

21677 - Tedirginlik tedavisinde en iyi yöntem nedir?

Soru

İleri derecede psikolojik bir durum yaşayan şahıs bu hastalıktan kurtulmak için dua etmektedir. Bu şahıs Müslüman bir psikolog doktordan yardım talep edebilir mi? bu durum caiz ise bu doktorun akidesi sağlam olduğundan emin olması gerekir mi? Sinir yatıştırıcı ilacın alınması caiz midir?

Detaylı cevap

Kişi yakalandığı hastalıktan kurtulması için ilaç almasında her hangi bir sakınca yoktur. Bu ilaçların yan etkileri, kişinin bulunduğu durumdan daha kötü sıkıntılara yol açmaması şartıyla ilaçların sakıncası yoktur.

Bizim tavsiyemiz kişi ister psikolojik hastalıklara ister fiziksel hastalıklara yakalansın şer'i rukyelere başvurmasıdır. Fakat bu rukyeler, hastalıklara ilaç olan şeriatın tavsiye ettiği ayet ve hadislerden oluşmalıdır.

Bununla birlikte bitkiler ve bal gibi yüce Allah'ın doğal bir şekilde yarattığı ilaçların kullanılmasını tavsiye ederiz. Şüphesiz yüce Allah bu şeylerde birçok hastalığa tedavi etkisini yaratmıştır. Daha önemlisi bu bitkileri ve doğal gıdaları alan kişiye yan etkiler oluşmamaktadır.

Bizim görüşümüz tedirginlik gibi hastalıklara kimyasal yapay ilaçların kullanılmamasıdır. Çünkü bu durumda hasta kimyasal ilaçtan çok ruhsal bir tedaviye ihtiyacı bulunmaktadır.

Bu durumda hasta, imanını güçlendirmeye çokça dua ve namaz kılmaya muhtaçtır. Bunu yaptığı takdirde söz konusu tedirginlikten kurtulur, gönlü ferah olur. Nitekim kalp, ibadetlerle bir çok psikolojik hastalıklardan kurtulmaktadır. Bu nedenle itikadı bozuk olan bir doktora gitmesini uygun görmüyoruz. Doktor ne kadar Allah'ı ve dini tanırorsa o kadar hastaya yararı olur.

Nitekim yüce Allah şöyle buyurmaktadır: “Erkek veya kadın, kim Mü’min olarak iyi iş işlerse, elbette ona hoş bir hayat yaşatacağız ve onların mükâfatlarını yapmakta olduklarının en güzeli ile vereceğiz.”[1]

Suhayb radiyallahu anhu’dan rivayet edildiğine göre Rasulullah sallallahu aleyhi ve sellem şöyle demiştir: “Müminin başka hiç kimsede bulunmayan ilginç bir hali vardır; O’nun her işi hayırdır. Eğer bir genişliğe (nimete) kavuşursa şükreder ve bu onun için bir hayır olur. Eğer bir darlığa (musibete) uğrarsa sabreder ve bu da onun için bir hayır olur.”[2]

Müslüman olan kimse, dünyayı öncelikli amaç haline getirmemesi gerekir. Rızık korkusu tedirginlik, kalbine ve beynine ulaşmasına izin vermemesi gerekir. aksi takdirde hastalığı ve tedirginliği artar.

Enes bin Malik radiyallahu anhu’dan rivayet edildiğine göre Rasulullah sallallahu aleyhi ve sellem şöyle buyurmuştur: "Her kimin derdi ahiret olursa Allah onun zenginliğini kalbinde kılar işlerini dağınık olmaktan kurtarır. Dünya ona boyun eğerek gelir. Her kimin derdi de dünya olursa Allah onun fakirliğini iki gözünün önünde kılar, işlerini dağınık eder dünyadan da kendisine ancak mukadder olan gelir.[3]

İbn Kayyim el cevziye rahimehullah şöyle dedi:

Kul, sabah uyandığında veya akşamladığında Allah’tan başka bir derdi yoksa, yüce Allah onun tüm ihtiyaçlarını karşılar. Ve tüm sıkıntılarını giderir, kalbi Allah’ın sevgisiyle dolar, dili O’nu zikreder ve organları onun emirlerini yerine getirmekle meşgul olur.

Yine kul şayet sabahladığında veya akşamladığında dünya derdi ile dertleniyorsa, Allah ona dünyanın sıkıntılarını yükler, onu nefesine bırakır, kalbi Allah sevgisinden uzaklaşarak insanların sevgisiyle meşgul olur, dili Allah’ın zikrinden meşgul olup insanların zikriyle meşgul olur, organları Allah’ın emirlerini yerine getirmekten uzaklaşarak insanların hizmetiyle meşgul olur. insanların hizmetinde vahşilerin çabası gibi çaba gösterir..

Her kim Allah’ın kulluğundan yüz çevirirse Allah onu insanların sevgisi, hizmeti ve ibadetiyle imtihan olur.

Yüce Allah şöyle buyurdu: “Kim, Rahmân’ın Zikri’ni görmezlikten gelirse, biz onun başına bir şeytan salarız. Artık o, onun ayrılmaz dostudur.”[4][5]

İbn Useymine şöyle soruldu:

Mümin olan kimse psikolojik olarak hastalanır mı? Şeriatta ilacı nedir? Nitekim modern tıpta bu tür hastalıklar sadece modern ilaçlarla yapılmaktadır.

O şöyle cevap verdi: Şüphesiz insan, gelecek endişesi ve geçmişin üzüntüsünü çekerek psikolojik hastalıklara yakalanır. Dahası psikolojik hastalıkların olumsuz etkisi diğer hastalıklardan daha yüksektir. Şüphesiz bu psikolojik hastalıkların tedavisi rukye ile yapılması daha etkilidir.

Bu ilaçlardan biride: İbn Mesud radiyallahu anhu’dan rivayet edildiğine göre şöyle dedi: Bir kula herhangi bir üzüntü veya tasa isabet eder de: "Allah'ım! Ben Senin kulunum, erkek ve kadın kullarının oğluyum. Benim canım senin elindedir. Hükmün bende geçerlidir. Kazan adaletlidir. Sana ait olan isimlerinle senden istiyorum. Nefsini isimlendirdiğin isimlerinle istiyorum. Kitabında indirdiğin, yaratıklarından birisine öğrettiğin isimlerinle istiyorum. Kur'an'ı kalbimin hayatı / baharı, gözlerimin nuru, üzüntümün cilası, tasamın şifası yapmanı istiyorum." derse, Allah onu hüzün ve tasesını alır ve bunların yerine sevinç verir."

Diğer ilaç ise: “..... Senden başka hiçbir ilâh yoktur. Seni eksikliklerden uzak tutarım. Ben gerçekten (nefsine) zulmedenlerden oldum”[6]

Bu konuda daha detaylı bilgi isterseniz alimlerin bu konudaki eserlerine başvurabilirsiniz: örnek olarak: El vabil el sayyib ve zadul mead: İbn kayyım, Elkelim el tayip İbn Teymiye, el Ezkar Nevevi.

İman zayıflamakla birlikte şer’i ilaçların kabulüde zayıfladı, artık insanlar hissi ilaçlara manevi ilaçlardan daha fazla itimat eder oldular. İman güçlü olduğu dönemde şer’i ilaçlar tam bir şekilde etkiliydi. Hatta etkisi maddi ilaçlardan daha etkiliydi. Hepimiz şu kıssayı hatırlar: Rasulullah sallallahu aleyhi ve sellem Arap bir topluluğa bir seriye göndermişti ancak bunlar sahabilere misafirperverlik göstermediler. Bir müddet sonra kabile reisini

yılan soktu. Dediki şu gelenlere bir sorun rukye bilen varmı. Sahabeler bize şu kadar koyun vermediğiniz müddetçe biz rukye yapmayız dediler. Araplarda kabul ettiler. Eshab-ı kiramdan biri Fatiha suresini okuyunca, Allahü teâlânın izni ile hasta şifaya kavuştu. Kabile reisi, buna karşılık bir sürü koyun hediye etti. Sahabi, caiz olup olmadığını bilmediği için Peygamber efendimize sordu. Rasulullah, (Ne okudun?) buyurdu. O da, Fatiha suresini okuduğunu bildirince, Peygamber efendimiz buyurdu ki:

-“Fatihanın şifa olduğunu nereden bildin? O koyunları al, yanındakilere pay et!”

İşte gördüğünüz gibi kalbi imanla dolu kişiden okununca hemen etkisini gösterdi. Ancak zamanımızda iman zayıflayınca artık görsel tedavilere yönelmişlerdir.

Ancak bununla birlikte hokkabazlar türemiş insanların duygularını suiistimal etmektedirler ve salih insanlar olup okuduklarını iddia ederler. Ancak onlar batıl yöntemle para kazanmaktadırlar. Maalesef insanlar böylece iki zıt taraf arasında kalmışlar. Bir taraf zıt görüşe göre okuman hiçbir faydası olmadığını iddia eder. Diğer taraf ise insanları kandırarak okumaktadır. Ancak bunları arasında olan orta yoldur. [7]

Allah bizi ve sizi tüm sıkıntılardan korusun ve gönlümüzü iman, hidayet ve huzurla doldursun.

[1] Nahl, 97

[2] Muslim, 2999

[3] Tirmizi,2389, Elbani tashih etmiştir. Sahihul cami 6510

[4] Zuhruf, 36

[5] El Fevaid, 159

[6] Enbiya,87

[7] Fetava islamiya 4/465-466