan çekecek gücü bulabilmiştir. Zaten onun gücü, kendilerine yardım ettiği kızın da dikkatini çekmiş ve babasından onu işçi tutmasını **kuvvetliliğiyle** gerekçelendirmiştir.<sup>50</sup> Hız. Mûsâ'nın, âlim bir zatla buluşmak üzere çıktığı çetin seyahatinde genç Yusa' b. Nun'u yol arkadaşı<sup>51</sup> alması da bu açıdan anlamlıdır.

Tâlût ise, İsrailoğullarını esaretten kurtarması için **ilmi** ve **bedeni gücü** gerekçe gösterilerek komutan seçilmiştir.<sup>52</sup> Gücün önemine Hız. İbrahim ve Ashâb-ı Kehf kıssalarında ise zımnen temas edilmiştir. Hız. İbrahim'in gençliğinde putları kırmasını anlatan ayette geçen "**darben bi'l-yemin**" ifadesi, "**bütün gücüyle**" manasındadır.<sup>53</sup> Kur'ân'da **yeminin/sağ** hayrı temsil etmesi<sup>54</sup> sebebiyle sağıyla vurması, onun hem azim-irade gücüne, hem de bedeni gücüne işaret ettiği söylenebilir.<sup>55</sup> "**Darb**" kelimesindeki **tenvinin ta'zim**/büyüklük manası, **güçlü** anlamını daha da kuvvetlendirmektedir.

Kur'ân'da mağaraya sığınan gençlerin gücü, toplumu terk etmeden önce puta tapan önderleriyle yaptığı konuşmanın bir kesitinde görülmektedir. Allah onların kalplerini iman ve azimle metin kılmış, inançlarında sebatla muhataplarını imana davet etmişlerdir. Onların gücüne, ayette geçen "**rabeta**"nın kök manalarından birisi olan "**harp/cihat için atı besiyeye çekmek**" işaret etmektedir. Âdiyât suresinde atın kıvılcımlar çakarak düşman üzerine atılmasına yemin edildiği<sup>56</sup> de hatırlandığında, bedeni güç manası daha belirgin hale gelmektedir. Dolayısıyla gençler de mutmain, azimli bir kalple ve vakarla hükümdarlarına kıyam etmişlerdir.<sup>57</sup> Azmin, bedenî güçle birlikte sahibini daha heybetli yapacağı malumdur.

Netice itibarıyla, bedenî güce sahip olmak Kur'ân'da zımnen teşvik edilmektedir. Bununla birlikte kaba gücün insanlara kibir ve zulüm vasıtası olarak kullanılmaması gerektiği, Hız. Lokmân'ın dilinden oğluna verdiği nasihatlerinde<sup>58</sup> hatırlatılmaktadır.

Kâinatta her canlı, hayatının idamesini kendisi temin edebilecek özelliklerle yaratılmıştır. İnsanın ihtiyaç ve ilgi alanları çok fazla olduğu ve medenî hayatın getirdiği zaruretlerden dolayı, birçok işini kendisine vekâleten yapan meslekler zuhur etmiştir. Kendisi

<sup>49</sup> Kur'ân-ı Kerim, Kasas,28/22-23 İbn Kesir, yolculuğunun sadece yenilen bir ot cinsiyi ve ağaç yapraklarıyla beslendiğini İbn Abbas r.a.'den bir rivayetle nakletmektedir. İbn Kesir, Age, C: III s. 395.

<sup>50</sup> Kur'ân-ı Kerim, Kasas,28/24,26.

<sup>51</sup> Kur'ân-ı Kerim, Kehf,18/60-64. Ayette geçen **fetâdan** hizmetçi de kastedilmiş olabilir. Zira bir hadis-i şerifte fetâ bu manada kullanılmıştır. Buhârî, Itk 17; Müslim, Elfaz 14, (2249); 4130; Keza bkz. Ahmed Mustafa el-Merâğî, *Tefsîru'l-Merâğî*, Şeriketu Mektebetu ve Matbaatu Mustafa, 5. Baskı, Mısır 1394/1974, C: XV s. 172.

<sup>52</sup> Kur'ân-ı Kerim, Bakara,2/246-247.

<sup>53</sup> Kur'ân-ı Kerim, Enbiyâ,21/51-60; İbn Kesîr, Age, C: IV s. 15.

<sup>54</sup> Kur'ân-ı Kerim, İsrâ,17/71; Hâkka,69/18; İnşikâk,84/7-8

<sup>55</sup> Konu hk destansı rivayetler ve geniş bilgi için bkz. et-Taberî, Age, C: I s. 237; Şaban Kuzgun, *İslam Kaynaklarına Göre Hanîflik ve Hız.İbrahim*, Üç Bilek Matbaası, Ankara 1988, s. 39-42.

<sup>56</sup> Kur'ân-ı Kerim, Âdiyât,100/2; İbn Kesîr, Age, C: IV s. 578

<sup>57</sup> **Rabeta** fiilinin diğer manaları şunlardır: "Devam etti, korku anında kaçmayan yürekli oldu." Halil b Ahmed el-Ferahidi, *Kitabu'l-Ayn*, Daru'l-Kütübi'l-İlmiyye, Beyrut 2003, C: II s. 90-91; İbn Manzur, *Lisanu'l-Arab*, Daru'l-Meârif, Kahire Tarihsiz, C: I s. 1560-1561; İbn Kesir, Age, C: III, s. 79; el-Mevdudî, Age, C: III s. 153; Muhammed Ali es-Sâbûnî, *Safvetu't-Tefâsîr*, Dâru's-Sâbûnî, 10. Baskı, Kahire Tarihsiz, C: II s. 178

<sup>58</sup> Kur'ân-ı Kerim, Lokmân,31/18; İsrâ,17/37.



de başkalarının yapmadığı/yapamadığı işlerle uğraşmakla, maharetli insanlarca icra edilen meslekler artmaktadır. Ferdin meslekî maharetini erken kazanması, şahsına güven duyması ve hayata erken atılması açısından önemlidir. Çalışmak insanı, bedenen ve ruhen güçlendirdiği, tembellek de bünyeyi erittiği, maneviyatını ve toplumsal itibarını tükettiği için Kur'an'ın bu konuya yaklaşımına da yer vermek gerekmektedir.

Kur'an'da çalışmak, **gayret etmek**, **çabalamak** ve **peşinden koşmak** anlamlarına gelen “**sa'y**” ve **elde etmek** anlamındaki “**kesb**” kelimesiyle ifade edilmektedir.<sup>59</sup> Rızkı veren Allah'tır. Ancak, kulun da çaba sarf etmesi gerekmektedir.<sup>60</sup> Nitekim insanların önderleri ve rehberleri olan peygamberler, hem kendi emekleriyle geçinmişler ve hem de bunu teşvik etmişlerdir. Hz. İbrahim'in cömertliği ve misafirperverliği, oğlu Hz. İsmail'in avcılığı, Hz. Yûsuf'un hizmetçiliği ve bakanlığı, Hz. Mûsâ'nın saray çocukluğu ve çobanlığı, Hz. Dâvûd'un çobanlığı, demirciliği ve krallığı, Hz. Zekeriya'nın marangozluğu, Hz. Muhammed'in çobanlığı ve tacirliği, peygamberlerin farklı meslekler icra ettiklerini<sup>61</sup> göstermektedir. Unutulmamalıdır ki geçmişte ve günümüzde bazı meslekler, bedeni doğrudan güçlendirmese bile, ataletin ruhi ve hissi baskısına maruz bırakmadığından onu zinde tutmaktadır.

İnsan tabiatı durağanlığa uygun değildir. Ruhun üflenmesiyle ana rahminde başlayan hareketlilik, çocuklukta oyuna ve yetişkinlikte meslek ve sanata dönüşmektedir. Araştırmanın ve öğrenmenin temeli, bedeni gelişim için lüzumlu olan oyun ve geziye dayanmaktadır. Allah bu fitri arzuyu yetişkinlikte, ibret için gezmeye yönlendirmektedir.<sup>62</sup>

Gezip oynamanın Kur'an'daki ilk misali, ağabeylerinin Hz. Yûsuf'u pikniğe götürme gerekçesindeki “**...gezip oynaması...**” sözleridir. Yakûb a.s., gördüğü rüya sebebiyle çekincesi olmasına rağmen Hz. Yûsuf'un kıra gitmesine izni vermiştir.<sup>63</sup> Bu karar, onların oyun haklarını gözetmesi<sup>64</sup> ve kardeşleriyle muhabbetinin artmasını ummasıyla izah edilebilir.

<sup>59</sup> “**Seâ**” fiili, onbir surede 15 ayette onbeş defa tekrar edilmektedir: (Bakara,2/205;İsrâ,17/19; Tâhâ,20/15; Necm,53/39; Nâziât,79/22,35) Bunlardan 79/35. ayet ‘**kazanmak** manasına kullanılmıştır. **Ksb** □matar ve fiil olarak 25 surede 57 ayette 63 defa tekrarlanmıştır. (En'âm,6/126; Necm,53/39) ayetlerinde kazançların ferdi olduğu; (Yûnus,10/27; Zümer,39/51; Mümin,40/17; Necm,53/40) ayetlerinde kazanılanların tam karşılığının ödeneceği; (Rûm,30/41; Şûrâ,42/30; Mutaffifin,83/14) ayetlerinde kötü kazanımların ferdi ve içtimai dengeyi bozacağı; (Tûr,52/21; Müddessir,74/38), kişinin kazandıkları mukabilinde rehinli olduğu beyan edilmektedir.

<sup>60</sup> İlgili ayetler; Mâide,5/88; Yûnus,10/59; İsrâ,17/30-31,70; Ankebût,29/62; Zümer, 39/52; Zâriyât,51/58; Talâk,65/3; Mülk,67/15,21; Necm,53/39-40; Cum'a,62/10; Kasas,28/73; Câsiye,45/12. Çalışmayı teşvik eden hadis-i şeriflerden birkaç tanesi şöyledir: “**Dâvûd ...kendi el emeğiyle kazandığından başka bir şey de yemezdi.**” Buhârî, Enbiya 37; Büyü' 15, 4309; “**Hiç kimse elinin emeğinden daha hayırlı bir taamı asla yememiştir. Allah'ın peygamberi Dâvud a.s. elinin emeğini yerd.**” Buhârî, Büyü', 15.5129; “**Kişi elinin emeğiyle kazandığından daha temiz bir kazanç elde etmemiştir...**” İbn Mace, (2138).

<sup>61</sup> *Kur'an-ı Kerim*, Hûd,11/69; Zâriyât,24-27; İbrâhîm,14/37; Kasas,28/18; Sebe',34/10. “**Allâh hiçbir peygamber göndermedi ki, koyun çobanlığı yapmamış olsun... ben de bir miktar kırat mukabili Mekke halkına koyun güttüm.**” Buhârî, İcâre 2; “**...Hiç koyun gütmeyen peygamber var mı?**” Buhârî, Et'ime 50.

<sup>62</sup> *Kur'an*, İnşirâh, 94/7; Âl-i İmran,3/137; Nahl,16/36; 27/69; Ankebût, 29/20...

<sup>63</sup> *Kur'an-ı Kerim*, Yûsuf, 12/12-13. Abduh, onların oyunları çoğunlukla “koşu yarışı, güreş, değnek atışı ve bulabilirlerse ok atışıydı demektedir. Muhammed Reşid Rıza, *Tefsîru'l-Kur'âni'l-Hakîm*, Daru'l-Menâr, 5. Baskı, Mısır 1373/1954, C: XII s. 264.

<sup>64</sup> Osman Ahmed Mebruk, *Terbiyetü'l-Evlad ve'l-Aba fi'l-İslam*, Daru Kuteybe, Beyrut 1992, s. 78-79; Müzeyyen Özen, *İslam Eğitmcilerinden Bazılarına Göre Çocukta Oyun ve Oyuncak*, MÜSBE, YL.Tezi, İstanbul 1999, s. 84-86.

Oyun, ister fizikî isterse ruhî olsun, ciddi işe geçmenin köprüsü olduğundan<sup>65</sup> peygamberler oyunu hayra ulaşma vesilesi yapmışlardır. Rasûlullah s.a.v. de; harp oyunları, vücudu geliştirip-sağlamlaştırıcı yüzme, koşu, binicilik ve atıcılık gibi devrin sporlarını teşvik etmiştir. Oyun oynayan çocuklara selam vererek iltifatta bulunmuş, eşi Âişe r.ah. [v.58/678] ile iki defa koşu yarışı yapmış ve torunlarının oyunlarına bizzat katılmıştır.<sup>66</sup>

Hz. Peygamber s.a.v, Kâbe'yi **remel**/çalımla koşarak tavaf ettirmiş,<sup>67</sup> **kuvvetli mü'minin zayıf mü'minden daha hayırlı olduğunu**<sup>68</sup> bildirmiştir. Yedi mili bulan mesafede at yarışı düzenlemiş,<sup>69</sup> atıcılık yarışı yapanları, dedeleri Hz. İsmâîl'le\* irtibatlandırarak teşvik etmiştir.<sup>70</sup> Rasûlullah s.a.v. bu anlayışa; tecrübelerin öğrettiği\* kadar, Kur'ân-ı Kerim'deki sıhhatli olmanın lüzumunu gösteren ayetlerle<sup>71</sup> de ulaşmış olmalıdır. Bu çabalarla, ulvi amaçları gerçekleştirmeyi hedeflemiş, gücü nefsin tatmin vesilesi yapmamıştır. Böylece İslam: 'gençler, her halde bedenî gelişime uygun hareket etmelidir' kuralını getirmiştir.<sup>72</sup>

Peygamberlerin hayatlarının çileli olması; maddi-manevî engelleri aşmaları için sağlam irade ve sabır yanında, sağlıklı bünyeye sahip olmalarını da öğretmiştir. Hak davayı yayma görevlerini layıkıyla yerine getirilebilmek için, **kuvveti** haiz olmaları<sup>73</sup> ve bu görevin tek başına başarılamayacağını, bedeni, ruhî ve ahlâkî açılardan kuvvetli hidayet erleri yetiştirmenin gerektiğini çok iyi biliyor ve yetiştiriyor olmalıydılar.

Seferberlik hali nadir olduğu için, Enfâl suresinin altmışıncı ayetinin ilk muhataplarının gençler olduğu da düşünülebilir. Zira askerlik; zindelik, tedrip, irade eğitimi ve talim yoluyla ruhî ve bedeni sağlamlığa ulaşmak olarak ifade edilebilir. Bu gerçek Kur'ân-ı Kerim'de, "**kuvvetle hazırlık**" şeklinde yer almıştır.<sup>74</sup> Bu mana daha belirgin şekilde **kendisi ve atı talimli süvari** manasındaki "**müsevvinin**" kelimesinde verilmiştir.<sup>75</sup> Ayrıca Tevbe

<sup>65</sup> Mahmut Hasan Çamdibi, *Eğitim İlkeleri ve Rehberlik*, İletî Yayınları, İstanbul 2000, s. 68.

<sup>66</sup> *Kur'ân-ı Kerim*, Ahzâb,33/21; Buhârî, Cihâd 78, Enbiyâ 12, Menâkıb 4 (2193).; "**..Rasûlullah'ın ben beş yaşındayken, evimizin kuyusunun kovanından ağzına su aldığı ve yüzüme püskürttüğünü hatırlıyorum.**" Buhârî, İlim 18; Buhârî, Edeb 81; M. Faruk Bayraktar, *Ailenin Eğitim Görevi*, Din Eğitimi Araştırmaları Dergisi, Sayı: 2, 1995, s. 120.

<sup>67</sup> Rasûlullah s.a.v.; Ashabı hakkında müşriklerin: "Medine'de dermansız düşmüşler dedikodusunu kesmek için Müslümanlara tavafın ilk üç şavtında remel yapmalarını, iki köşe arasında da âdi yürüyüşle yürümelerini emretmiştir." Buhârî, Hacc 55; Müslim, Hacc 240, (1266); Onların diri halini gören Müşrikler: Bunlar ceylanlar gibiymiş itirafında bulunmuşlardır (Ebû Dâvud, Menâsik 51, (1889).

<sup>68</sup> Müslim, Kader 34, (2664).

<sup>69</sup> "**Rasûlullah s.a.v., idmanlı atı Hafya'dan Seniyyetu'l-Vedâ'a kadar, antrenmanlı olmayı da Seniyyetü'l-Vedâ'dan Benî Zürayk Mescidi'ne kadar koşturdu.**" Buhârî, Salât 41, Cihâd 56; Müslim. İmâret 95, (1870).

\* Rasûlullah s.a.v.'in bu tesbiti, Tevrât'ta da: 'Ok atıcılıkta maharet kaydetmişti' şeklinde ifade edilir. Tekvin, Ishah, 21/21.

<sup>70</sup> *Kur'ân-ı Kerim*, Tevbe,9/14; Buhârî, Cihâd 78, Enbiya, 8; Hâkim, II/94; İbrahim Muhammed Ali, *el-Ehadisü's-Sahihâ min Ahbarin ve Kasasi'l-Enbiya*, Daru'l-Kalem, 1. Basım, Dimeşk 1995/1416, s. 72.

\* Düşmanlarının mal ve evlat unsurlarıyla yeryüzünde baskın davrandıklarını çok iyi biliyordu. Allah'ın, Rasûlünü sık sık onların malları ve oğullarının kendisini aldatmaması, bunun kendileri için fitne olduğunu hatırlatarak teselli etmesi, aynı zamanda bu iki unsur hakkında kendisinin de dikkatli olması için irşat ve tavsiye olmalıdır.

<sup>71</sup> *Kur'ân-ı Kerim*, Sâffât,37/93; Yûsuf,12/14; Kasas,28/14-15,26; Kehf,18/13-15.

<sup>72</sup> *Kur'ân-ı Kerim*, Nûr,24/59; Ebû'l-Hasan b. Ahmed el-Vâhidî, *Esbabu'n-Nüzul*, Müessesetu'r-Reyyan, Beyrut 1411/1991, s. 329.

<sup>73</sup> *Kur'ân-ı Kerim*, Bakara,2/247; Enfâl,8/60.

<sup>74</sup> *Kur'ân-ı Kerim*, Enfâl,8/60.

<sup>75</sup> *Kur'ân-ı Kerim*, Âl-i İmrân,3/125. el-Huseyn b. Muhammed er-Râğib el-Isbehânî, *el-Müfredât fî Garîbi'l-Kur'ân*, Dâru Kahramân, İstanbul 1986, s. 365.

suresinin seferberliğe çağıran kırkıbirinci ayetindeki “**hıfâf**”ın kapsamında **gençlerin** olması<sup>76</sup> manaya daha da kuvvet kazandırmaktadır.

Sahabelerin de çocuklarını Rasûlullah s.a.v.’in usulüyle eğitmesi, onların küçük yaştan itibaren **atılgan** ve **önder** olmasında etkili olmuştur.<sup>77</sup> Zikredilen bütün bu misallerle Kur’ân, mümin muhataplarının iman ve iradelerini güçlü tutmaları gibi, gerektiğinde bu gücün açığa çıkmasına aracı olan beden de sağlıklı tutulmasını öngörmektedir. Hülasa gençlik devresi, ferdin fizikî ve zihni açılardan zirveye ulaştığı ve hiçbir noksanın olmadığı zamanıdır.<sup>78</sup> Otuz yaşlarından sonra ise duraklama dönemi başlamaktadır.<sup>79</sup>

### Değerlendirme ve Sonuç

Kur’ân-ı Kerim; gençleri ayrı bir kategoride ele almamıştır. Ancak onları ebediyet arzusunu kısmen karşılayan dünyanın süsü ve tatlı meyvesi görerek değer vermiştir, evlat sevgisinin fitriliğini ve bunun cennette de devam edeceğini işaret etmiştir, bedeni gelişim ve eğitimlerine; beslenme, temizlik, çalışmak ve bedenin eğitilmesi açılarından, genel nazari bilgilerle ve kıssalardaki akranları rol karakterlerle pratikte rehberlik etmiştir.

Kur’an-ı Kerim ayetlerinin nazari beyanları, Rasûlullah s.a.v. tarafından uygulamalı olarak gösterilmiştir. Bedeni gelişim ve eğitim sürecinde; takrir, kıssa ve örneklendirme, öğüt verme, iyiliğe yönlendirme ve yaparak-yaşayarak öğretme metotları kullanılmıştır.

Beden; ruh ve aklın kabı olarak değerlendirilmiş ve bu iki değer de sağlığının, bedeni sağlamlığıyla mümkün olabileceği vurgulanmıştır. Vücudun korunması; onu zayıf düşüren bütün etkenlerden sakınma, temizliğine özen, vücuda zararlı gıdaların haram kılınması ve helallerden ölçülü kullanılması ilkeleriyle sağlanmıştır.

Kur’ân-ı Kerim’de beslenme ana rahminden itibaren önemsenmiş, fakirlikten kaynaklanan kötü beslenmeye, zekât, kurban, sadakalar, israfın yasaklanması vb yollarla sosyal çözümler getirilmiştir. Ayrıca şükür vesilesi olarak ismen sayılan gıdaların aynı zamanda vücudun temel ihtiyaçlarını karşılayacak nitelikte olması, iyi beslenmenin önemine işaret etmektedir. Ancak her konuda olduğu gibi bu meselede de nimetin hakiki sahibiyile bağlantısı kurularak ilahi ölçünün, rızkın helal ve temiz yoldan kazanılması olduğu vurgulanmıştır.

Bedenin temizliği, ruhi arınma paralelinde ele alınmış ve ibadetler öncesinde maddi temizliğin emredilmesi, birbirinin mütemmimi olarak zikredildiğini düşündürmüştür. Beden sağlığının, onun temizliği yanında çevre temizliğine de bağlı olduğu belirtilmiştir.

Gence beden-ruh sağlığı kazandırma ve eğitme kapsamında fizyonomiye, oyuna ve çalışmaya yer verilmiştir. Dış görünüm, şahsiyetli gelişimin ve başarılı iletişimin aracı sayılmıştır. Oyun haklarının ve ihtiyaçlarının, hayırlı işleri gerçekleştirmeye yarayacak, bedeni güçlendirecek ve maharet kazandıracak eylemler şeklinde karşılandığı görülmüştür. Uykunun ve dinlenmenin, beden sağlığının ayrılmaz parçası olduğu ifade edilmiştir. Yakûb ve Eyüp a.s. hariç, hastalığın Kur’ân’da fazla yer almaması ve onların da sonradan iyileştiklerine yer verilmesi, sağlığın ve tedavinin esas olduğuna işaret sayılmıştır.

<sup>76</sup> Taberî, Age, C: XIV s. 262.

<sup>77</sup> Seyyid Ahmed Ferec, *el-Üstûra fi Dav-i'l-Kitabi ve's-Sünne*, 3. Baskı, Daru'l-Vefa, Kâhire 1989/1409, s. 186-187; Bedir günü Medineli yeni yetme iki gencin Ebû Cehl'i tanıyanlardan sorarak bulup öldürmeleri...(Muvatta, I/193) konunun mühim misali oluşturmaktadır.

<sup>78</sup> *Kur’ân-ı Kerim*, Kasas,28/14; Yûsuf,12/22; Muhammed Cemaluddin Kâsımî, *Mehâsinu't-Te'vil*, Daru'l-Fikr, 2. Baskı, Beyrut 1398/1978, C: IX s. 209.

<sup>79</sup> Râzî, Age, C: XIII s. 197.

Çalışmaya teşvik eden ayetlerin ruhi ve bedeni zindelik vesilesi olduğu, aynı ilahi kaynaktan beslenen bütün peygamberlerin kendi emekleriyle geçimini sağlamalarında tezahür etmektedir. Kur'an-ı Kerim bedeni gücü, irade gücüyle birlikte sunmuş, her ikisinin hakka dayanması ve iyiliği yaymakta kullanılması halinde bir değer olduğunu beyan etmiştir.

### KAYNAKÇA

- ABDULBÂKÎ Muhammed Fuâd, *el-Mu'cemu'l-Müfehres li Elfâzi'l-Kur'an*, Dâru'd-Da've, İstanbul 1986.
- ABDULHALİM Mahmud Ali, *et-Terbiyetü'l-İslamiye fi Surati'l-Maide*, Daru't-Tevzi, 1. Baskı, Kâhire 1994.
- ALİ İbrahim Muhammed, *el-Ehadisü's-Sahihah min Ahbarin ve Kasasi'l-Enbiya*, Daru'l-Kalem, 1. Basım, Dimeşk 1995/1416.
- BAYRAKTAR M. Faruk, *Ailenin Eğitim Görevi*, Din Eğitimi Araştırmaları Dergisi, Sayı: 2, 1995, s. 120.
- CANAN İbrahim, *Peygamberimizin Sünnetinde Terbiye*, Tuğra Neşriyat, İstanbul Tarihsiz.
- ÇAMDİBİ Mahmut Hasan, *Eğitim İlkeleri ve Rehberlik*, İletî Yayınları, İstanbul 2000
- DOĞAN D. Mehmed, *Büyük Türkçe Sözlük*, Gerçek Hayat Yayınevi, 15. Baskı, İstanbul 2001.
- el-ISBAHÂNÎ el-Huseyn b. Muhammed er-Râğib, *el-Müfredât fi Garîbi'l-Kur'an*, Dâru Kahramân, İstanbul 1986.
- el-MEVDÛDÎ Ebû'l-A'la, *Tefhîmu'l-Kur'an*, İnsan Yayınları, İstanbul 1996.
- en-NESEFÎ Abdullah b. Ahmed b. Mahmud, *Tefsîru'n-Nesefî*, Dâru Kahramân, İstanbul 1984.
- es-SÂBÛNÎ Muhammed Ali, *Safvetu't-Tefâsîr*, Dâru's-Sâbûni, 10. Baskı, Kahire Tarihsiz,
- eş-ŞERİF Adnan, *Min İlmi't-Tıbbi'l-Kur'âni*, Dâru'l-İlmi li'l-Melâyin, Beyrut 1990. ez-ZEHEBÎ Muhammed b Abdillâh, *et-Tıbbu'n-Nebevi*, Tahk. Ahmed Rif'at el-Bedrâvi, Dâru İhyâi'l-Ulûm, 3. Baskı, Beyrut 1990.
- et-TABERÎ Ebû Ca'fer Muhammed b. Cerîr, *Câmiu'l-Beyân Te'vili Âyyil-Kur'an*, Dâru'l-Fikr, 4. Baskı, Beyrut 1984 ve (Tahk. Abdullah et-Türki, Merkezu'l-Buhûs, Kâhire Tarihsiz, 1. Baskı) nüshası.
- ez-ZEMAHŞERÎ Cârullah Ebi'l-Kâsım Mahmûd b Ömer, *el-Keşşâf...*, Tahk. Adil Ahmed, Ali Muhammed, Mektebetu'l-Ubeykân, 1. Baskı, Riyad 1998.
- FERÂHİDÎ Halil b Ahmed, *Kitabu'l-Ayn*, Daru'l-Kütübi'l-İlmiyye, Beyrut 2003.
- FEREC Seyyid Ahmed, *el-Üstûra fi Dav-i'l-Kitabi ve's-Sünne*, Daru'l-Vefa, 3. Baskı, Kâhire 1989/1409.
- FERSAHOĞLU Yaşar, *İslam Eğitime Giriş*, Marifet Yayınları, İstanbul 2003.
- GÜL Emine, *Kur'an'da Engelliler*, Akis Kitap, İstanbul 2005.
- GÜNAY İlhami, *Kur'an-ı Kerim'de Gençlik Tipolojileri*, (Yök'te Yayınlanmış Doktora Tezi, Selçuk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Konya 2003.
- İBN KESİR Ebu'l-Fida İsmâîl, *Tefsîru'l-Kur'âni'l-Azim*, Daru'l-Ma'rife, 2. Baskı, Beyrut, IV/15.

- İBN MANZÛR, *Lisanu'l-Arab, Daru'l-Meârif*, Kahire Tarihsiz.
- KARAMAN Hayreddin vd. *Kur'ân Yolu*, Diyanet İşleri Başkanlığı Yayınları, Ankara 2006.
- KÂSİMÎ Muhammed Cemaluddin, *Mehâsinu't-Te'vîl*, Daru'l-Fikr, 2. Baskı, Beyrut 1398/1978.
- Kitabu'l-Mukaddes, Kütübü'l-Ahdi'l-Kadim-ve'l-Ahdi'l-Cedid*, Matbaatü'l-Emrikiyye, Beyrut 1899.
- KUZGUN Şaban, *İslam Kaynaklarına Göre Hanıflık ve Hz.İbrahim*, Üç Bilek Matbaası, Ankara 1988.
- MEBRÛK Osman Ahmed, *Terbiyetu'l-Evlad ve'l-Aba fi'l-İslam*, Daru Kuteybe, Beyrut 1992.
- MEDAR Ali, *İnsan Eğitiminin Kur'ânî Metodu*. Terc. Ali Yüksel, Fırat Yayınları, İstanbul 1987.
- MERÂĞÎ Ahmed Mustafa, *Tefsîru'l-Merâğî*, Şeriketu Mektebetu ve Matbaatu Mustafa, Tarihsiz.
- ÖZEK Ali vd, *Kur'ân-ı Kerim ve Açıklamalı Meâli*, Türkiye Diyanet Vakfı Yayınları, Ankara 1993.
- ÖZEN Müzeyyen, *İslam Eğitimcilerinden Bazılarına Göre Çocukta Oyun ve Oyuncak*, Marmara Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Yüksek Lisans Tezi, İstanbul 1999.
- RÂZÎ Fahrüddîn, *et-Tefsîru'l-Kebîr*, Dâru İhyâi't-Türâsi'l-Arabî, 3. Baskı, Beyrut Tarihsiz.
- RIZÂ Muhammed Reşid, *Tefsîru'l-Kur'ânî'l-Hakîm*, Daru'l-Menâr, 5. Baskı, Mısır 1373/1954.
- ŞÜKUN Ziya, *Gencine-i Güftar Ferheng-i Ziya, Farsça Türkçe Lügat*, Milli Eğitim Bakanlığı Yayınları, İstanbul 1984.
- Türkçe Sözlük*, Türk Dil Kurumu, Türk Dil Kurumu Basımevi, Ankara 1998.
- VÂHİDÎ Ebû'l-Hasan b. Ahmed, *Esbabu'n-Nüzul*, Müessesetü'r-Reyyan, Beyrut 1411/1991.
- YAZIR Muhammed Hamdi, *Hak Dini Kur'ân Dili*, Eser Neşriyat, İstanbul, Tarihsiz.
- YÖRÜKOĞLU Atalay, *Gençlik Çağı Ruh Sağlığı ve Ruhsal Sorunları*, Özgür Yayıncılık, 7. Baskı, İstanbul 1990.