

HZ. PEYGAMBER'İN HAYATINDA UYKU

Ramazan ÖNAL*

Öz: Bu araştırmada Hz. Peygamber'in uykusu, uyku vakitleri, uykudan önce ve uyandıktan sonra yaptığı duaları ile uykuya dair bazı faaliyetleri ele alınacaktır. Hayatımızın üçte biri gibi önemli bir zaman dilimi uykuyla geçmektedir. Hayatın akışı içerisinde faaliyetsiz ve faydasız bir süreç olarak algılanan uyku, Hz. Peygamber'in hayatında ibadet, zikir ve dua vesilesi olmuştur. Esasen fitri bir ihtiyaç olan bu davranış, Hz. Peygamber'in hayatında zamanlaması, süresi ve diğer yönleriyle bir hayat disiplini ve ibadet vesilesi hâline gelmiştir. Zira onun hayatında uyku, uygun vakitlerde abdestli olarak ibadetin ruhu olan dua ile başlamış, edep ve adabla devam etmiş ve yine dua ile tamamlanmıştır. Ayrıca Hz. Peygamber'in hayatında uykunun amacı ve zamanlaması ibadet için önemli bir fırsat ortamı olarak ayarlanmıştır. Hz. Peygamber, her konuda olduğu gibi uyku konusunda da ümmetine örnek olmuş ve onlara bu konuda bir takım tavsiyelerde bulunmuştur. Uykusu son derece hafif ve sınırlı olduğu hâlde Hz. Peygamber'in, buna rağmen hayatında uykusuzluk çektiği görülmemiştir. O, bazı dönemlerde gecenin büyük bir kısmını uyumadan ibadet ederek geçirdiği olmuştur. Hastalık veya başka sebeplerden dolayı kalkmadığı geceler de olmuştur. Onun hayatında uyku ve istirahat fitratı sağlıklı bir insanın yaşaması gereken güzel bir alışkanlık hâline gelmiştir.

Anahtar Kelimeler: İslam tarihi, siyer, Hz. Peygamber'in uykusu, istirahat, uyku vakitleri.

SLEEP IN THE LIFE OF THE PROPHET

Abstract: In this research, the sleep of the Prophet, the times of sleep, the prayers he made before and after sleep, and some activities related to sleep will be discussed. An important period of time, a third of our lives, passes along with sleep. Sleep, which is perceived as an inefficient and useless process in the flow of life, has been a means of worship, dhikr and prayer in the life of the Prophet. This behavior, which is essentially a fitful need, has become a life discipline and worship occasion with the timing, duration and other aspects of the Prophet's life. Because in his life, sleep began with prayer, the spirit of worship at abundant times, continued with decency and adaptation and was again completed with prayer. In addition, the purpose and timing of sleep in the life of the Prophet was set as an important opportunity for worship. The Prophet has been a sample for his ummah about sleep, as in all matters, and has given them some advice on this matter. Although his sleep was extremely mild and limited, it was not seen that the Prophet suffered insomnia in his life. He sometimes spent most of the night praying without sleep. There were also nights when he could not get up due to illness or other reasons. The sleep and rest fit in his life has become a good habitude for being a healthy person to live.

Key Words: the history of Islam, siyar, the Prophet's sleep, rest, sleep times.

ORCID ID : 0000-0002-2752-8628

DOI : 10.31126-akrajournal.778157

Geliş tarihi : 08 Ağustos 2020 / Kabul tarihi: 21 Ağustos 2020

*Erzincan Binali Yıldırım Üniversitesi, İlahiyat Fakültesi.

Giriş

Uykunun birçok farklı tanımı yapılmıştır. Ancak bütün tanımlarda biri psikolojik diğeri de fizyolojik olmak üzere iki önemli husus öne çıkarılmıştır. Psikolojik olan husus uykunun şuurla olan alakasının kesilmesidir. Çünkü uyku, dış uyaranlara karşı bilincin geçici olarak devre dışı kalması, dış dünyaya olan duyarlılığın ve farkında oluşun en az seviyeye inmesi, nispi bir bilinçsizlik hâlinin ortaya çıkması, şuur faaliyetlerinin ve gerçek şuurun askıya alınması, duyuusal verilerin son derece azalıp, algısal etkinliğin kaybolması, organizmanın çevreyle iletişiminin kesilmesidir. Diğer önemli husus ise, uykunun, istemli kasların devre dışı kaldığı, istemli hareketlerin kaybolduğu, bedenin pasif dinlenmeye geçtiği, etkinliklerin büyük ölçüde azaldığı bir faaliyetsizlik hâli olmasıdır. Zaten uyku, muntazam ve belirli aralıklarla tekrarlanan, periyodik bir düzene sahip olan, normal, fizyolojik bir ihtiyaç olarak da tanımlanır.¹

İnsan hayatının üçte biri gibi önemli bir kısmı uykuda geçtiği hâlde günümüze kadar hâlâ uykunun işlevleri ve faydaları tam olarak anlaşılamamıştır. Uyku, insanlığın ilk çağlarından beri dikkat çeken, hakkında pek çok varsayımlarda bulunulan bir mesele olmasına rağmen, yakın zamanlara kadar somut bir açıklaması yapılamamıştır. Yarım asır öncesine kadar, uyku konusunda bilinenler oldukça azdı. Bugün, bilimsel–psikolojik, fizyolojik- bazı verilere sahip olunsada, uykunun temel amacını tam olarak ne olduğu bilinmemektedir. Son zamanlara kadar uyku hakkındaki bilgilenenler, hatırlanan rüyalardan ibaretti. Oysa şimdi, beyin hareketlerinin elektronik gözleminin gelişmesiyle uyku hakkında kısmen de olsa belli seviyede bilgi ve buluşlara ulaşılmıştır.

Kur’ân-ı Kerîm’de ve hadislerde uyku ile ilgili önemli bilgiler yer almaktadır. Ayrıca Kur’an ve sünnette bu hususta önemli ilkeler de getirilmiştir. Bu ilkeleri bilmek ve tatbik etmek hayatın mutlu ve huzurlu geçmesine vesile olur. Kur’ân ve sünnette getirilen prensiplere uymamak ise, insan için nimet olarak yaratılan uykunun azaba dönüşmesine sebep olur.

Kur’an-ı Kerîm’de uyku sıkça dile getirilmiş ve Allah’ın büyüklüğünün delilleri arasında zikredilmiştir. “*O'nun (varlığının ve kudretinin) delillerinden biri de: Geceleyin veya gündüzün uyumanız ve O'nun geniş lütfundan geçim vesileleri aramanızdır. Elbette bunda işiten kimseler için ibretler vardır.*” Ayetlerde uyku için genel anlam ifade etmek üzere “nevm: نَوْمٌ منام” kelimeleri ve türevleri kullanılmıştır. Bunun yanı sıra ayetlerde uykunun özelliğine, hafifliğine ve derinliğine göre de çeşitli kelimeler kullanılmıştır. Çok kısa bir süre uykula/uykuya dalma hâli için “sineh, سِنَّة”² kelimesi kullanılmış, “Nu’ass:

1. Abdurrahman Kasapoğlu, “Kur’an’ın Amaçları Açısından Uyku Hakkında Bir Değerlendirme”, *Kahraman Maraş Sütçü İmam Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi*, 4 (2004), 45-77.

2. *Kur’an Mesajı: Meal-Tefsir*, (çev. Muhammed Esed), (Türkçeye çev. Cahit Koytak / Ahmet Ertürk), İşaret Yayınları, 2002, el-Bakara 2/255. Ankara.

"نُعَاس" kelimesi ise kısa süreli uykuya dalma, psikoloji literatüründe evre-1 ve evre-2 uykusuna karşılık gelebilecek olan kısa bir uyuklama/şekerleme anlamında kullanılmıştır.³ "Rukûd, رُقُود" kelimesi de uzun bir süre uyuma anlamına gelmektedir.⁴ Ayetlerde uyku hâli için kullanılan bir diğer kelime de "hucû', هُجُوع" kelimesidir. Bu terim Allah'tan korkan dindar müminlerin gece uykularından bahseder.⁵ "Subât, سُبَات" sözcüğü ise zihnin ve bedeninin kendisini meşgul eden her şeyden uzaklaşması (insan vaziyetinin ölümüne benzer bir hâl alması) anlamında kullanılmıştır.⁶ Ayetlerde uykunun hafiften ağıra doğru evreleri/dereceleri sırasıyla *sineh* ve *nu'as*, ardından *hucû'* ve *rukûd*, daha sonra da *subât* şeklinde olmuştur.

Hadis kaynaklarında uykuyu çeşitli yönleri anlatan rivayetler mevcuttur. Hz. Peygamber, uykuyu ölümüne benzetmiş ve onun ölümün kardeşi olduğunu ifade etmiştir.⁷ Nitekim Hz. Peygamber, uyumadan önce "Allah'ım! Senin isminle ölür ve senin isminle dirilirim."⁸ ifadelerini kullanarak dua etmiş ve uyandığında da; "Bizi öldürdükten sonra dirilten (uyuduktan sonra uyandıran) Allah'a hamdolsun. Dönüş ancak onadır." şeklinde Allah'a şükretmiştir.⁹ Ayrıca hadislerde, uykunun insandan sorumluluğu kaldıran bir hâl olduğu, uykunun zamanını, miktarını ve şeklini iyi belirlemek gerektiği hususları vurgulanmıştır.¹⁰ Esasen bir nimet olan uyku, süresine ve zamanına dikkat edilmediği takdirde bir azaba dönüşebileceği hususu Hz. Peygamber tarafından dile getirilmiş ve ölçüsüz bir uykunun veya uykuya düşkünlüğün büyük bir felaket olduğu da bildirilmiştir.¹¹ Allah, yeryüzünün tüm kaynaklarını ziyan etmemek ve ölçülü kullanmak şartı ile insanın hizmetine sunmuştur. Ancak her nimette olduğu gibi uykuda da aşırılık bir israftır. İsrâf ise yaradılışa aykırı bir davranış

3. Âl-i İmrân 3/154; el-Enfâl 8/11.

4. Kehf 18/18.

5. ez-Zâriyât 51/17.

6. el-Furkân 25/47; en-Nebe' 78/9.

7. Beyhakî, Ebû Bekr Ahmed b. el-Hüseyn b. Alî el-Beyhakî, *es-Sünenü'l-kübrâ*, thk. Muhammed Abdülkadir Atâ (Beyrut: Darü'l-kütübî'l-ilmîyye, 2003), 4/183.

8. Buhârî, "Ebû Abdillâh Muhammed b. İsmail el-Buhârî, *el-Câmiu's-sahîh*, thk. Muhammed Zühayr b. Nasır (Dâru Tavki'n-necât, 1422), "Daavât", 7, 8, 16; Ebû'l-Hüseyn Müslim b. el-Haccâc b. Müslim el-Kuşeyrî, *el-Câmi'u's-sahîh*, thk. Muhammed Fuâd Abdülbâkîi (Beyrut: Dâru ihyâi't-turâsi'l-Arabî), "Zikr", 59.

9. Buhârî, "Daavât", 8.

10. H. Mehmet Soysaldı, "Kur'an Âyetleri ve Hadisler Perspektifinden Uyku Hakkında Bir Değerlendirme", *İnönü Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi*, 9/2 (Aralık 2018), 79-102.

11. Suyûtî'nin naklettiği bir hadiste bu husus şöyle dile getirilmiştir: "Ümmetim hakkında en çok korktuğum durumlar şunlardır: koca göbekli olmaları (şişmanlık), uykuya düşkün olmaları, tembellik ve inanç zayıflığıdır." Suyûtî, *Camiü's-sağîr*, 1: 404. (Hadis no: 1251), eş-Şâmile.

olduğundan insana rahat verme yerine sıkıntı vermektedir.¹²

1. Hz. Peygamber'in Uykusu ve Uyku Tipolojisi

Hz. Peygamber, her konuda olduğu gibi uyku konusunda da ümmetine örnek olmuş ve onlara bu konuda bir takım öğütler vermiştir. Uykusu son derece hafif ve çoğu zaman sınırlı olduğu hâlde Hz. Peygamber'in, buna rağmen hayati boyunca uykusuzluk çektiğine dair bir bilgiye hiç rastlanılmamıştır. O, hayatının bazı dönemlerinde gecenin büyük bir kısmını uyumadan ibadet ederek geçirdiği gibi bazen de her insan gibi geceyi istirahat ederek geçirmiş, hastalık ve yorgunluktan dolayı gece namazına uyanamadığı da olmuştur. Esasen fitri bir ihtiyaç olan uyku Hz. Peygamber'in hayatında bir ibadet hâline dönüşmüştür. Zira onun hayatında uyku, abdestli olarak ibadetin ruhu olan dua ile başlamış, edep ve adapla devam etmiş ve yine dua ile tamamlanmıştır. Ayrıca Hz. Peygamber'in hayatında uykunun amacı ve zamanlaması ibadet için bir fırsat vesilesi olarak ayarlanmıştır.

1.1. Hz. Peygamber'in Hayatında Uykuya Hazırlık Safhası

Hz. Peygamber'in, uyku öncesi en önemli hazırlığı abdest almak olmuştur. Rivayetlerden anlaşıldığına göre Hz. Peygamber uyku pozisyonuna geçmeden önce her zaman namaz abdestini alıp ondan sonra yatağına geçmiştir.¹³ Ancak İbn Mâce'nin naklettiği bir rivayete göre Hz. Peygamber, gece uyandığında bazen helâ ihtiyacını giderdikten sonra abdest almadan sadece ellerini ve yüzünü yıkayıp tekrar yatağına yattığı da olmuştur.¹⁴ Aynı şekilde bazen gusül yapmaya ihtiyacı olduğu hâlde sadece namaz abdestini alarak yattığı zamanlar da olmuştur.¹⁵ Hz. Peygamber'in, yatmadan önce yaptığı diğer hazırlıklardan bir tanesi de gözlerine sürme çekmesi olmuştur. Hz. Peygamber, yatmadan önce her gece yanında bulundurduğu sürmeden düzenli olarak gözlerine sürme çektiği rivayetlerde yer almaktadır.¹⁶ Kaynakların verdiği bilgiye göre

12. Fatih Kandemir, "İçsel Dinî Motivasyon Bağlamında Dindarlık ve Çevre İlişkisi Üzerine İlişkisel Bir Araştırma", *Mesned İlahiyat Araştırmaları Dergisi*, C. (Vol.) 11/1 (Bahar 2020), 290.

13. Şâmi, Ebû Abdillâh Şemsüddîn Muhammed b. Yûsuf b. Alî b. Yûsuf es-Sâlihî eş-Şâmi eş-Şâfiî, *Sübülü'l-Hüdâ ve'r-reşâd*, thk. Şeyh Âdil Ahmed (Beyrut: Dâru'l-kütübî'l-ilmiyye, 1993), 7/250.

14. İbn Mâce, Ebû Abdillâh Muhammed b. Yezîd Mâce el-Kazvîni, *Sünenü İbn Mâce*, thk. Muhammed Fuâd Abdülbâkiî (Dâru İhyâi'l-kütübî'l-Arabî, ts.), "Vudu", 71; Şâmi, *Sübülü'l-Hüdâ*, 7/250.

15. Buhârî, (Hadisno: 288).

16. İbn Sa'd, Ebû Abdillâh Muhammed b. Sa'd b. Menî' el-Kâtib el-Hâşimî el-Basrî el-Bağdâdî, *et-Tabakâtü'l-Kübrâ*, thk. İhsân Abbâs (Beyrut: Dâru Sâdır, 1968), 1: 484; Tirmizî, Ebû İsâ Muhammed b. İsâ b. Sevre et-Tirmizî, *el-Câmi'u's-sahih*, thk. Muhammed Fuâd Abdülbâkiî ve diğerleri (Mısır: Şirketu Mustafa el-Bâbî el-Halebî, 1975), "Libâs", 23.

Hız. Peygamber, her gece yatağına girmeden önce yanında sürekli bulunduğu siyah renkli sürmeden her bir gözüne üçer defa sürme çekmiştir.¹⁷ Hız. Peygamber'in yatmadan önce her zaman yaptığı davranışlardan biri de misvak kullanmak olmuştur. Misvak, her zaman Hız. Peygamber'in hayatında önemli alışkanlıklarından ve uygulamalarından biri olduğu gibi yatmadan önce ve gece uyandığında da misvak kullanmayı ihmal etmemiştir.¹⁸ Rivayetlerden anlaşıldığına göre Hız. Peygamber, yatağına uzandığı zaman misvak kullanmıştır. Yatarken başucunda misvak bulundurmuş, uyandığı zaman da ilk işlerinden biri de misvak kullanmak olmuştur.¹⁹ Hız. Aişe, her gece Hız. Peygamber'e içmesi, abdest alması ve misvak kullanması için ağzı kapalı (üstü örtülü) üç su kabı hazırladıklarını ifade etmektedir.²⁰ Başka bir rivayette de Hız. Peygamber'in, yatağına uzandığı zaman yanı başında abdest suyunun, misvakının ve tarağının bulunduruluğu; gece uyandığı zaman da misvak kullandığı, abdest aldığı ve saçını taradığı bildirilmiştir.²¹ Aynı şekilde gece helâ ihtiyacını giderdikten ve ellerini yıkadıktan sonra da önce misvak kullanmış daha sonra da abdest almıştır.²² Rivayetlerden anlaşıldığına göre Hız. Peygamber geceleri bir defadan fazla uyanmış ve her uyandığında da misvak kullanmıştır.²³ Bazı rivayetlerde Hız. Peygamber'in geceleri dört defa veya saat başı uyanıp misvak kullandığı ifade edilmiştir.²⁴ Aynı şekilde onun bu uygulaması gece uykusuyla sınırlı kalmamış, gece veya gündüz uykudan uyandığı zaman misvak kullanmıştır. Rivayetlerden anlaşıldığı kadarıyla Hız. Peygamber, gece olsun gündüz olsun uyumadan önce ve uyandıktan sonra misvak kullanmıştır.²⁵

1.2. Hız. Peygamber'in Uykudan Önce ve Uyandıktan Sonra Okuduğu Dualar

Uyku, hem büyük bir nimet, hem de bir tür ölüm hâlidir. Hız. Peygamber, kendi hayatında uyguladığı gibi ümmetine de her nimete karşı kadirşinaslık göstermeyi öğretmiştir. Bize dinlenme nimetini bahşeden ve uyandırıp yeni bir hayata kavuşturan Rabb'imize dua ile karşılık vermek bu kadirşinaslığın bir gereğidir. Ayrıca uyku, dönüşü olmayan bir yolculuğa çıkış da olabilir. Zira hiç kimseye, uykudan tekrar uyanma garantisi verilmemiştir. Böyle hâllerde

17. Şâmî, *Sübülü'l-Hüdâ*, 7/250.

18. Buhârî, "Vudû", 75.

19. İbn Hanbel, *Müsned*, 2/117.

20. İbn Mâce, "Tahâre", 40; Şâmî, *Sübülü'l-Hüdâ*, 8/27.

21. Beyhakî, 1/39.

22. Ebû Dâvûd, "Tahâre", 29, 30.

23. Ebû Dâvûd, "Tahâre", 30.

24. Beyhakî, 2/98.

25. Ebû Dâvûd, "Tahâre", 30; Şâmî, 8/27-29.

vedalaşmak, helalleşmek ve son istekleri dile getirmek, akıllı ve tedbirli olmanın bir gereğidir. Allah'la olan bu helalleşmenin yolu "dua"dır.

Hız. Peygamber, uykudan önce ve uyandıktan sonra kendine mahsus birtakım duaları okumuştur. Onun, duasız uyuduğu ve uyandıktan sonra duasız kalktığı vaki olmamıştır. Ancak Onun uykudan önce ve uyandıktan sonra okuduğu bu duaları belli formlarla sınırlandırmak oldukça zorlama olur. Zira konuya dair hadis metinlerinde o kadar çok dua örnekleri vardır ki, bunlar, "Hız. Peygamber şöyle dua ederdi" dememizi imkânsız hâle getirmektedir.²⁶ Esasen duanın amacı her konuda olduğu gibi bu konuda da insanın yaratıcısına karşı olan ihtiyacını ve bağıllığını içinde bulunduğu duruma göre arz hâlidir. Zira en güzel dua şekli ayet ve hadislerde tavsiye edilen dua formlarıdır. Konuyla alakalı olarak Hız. Peygamber'e ait bir kısım dua örneklerine yer vermek uygun olacaktır:

Fatiha suresi, Kâfirûn suresi ile İhlâs, Felak ve Nâs sureleri Hız. Peygamber'in yatarken mutata olarak okuduğu ve tavsiye ettiği dualardandır.²⁷ Ayrıca Hız. Peygamber'in yatağına girince her gece yaptığı dualardan bir tanesi de şu duadır: "Allah'ın senin isminle ölür isminle dirilirim." Uyandığı zaman da, "Bizi öldürdükten sonra dirilten Allah'a hamdolsun, dönüş onadır." duasını okumuştur.²⁸

Rivayetlerde Hız. Peygamber'in, her gece yatağına uzanınca iki elini birleştirip onlara üfledikten sonra İhlâs, Felak ve Nâs surelerini okuyup elleriyle başını ve ulaşabildiği vücudunun her yerini mesh ettiği bildirilmiştir. Bu uygulamayı üç defa yaptığı bildirilmiştir.²⁹ Hız. Peygamber'in konuya dair mutata dualarından bir tanesi de şudur: "Bizi yediren içiren, bize sahip çıkan ve barındırana hamdolsun." Nice sahipsiz ve barıksız olan vardır.³⁰ Bunlara ilave olarak Ayete'l-Kürsi'yi okumak da tavsiye edilmiştir.³¹

Hız. Peygamber, Berâ b. Azib'e şöyle tavsiyede bulunmuştur: Uyumak istediğin zaman abdest al, sağ yanının üzerine yat ve sonra da şöyle dua et: "Allâhım! Kendimi sana teslim ettim, işimi sana havale ettim, yüzümü sana çevirdim. Rızanı isteyerek ve azabından korkarak sırtımı sana dayadım, sana sığındım. Sana karşı yine senden başka sığınmak yoktur. İndirdiğin kitaba ve gönderdiğin Peygamber'e inandım." Hız. Peygamber Berâ'ya, eğer bu duayı

26. Ali Yardım, *Peygamberimiz'in Şemâilî*, (İstanbul: Damla Yayınları, 2011), 334.

27. Heysemî, Ebû'l-Hasen Nûrûddîn Alî b. Ebî Bekr b. Süleymân el-Heysemî (ö. 807/1405), *Mecmeu'z-zevâid ve menbeu'l-fevâid*, Thk. Husamuddîn el-Kudsî, (Kahire: Mektebetü'l-Kudsî, 1994), 10/121.

28. Tirmizî, *Şemâil*, 218.

29. Tirmizî, *Şemâil*, 218.

30. Tirmizî, *Şemâil*, 219.

31. Buhârî, "Vekâle", 10. (Hadis no: 2311).

okuyup yatarsa o gece öldüğü zaman fitrat üzere öleceğini ifade etmiş ve bu duayı yatmadan önceki son sözleri olmasını tavsiye etmiştir.³² Tirmizî, uykudan önce abdest alma tavsiyesinin sadece bu hadiste geçtiğini ifade etmiştir.³³

1.3. Hz. Peygamber'in Yatış Şekli

Hz. Peygamber'in yatış pozisyonu yerine, zamanına bulunduğu ortama göre farklılık arz etmiştir. Zaten bir insanın tek tip bir yatış şekline bahsetmek mümkün değildir.³⁴ Ancak Hz. Peygamber, her işinde sağ tarafı tercih ettiği gibi uyumada da genellikle mutad olan sağ tarafına yatmayı tercih etmiştir.³⁵ Yatarken sağ elinin ayasını sağ yanağının altına koyup çeşitli zikir ve dua okuyarak uykuya dalmaya çalışmıştır.³⁶ O, midesi dolu bir şekilde yatmamıştır. Bazen bir yatakta bazen deriden bir kilimin üstünde bazen hasır üstünde bazen de vücudunun bir kısmı toprağa değecek şekilde yerde yatmayı tercih etmiştir. Gözleri uykuya dalmaya kadar Allah'ı zikretmiştir.³⁷ Uyumadan önce ellerine üfledikten sonra İhlâs, Felâk ve Nâs surelerini okuyup vücudunu sıvazlamıştır.³⁸ Daha sonra Âyete'l-Kürsî'yi okumuş ve otuz üç defa sübhanallah, otuz üç defa elhamdülillah, otuz üç defa Allahuekber diyerek günün son tesbihatını yapıp ondan sonra da günün bir muhasebesini yaptıktan sonra uykuya dalmaya çalışmıştır.³⁹

Gün içinde kısa süreli dinlenmelerinde Hz. Peygamber'in, bazen mescitte sırt üstü bir bacağının diğer bacağının üstünde olacak vaziyette yattığı rivayet edilir.⁴⁰ Ancak bu durum onun sürekli yapıp benimsediği bir davranış tarzı olmamıştır. Yüz üstü yatmayı hoş karşılamayan Hz. Peygamber, bu şekilde yatanlara da "bu pozisyonun cehennem ehline ait olduğunu" söylemek suretiyle onları uyarmıştır.⁴¹

İbn Ebî Şeybe'nin Abdullah b. Mes'ud'tan naklettiği bir rivayete göre Hz. Peygamber, bazen secde vaziyetindeyken uykuya daldığı olmuş ancak bu durum onun namazını tamamlamasına engel olmamıştır. Bu hadisin devamında

32. Buhârî, "Deavât", 6, 7 (Hadis no: 6311, 6313).

33. Tirmizî, "Deavât" 133 (Hadis no: 3574).

34. Ali Yardım, Şemâil, 331.

35. Kâdı İyâz, Ebû'l-Fazl İyâz b. Mûsâ b. İyâz el-Yahsubî, *eş-Şifâ bi ta'rîfi hukuki (fi şerefi) 'l-Mustafâ*, (Beyrut: Daru'l-kütübü'l-ilmîyye, 1421), 1/214.

36. Ebû Dâvûd, "Edeb", (Hadis no: 5045). Tirmizî, *Şemâil*, 157.

37. Abdullah b. Saîd, *Münteha's-süâl alâ vesâli'l-vusûl ilâ şemâli'r--Resûl*, (Cidde: Dâru'l-minhâc, 2005), 2/285.

38. Tirmizî, *Şemâil*, 218.

39. Buhârî, "Vudû", 183; "Vekâlet" 10.

40. Şâmî, *Sübülü'l-Hüdâ*, 7/250.

41. Ebû Dâvûd, Edeb, 95; İbn Mâce, "Edeb", 27 (Hadis no: 3722); Tirmizî, Edeb, 21.Şâmî, *Sübülü'l-Hüdâ*, 7/250.

Hız. Peygamber'in bazen sırt üstü yattığı ve bu durumun da onun abdestinin bozulmasına sebep olmadığı anlatılmaktadır.⁴² Bazen oturarak uyuduğu ve böyle bir uykudan dolayı da abdest tazelemediği bildirilmiştir.⁴³ Bu durumdan yola çıkan ulemanın ortak kanaati Hız. Peygamber'in uykusunun abdestini bozmadığı yönünde olmuştur.

1.4. Hız. Peygamber'in Yatağı ve Yattığı Yerler

Rivayete göre Hız. Peygamber, ekseriyetle içi hurma ağacının kabuğuyla (lifleriyle) doldurulmuş yüzü deriden bir yatak üzerinde yatmıştır.⁴⁴ Bazen de ikiye katlanmış bir kumaş veya katlanmış bir kilim üzerinde yattığı da olmuştur. Beyhakî'nin naklettiği rivayete göre bu durumu fark eden Ensâr'dan bir kadın Hız. Peygamber'e yünden yapılmış bir yatak göndermiş fakat Hız. Peygamber, bunu kabul etmeyerek yatağın sahibine iade edilmesini emretmiştir.⁴⁵ Taberânî'nin Abdullah b. Mes'ud'un rivayetinde ise bu olay şöyle anlatılmaktadır: Abdullah b. Mes'ud bir gün Hız. Peygamber'e ait küçük odasına girer. Hız. Peygamber'in bir hasır üzerinde yattığını ve hasırın vücudunda iz bıraktığını görünce ağlamaya başlar. Hız. Peygamber İbn Mes'ud'a neden ağladığını sorunca o: "Ya Resullallah, Kısra ve Kaysar kuş tüyü ve ipek yataklarda yatarken sen vücudunda iz bırakan bir hasırda yatıyorsun." cevabını verir. Bunun üzerine Hız. Peygamber: "Onlara dünya verilmiş bize de ahret verilmiştir." hatırlatmasını yaparak İbn Mes'ud'u teselli eder.⁴⁶ Benzer bir rivayet de Hız. Ömer'den nakledilmiştir.⁴⁷ Yine içi yapraklarla doldurulmuş divan üstünde bir yatağı kullandığına dair rivayetler de vardır.⁴⁸

Hız. Hafsa'nın bildirdiğine göre Hız. Peygamber'e yatak olarak kıldan veya yünden yapılmış kaba ve sert bir sergiyi ikiye katlayarak yatak olarak sermişlerdir. Hız. Peygamber'in ailesi bir gece onun daha rahat yatması için bu sergiyi

42. bn Ebî Şeybe, Ebû Bekr Abdullah b. Muhammed b. Ebî Şeybe el-'Absî el-Kûfî, *el-Mu-sannefî fi'l-ehâdis ve'l-âsâr*, nşr. Kemâl Yusuf el-Hût, (Riyâd: Mektebetü'r-rüşd, 1409), 1/124; Şâmî, *Sübülü'l-Hüdâ*, 10, 424.

43. İbn Mâce, "Vudû'" 72 (hadis no: 476).

44. Tirmizî, *Şemâil*, 269.

45. Rivayetin devamında "isteseydim Allah bana altın ve gümüşten dağlar verirdi" şeklinde bir ifade vardır. bk. Beyhakî, *Delâil*, 1/345; Kastallânî, *Mevâhib*, 2/218.

46. Taberânî, Ebû'l-Kâsım Müsnidü'd-dünyâ Süleymân b. Ahmed b. Eyyûb et-Taberânî (ö. 360/971), *el-Mu'cemu'l-kebir*, (Kahire: Mektebetü İbn Teyyibe, 1994), 10/162; Heysemî, Ebû'l-Hasen Nürüddîn Alî b. Ebî Bekr b. Süleymân el-Heysemî (ö. 807/1405), *Mecmeu'z-zevâid ve menbeu'l-fevâid*, Thk. Husamuddîn el-Kudsî, (Kahire: Mektebetü'l-Kudsî, 1994), 10/326; Kastallânî, *Mevâhib*, 2/218.

47. İbn Mâce, "Zühd", 11 (Hadis no: 4153).

48. İbn Hibbân, Ebû Hâtim Muhammed b. Hibbân b. Ahmed el-Büstî, *Sahihu İbn Hibbân*, thk. Şuayb el-Arnaût, (Beyrut: Müessesetü'r-risâle, 1993), 2/478; Kastallânî, *Mevâhib*, 2/219.

dört kat yapmayı uygun görmüşlerdir. Ancak sabah olunca Hz. Peygamber, kendisi için serilen yatağın ne olduğunu sorgulamıştır. Yatağın aynı olduğu fakat daha rahat olması için dört kat yapıldığı ifade edilince Hz. Peygamber bu durumdan hoşlanmamış ve yatağın eski hâline çevrilmesini emretmiştir.⁴⁹

Hz. Aişe, Hz. Peygamber'in üzerinde kova otundan örülmüş hasır bulunan ve siyah bir çarşafı örülmüş bir divanının olduğunu bildirmiştir. Bu yataktan kalktığı zaman vücudunda hasır izleri görünmüştür. Bu durumuna üzülen arkadaşlarına da Hz. Peygamber, bu yatağın neticesinin cennet olduğunu söyleyerek teselli etmişlerdir.⁵⁰

Hz. Peygamber'in kendisine serilen hiçbir yatağı yadırgamadığı rivayet edilmektedir. Şayet kendisine bir yatak serilmediyse yerde üstünü örterek yatmıştır.⁵¹ Ömer'in bildirdiği bir rivayette Hz. Peygamber kaba bir kumaş üzerinde vücudunun bir kısmı toprak üzerinde kalacak şekilde yatmıştır. Başının altında içi hurma ağacının kabuğuyla (lif) dolu bir yastık, başının üstüne de bir post (deri) örtmüştür.⁵²

2. Hz. Peygamber'in Uykusunun Zamanı ve Miktarı

2.1. Hz. Peygamber'in Gece Uykusu

Hz. Peygamber'in uykusunu vakit ve süre olarak kesin çizgilerle belirlemek mümkün görünmemektedir. Ancak onun için gece uykusunun vakti yatsı namazından sonra ve sabah namazından önceki zaman dilimidir.⁵³ Rivayetlerden anlaşıldığı kadarıyla Hz. Peygamber'in yatış zamanı genellikle gecenin ilk kısmında olmuştur. Hz. Peygamber, yatsı namazını cemaatle kılıp vitir namazını gecenin son vaktine ertelemiş ve ekseriyetle yatsı namazını kıldıktan sonra evine giderek erkenden yatmayı tercih etmiştir.⁵⁴ Böyle erken yatmak suretiyle gecenin belirli bir kısmında tekrar uyanıp ibadet etmeyi âdet hâline getirmiş ve hayatındaki bu güzel uygulamayı ümmetine de şu sözleriyle tavsiye etmiştir: "Sizden biriniz eğer gece uyanacağından endişelenmiyorsa vitir namazını gecenin en sonuna bıraksın. Çünkü böyle yapan gecenin yarısını namazla geçirmişçesine sevap kazanmış olur."⁵⁵

49. Tirmizi, *Şemâil*, 269,270.

50. İbn Hibbân, *Sahih*,2/478; Kastallânî, *Mevâhib*, 2/219.

51. Kastallânî, *Mevâhib*, 2/219.

52. Ebû Abdillâh Muhammed b. Abdillâh b. Muhammed el-Hâkim en-Nisâbüri, *el-Müstedrek alâ's-Sahihayn*, thk. Mustafa Abdülkadir Atâ, (Beyrut: Dâru'l-kütübi'l-ilmîyye, 1990) 4/117.

53. Ali Yardım, *Peygamberimiz'in Şemâili*, 329-330.

54. Buhârî, "Teheccüd", 15 (Hadis no: 1146); Müslim, (Hadis no: 129); İbn Mâce, (Hadis no: 1365).

55. Buhârî, "Teheccüd", 4.

Yatsıdan önce uyumayı, yatsıdan sonra da konuşmayı hoş karşılamayan Hz. Peygamber'in yatsı namazından sonra/uyumadan önce bazen ailesiyle dünyevi konularda sohbet ettiği, bazen de Müslümanların işlerini ilgilendiren meselelerde ashabıyla istişarede bulunduğu rivayet edilmektedir.⁵⁶ Ancak Hz. Peygamber, sohbet ve istişare için bir yerde oturmak istediği zaman mekânın aydınlatılmasını talep etmiş ve sohbet esnasında karanlıkta oturmayı hoş karşılamamıştır.⁵⁷

Hz. Peygamber, bazen uykudan uyandığı zaman başını yukarı doğru kaldırıp şöyle dua etmiştir: “Beni sağlıklı bir şekilde uyutup sağlıklı bir şekilde uyandıran Allah’a hamdolsun.”⁵⁸ Duasının devamında da; “Ey Yüce Rabb’imiz! Sen bunları gayesiz, boşuna yaratmadın. Seni bu gibi noksanlardan tenzih ederiz. Sen bizi o ateş azabından korusun! ” “*Ey Yüce Rabbimiz! Sen kimi ateşe koyarsan, muhakkak onu rezil edersin. Zalimlerin hiç bir yardımcısı yoktur!* ” “*Ey Yüce Rabbimiz! Biz, imana çağırın ve “Rabbimize inanın!* ” diye tevhide davet eden bir zatı duyduk ve icabet ettik. Artık Sen bizi affet, kusurlarımızı bağışla ve iyilerle birlikte bizim canımızı al. ” “*Ey Yüce Rabbimiz! Resullerin vasıtasıyla bize vadettiğin mükâfatları bize lütfet, bizi kıyamet günü rezil ve perişan eyleme. Sen asla sözünden dönmezsin!*”⁵⁹ ayetlerini okuduktan sonra abdest alıp rükû ve secdelerini uzun tuttuğu iki rekât namaz kılmış sonra yatağına dönüp yatmıştır. Çok geçmeden yine uyanıp tekrar aynı şekilde namaz kılmıştır.⁶⁰ Hz. Peygamber ile bazen gece uzun süre namaz kılarak ayakta kalan bazı sahabe bu işin zorluğundan bahsetmiş ve kendilerinin öyle bir duruma katlanamadıklarını ifade etmişlerdir.⁶¹

Rivayetlerden anlaşıldığına göre Hz. Peygamber'in böyle uzun süre uyanık kalması ve uzun süreli namazları kılması her gece yaptığı aralıksız bir ibadet değildir. Enes'in naklettiği rivayete göre Hz. Peygamber, bazen uzun süre oruç tutmuş bazen de uzun süre oruç tutmaya ara vermiştir. Bazen geceleri uzun süre uyanık kalarak ibadet etmiş bazen de bu süreyi uykusuna ve istirahatine ayırmıştır.⁶² Konuya dair Buhârî, “Gece kalkıp ibadet etme ile ilgili nesh edilenler” şeklinde bap oluşturarak bu konuyu ele almış ve Müzzemmil

56. Malik b. Enes, Malik b. Enes, Ebû Abdillâh Mâlik b. Enes b. Mâlik b. Ebî Âmir el-Asbahî el-Yemenî. *el-Muvattâ*, C. 2, İstanbul: Çağrı Yayınları, 2. bs., 1992, 2/163 (Hadis no: 390); Buhârî, (Hadis no: 568); Ahmed b. Hanbel, *Müsned*, 6/157; Heysemî, *Zevâid*, 4/315; Abdullah b. Saîd, *Münteha's-süâl alâ vesâil'l-vusûl ilâ şemâilî'r-Resûl*, 2 bs., C. 4 (Cidde: Daru'l-minhâc, 2005), 2/283.

57. Heysemî, *Zevâid*, 8/64.

58. Şâmî, *Sübûlü'l-Hüdâ*, 8/293.

59. Al-i İmrân 3/191-194.

60. Buhârî, “teheccüd”, 1, (Hadis no: 1120).

61. Buhârî, “teheccüd”, 10, (Hadis no: 1135).

62. Buhârî, “teheccüd”, 11, 12, (Hadis no: 1141).

suresinden ilgili ayetleri aktardıktan sonra Hz. Peygamber'in gece uzun süre uyanık kalması hakkında Enes'ten bir rivayet naklederek bunların bir kısmının nesh edildiğini ifade etmiştir.⁶³ Buradan anlaşılıyor ki Hz. Peygamber ihtiyaçtan fazlası uyumamış fakat ihtiyacı olan uykusunu da ihmal etmemiştir.⁶⁴ Hz. Peygamber'in hizmetinde uzun süre bulunan Enes b. Mâlik, bazen onun geceleri sanki hep namaz kıldığına bazen de sanki onu geceleyin hep uyuduğuna şahit olduğunu bildirmiştir.⁶⁵

Hz. Âişe'nin rivayetine göre Hz. Peygamber, gecenin son kısmında kıldığı ve vitirle tamamladığı namazını bazen bir hastalık veya uyanamama veya bir engel sebebiyle kılamadığı zamanlarda bu namazını gündüz on iki rekat olarak kılmıştır. Hadisin devamında Hz. Peygamber'in bir gecede hiçbir zaman Kur'an'ın tamamını okumadığı ve sabaha kadar uyumadan ibadet ettiği hiçbir gece olmadığı ifade edilmiştir. Hz. Peygamber'in ashabıyla birlikte ayakları şişinceye kadar ibadet ettiği geceler olmuştur. Ancak Müzzemmil suresinin başında emredilen bu tarz gece ibadeti daha sonra hafifletilmiştir.⁶⁶ Tayâlisî, bu hadisi özet bir şekilde aktarmış ve içinde namaza dair bir şey zikretmemiştir. Konuyu, "Gece yapmayı arzulayıp da yapamadığı bir davranış yerine gündüz on iki rekat namaz kıları." şeklinde ifade etmiştir.⁶⁷ Yani hasta olduğu kimi zamanlarda bir iki gece teheccüde kalkamadığı da olmuştur.⁶⁸ Bazen de basit bir sebeple mesela horoz sesini duyunca uyanıp namaz kıldığı rivayet edilmiştir.⁶⁹

Esasen Hz. Peygamber, hazarda veya seferde mümkün olduğu kadar gece kıyamını ihmal etmemiştir.⁷⁰ Ancak ilgili hadisleri değerlendiren İbn Hacer, Hz. Peygamber'in gecenin muayyen bir vaktine mahsus bir ibadetinin bulunmadığını, gecenin değişik saatlerinde kendisi için uygun olan ve kolayına

63. Buhârî, "teheccüd", 11, 12, (Hadis no: 1141).

64. Abdullah b. Saîd, *Münteha's-süâl*, 2/284.

65. Buhârî, "teheccüd", 11, 12, (Hadis no: 1141); Abdullah b. Saîd, *Münteha's-süâl*, 2/284.

66. Ebû Bekr Abdürrezzâk b. Hemmâm b. Nâfi' es-San'ânî el-Himyerî, *el-Musannef fî'l-hadis*, thk. Habîburrahmân el-A'zâmî (Hindistan: el-Meclîsü'l-ilmî, 2. Bs., 1403), 3/39; Mervezî, Ebû Abdillâh Muhammed b. Nasr b. Yahyâ el-Mervezî, *Muhtasarı Kıyâmi'l-leyl ve Kıyâmi ramazân ve Kitâbi'l-Vitr*, (Pakistan: Hadîs Akademi, 1988),122; İbn Hibbân, *Sahîhu İbn Hibbân*, 6/372; Abdülaziz b. Abdullah b. Bâz, *Durûsu's-Şeyh Abdülaziz b. Abdullah b. Bâz, eş-Şâmîle*, 8/13.

67. Ebû Dâvûd Süleymân b. Dâvûd b. el-Cârûd et-Tayâlisî, *el-Müsned*, thk. Muhammed b. Abdülmuhsin et-Türkî, (Mısır: Daru hecer, 1999), 3/99.

68. Buhârî, "Teheccüd", 4.

69. Buhârî, "teheccüd", 8, (Hadis no: 1132).

70. İbn Kayyim el-Cevziyye, Ebû Abdillâh Şemsüddîn Muhammed b. Ebî Bekr b. Eyyüb ez-Zürâî ed-Dimaşkî el-Hanbelî, *Zâdü'l-meâd fi heydi hayri'l-ibâd*, (Beyrut: Müessesetü'r-risâle, 1994), 1/313.

gelecek şekilde ibadetlerini yaptığını ifade etmektedir.⁷¹

Kısacası Hz. Peygamber, gece ara ara kalkıp namaz kılıp ve tekrar yatmıştır. Uykusu ağır değildi fakat bazen nefes alıp verişini duyulacak şekilde horladığı da olmuştur.⁷² Hz. Peygamber, gece ibadeti için insanın her zaman müsait olması mümkün olmadığını işaret ederek iyi niyetle bunu arzularıp da fakat yapamayan bir insanın gece ibadetinin sevabından nasibini alabileceğini ifade etmiştir. Hz. Peygamber'in, "gece kalkıp namaz kılmak niyetiyle yatağına uzanıp yatan ve uyanmadığı için bu niyetini gerçekleştirmeyen kimseye niyetinin karşılığında aynı sevap verilir ve uykusu da Allah'tan kendisine verilmiş bir iyilik olur"⁷³ sözü bu bağlamda değerlendirilmiştir.

2.2. Hz. Peygamber'in Gündüz Uykusu

Sağlıklı bir hayat için gece uykusu gerekli olduğu gibi gündüz uykusunun da insanın sağlığına, maddi ve manevi yaşam kalitesine önemli katkıları vardır. Hz. Peygamber, ihtiyaç hâlinde gündüzleri de uyumuştur. Gün ortası uykusu veya gün ortası istirahati olarak bilinen bu dinlenme faslı İslam kültüründe *kaylule* ismiyle meşhur olmuştur.⁷⁴ Hz. peygamber, gündüz orucuna sahur yemeğiyle, gecenin ibadetine de öğle uykusu (istirahatıyla) destek sağlamanız, buyurarak bu istirahatin gece ibadetine yardımcı olduğuna işaret etmiştir.⁷⁵

Aynî, İbn Kesîr'i kaynak göstererek *kayluleyi* şöyle tarif etmiştir: *Kaylule* gün ortasında uyuyarak veya uyumadan dinlenmeye denir.⁷⁶ Saati ve süresi tam olarak tayin edilmeyen *kaylule* zamanı, öğleye doğru havanın sıcak olmaya başladığı zamandan itibaren başlayıp öğle namazı vaktinin sonuna kadar devam eder. Hz. Peygamber kendi dönemini ve dünyadaki insanın yaşama süresini *kalule* süresine benzeterek bu uykunun kısa süreli bir dinlenme faslı olduğuna şu hadiste işaret etmiştir: "Benim dünyadaki durumum bir yaz gününde bir ağaç gölgesinde *kaylule* yaptıktan sonra yürüyüp oradan ayrılan adamın durumuna benzer."⁷⁷

Arap kültüründe dört çeşit gündüz uykusundan bahsedilir. Bunlar *feylule*, *kaylule*, *heylule* ve *gaylûledir*. Araplar, sabah namazından sonraki uykuya

71. İbn Hacer, *Fethu'l-Bârî*, 3/23; Abdullah b. Saîd, *Münteha's-süül*, 2/284.

72. Ebû Dâvûd, "Tahâre", 30.

73. İbn Mâce, "İkameti's-salât", 177 (Hadis no: 1344).

74. Aynî, Ebû Muhammed (Ebû's-Senâ) Bedrüddîn Mahmûd b. Ahmed b. Mûsâ b. Ahmed el-Aynî *Umdetü'l-Kârî fi şerhi Sahîhi'l-Buhârî*, (Beyrut: Dâru ihyâi't-tur3asi'l-Arabî, ts.), 6/252; 22/263.

75. Aclûnî, Ebû'l-Fidâ Muhammed b. Abdülhâdi el-Cerrâhî, *Keşfu'l-hafâ*, th. Abdülhamîd b. Ahmed, (el-Mektebtü'l-asriyye, 2000), 2/121 Hadis no: 1908).

76. Aynî, *Umdetü'l-Kârî*, 6/252; 22/263.

77. Ahmed b.Hanbel, *Müsned*, 4/178, 179 (Hadis no: 4208).

feylule, kuşluk vakti uykusuna *heylule* öğlen uykusuna *kaylule* ikinci sonrası uykuya da *gaylûle* ismini vermişlerdir. Sabah namazından sonra uyumak dinen yasaklanmamış ancak bu vakitte uymak hoş karşılanmamıştır. Zira Hz. Peygamber'in ümmetinin erken kalkanlarına; "Allah'im! Ümmetimden sabahın erken vakitlerinde işe koyulanlara bereket ver."⁷⁸ şeklinde duası vardır. Ayrıca Hz. Peygamber, "Sabah namazını kılıp, sonra da oturduğum yerden kalkmaya-
güne doğuncaya kadar Allah'ı zikretmem, benim için Allah yolunda düş-
mana saldırmamdan daha sevimlidir."⁷⁹ buyurmuştur. Dolayısıyla sabah namazından sonra yatmak sünnete aykırı olduğu aşikârdır. İkinci sonrası uykusu hakkında herhangi bir hadis ya da yasaklama bulunmamaktadır. İnanışa göre ikindiden sonra uyumak sersemliğe sebep oluyor. Akşam namazıyla yatsı namazı arasında uyumak da yatsı namazını kaçırmasına sebep olabilir endişesinden dolayı hoş karşılanmamıştır. Ancak ibadete engel olmamak kaydıyla hiçbir uyku çeşidine dinen bir yasak getirilmemiştir. Kişinin yaşadığı hayat şartlarına göre uyku zamanı ve uyku miktarı değişiklik arz edebilir.⁸⁰

Hz. Peygamber'e nispet edilen ancak sahabe sözü olduğu anlaşılan bir rivayette gündüz uykusu, uyuma zamanına göre üç kısma ayrılmıştır. Havvât b. Cübeyr (ra.)'den (ö. 40/661), nakledilen bir hadiste gündüz uykusunun şöyle bir tasnifi yapılmıştır: "Gündüzün evvelinde uyumak (*feylule*) dalgınlık, ortasında uyumak (*kaylule*) güzellik (güzel huy) sonunda uyumak (*gaylule*) ise ahmaklıktır."⁸¹

Uyku zamanıyla ilgili nakledilen rivayetler genel bir değerlendirmeye tabi tutulduğu takdirde uykuya dair verilen hükümlerin dinî bir yasak veya emir şeklinde olmadığı örfi veya fitri hâlleri destekleyen tavsiyeler niteliğinde olduğu anlaşılmaktadır.

2.3. Hz. Peygamber'in Seferde Uykusu

Hz. Peygamber, yolculuğun insanın uykusuna, yemesine ve içmesine engel bir sıkıntı olduğunu, seferde işini bitiren kimsenin hemen ailesine dönmesi gerektiğini bildirmiştir.⁸² Hz. Peygamber seferde bir mekânda geceleyince uyu-
madan önce şöyle bir dua yapmıştır: "Ey bu mekân! Benim de senin de Rabb'imiz Allah'tır. Senin şerrinden, içinde bulunanların, üzerinde yaratılanların ve yürüyenlerin şerrinden Allah'a sığınırım. Her türlü görünen ve görün-

78. Dârimî, Ebû Muhammed Abdullah b. Abdîrahman b. El-Fazl, es-Sünen, thk. Nebîl Hâşim, (Beyrut: Dâru'l-beşâir, 2013), "Siyer", 1.

79. Abdürrezzâk, *Musannef*, 1/530.

80. el-Karanî, Aid b. Abdullâh, *Durûs eş-Şeyh Aid el-Karanî*, Şamile, 178/36.

81. Buhârî, *el-Edebü'l-müfred*, thk. Muhammed Fuad Abdülbaki, (Beyrut: Dâru'l-beşâiri'l-İslamiyye, 1989), 425 (Hadis no: 1242); Hakim, *el-Müstedrek*, 4/326 (Hadis no: 7797).

82. İbn Mâce, "Menâsik" 1 (Hadis no: 2882.)

meyen saldırganların, yılanların, akreplerin, bu beldede oturanların, bütün doğuran ve doğanların şerrinden Allah'a sığınırım." Şayet yüksek bir yerde bulunmuşsa şu duayı okumuştur: Allah'ım! Senin yüceliğin bütün üstünlüklerden daha yücedir ve her zaman hamt senindir.⁸³

Hız. Peygamber, yolculukta gece istirahat etmek istediği zaman genellikle âdeti olan sağ tarafına yatmış ve sağ dirseklerini dikerek, sağ elinin ayasını sağ yanağının altına destek olacak şekilde uyumaya çalışmıştır. Hadis yorumcuları Hız. Peygamber'in bu yatma şeklinin, daha çok, arazide başının altına koyacak bir nesne bulunmadığı takdirde gerçekleştiğini ve dirseklerini yastık yerine kullandığını ifade etmişlerdir.⁸⁴ Sözü edilen uyuma tarzı Hız. Peygamber'in kısa süreli uyuma âdetleridir. Benzer bir uyuma âdeti de sabah namazından hemen önce dinlemek istediği zamanki hâlidir. Bu durumda da iki dirseğini dizlerinin üstüne dikip başını avuçlarına alarak dinlenmiştir.⁸⁵

Her insan gibi Hız. Peygamber'in de bazen yorgunluktan veya başka sebeplerden dolayı uyuya kaldığı durumlar olmuştur. Bu durumlardan biri Hudeybiye dönüşüdür. Abdullah b. Mes'ud'un nöbetçi olarak görevlendirildiği bu gecede kendisi de dâhil Hız. Peygamber ashabıyla beraber uyuyakalmış ve ancak güneşin sıcaklığıyla uyanabilmişlerdir. Sabah namazını kıldırdıktan sonra Hız. Peygamber, ashabına dönüp: "Eğer Allah sizin uyumanızı istemeseydi, böyle uyuyup kalmazdınız. Ancak Cenab-ı Hakk, sizden sonrakilerden uyuyup kaldığı veya unuttuğu için namazını geçiren kimselerin nasıl hareket edeceklerini göstermek üzere böyle yaptı." buyurmak suretiyle böyle bir durumun doğal olarak herkesin başına gelebileceğinin hatırlatmasını yapmıştır.⁸⁶ Benzer bir durum da Tebuk Seferi'nde olmuştur. Tebuk Seferi'nde Hız. Peygamber gece uyuya kalmış ve güneş doğuncaya kadar uyanamamıştı. Bunun üzerine Hız. Peygamber, o gece nöbetçi olarak görev yapan Bilal'e neden kendilerini uyandırmadığını söylemiş, Bilal ise kendisinin de uyuyakaldığını ve uyanamadığını ifade etmiştir. Hız. Peygamber, bulunduğu yerden biraz uzaklaştıktan sonra sabah namazının kazasını kılmış ve yoluna devam etmiştir.⁸⁷

Hadislerde peygamberlerin gözlerinin uyuduğu fakat kalplerinin uyumadığı bilgisi yer almaktadır.⁸⁸ Peygamberlerin fiziki yorgunluk açısından ve beden istirahati yönüyle diğer insanlardan bir farkları yoktur. Ancak şuur bakı-

83. Şâmî, *Sübülü'l-Hüdâ* 7/422.

84. Ali Yardım, *Şemâil*, 331.

85. Müslim, "Mesâcid" (Hadis no: 683); Şâmî, *Sübülü'l-Hüdâ* 7/423; Kastallânî, Ebü'l-Abbâs Şihâbüddîn Ahmed b. Muhammed b. Ebî Bekr el-Kastallânî, *el-Mevâhibü'l-ledüniyye*, (Kahire: el-Mektebetü't-tevfikîyye, ts), 2/228.

86. Heysemî, *Mecmau'z-zevâid*, 1/318-24.

87. Şâmî, *Sübülü'l-Hüdâ* 5/451.

88. Buhârî, "Vudu", 5 (Hadis no: 138); "Menakıb", 23.

mından ilahi kontrol altındalar. Diğer insanlarda uyku esnasında meydana gelen bilinç bulanıklığı ve irade kaybı onlarda meydana gelmemiştir. Zira her zaman vahiy almaya hazır bulunmuşlar ve kendilerine bildirilen vahyin bir kısmı da uyku hâlindeki rüyalar şeklinde olmuştur.⁸⁹

2.4. Hz. Peygamber ve Rüya

Uykuyla bağlantılı olduğu için Hz. Peygamber'in hayatındaki bazı önemli rüyalara yer verilmesi isabetli olacaktır. İslam kültüründe rüya çok önemli bir yere sahiptir. Kur'an-ı Kerim'de rüyadan ve Hz. Peygamber'in rüyalarından bahseden ayetler vardır.⁹⁰ Hadis kaynaklarında "Kitâbü'r-Rü'yâ" ve "Kitâbü Ta'bîri'r-rü'yâ" başlığıyla Hz. Peygamber'in rüyalarına ve tabirlerine yer verilmiştir. Ayrıca Hz. Peygamber'in hayatında vahiy süreci, sadık rüyalarla başlamıştır.⁹¹ 23 yıllık bu süreçte bazen vahiy kesintiye uğradığı hâlde mübeşşirât denilen güzel rüyalar devam etmiştir. Hz. Peygamber, gördüğü rüyaları ashabıyla paylaşmış, bu rüyaları tabir etmiş ve başkalarının gördüğü rüyaları da yorumlamıştır.⁹² Nübüvvet sürecinin önemli dönüm noktalarından biri olan İsrâ-Miraç olayının Miraç kısmı da rüya şeklinde gerçekleştiği, aralarında sahabenin de olduğu bazı ilim adamları tarafından öne sürülmüştür.⁹³ Kur'an'daki rüyalar hakkında araştırma yapan bazı oryantalistler, İsrâ yolculuğunun da Hz. Peygamber'in rüyalarından biri olduğunu ileri sürmüşlerdir.⁹⁴ Ancak bu yolculuk bir gece, kısa bir süre içerisinde olmasına rağmen, İslâm inancında bu mucizevî yolculuk bir rüya değil fiziksel bir yolculuk olarak kabul edilmiştir. "*Bir gece kulunu, Mescid-i Haram'dan, çevresini mübarek kıldığımız Mescid-i Aksa'ya ayetlerimizi ona göstermek için götüren (Allah) her türlü noksanlıktan uzaktır. Şüphesiz o, her şeyi işiten ve görendir.*"⁹⁵ Bu ayette, Hz. Peygamber'in bedenen ve ruhen Mekke'den Kudüs'e gece vakti gittiği (İsrâ) açıkça ifade edilmektedir.⁹⁶

Hicret'ten sonra Müslümanlar için bir ölüm-kalım meselesi olan Bedir Savaşı öncesinde Hz. Peygamber'e rüyada düşmanın azlığı, güçsüzlüğü ve yenilgisi gösterilmiş; bu rüya sayesinde Müslümanların moral ve motivasyonu yük

89. Şâmî, *Sübülü'l-Hüdâ* 10/425.

90. Yûsuf 12/5, 43, 100; el-İsrâ 17/60; es-Sâffât, 37/105; el-Feth 48/27; Yûsuf, 12/36, 43; el-Enfâl 8/43.

91. Buhârî, "Tefsîru'l-Kur'ân", 358, 359.

92. Buhârî, "Ta'bîr", 4.

93. İbn Ebî Şeybe, *Musannef*, 7/335.

94. Bulkeley Kelly, "Reflections on The Dream Traditions of Islam", *Sleep and Hypnosis*, 2002, 4: 4-14; Leaman O. *The Qur'an: An Encyclopedia*. (New York: Routledge; 2006), 185-9.

95. el-İsrâ 17/1.

96. Ahmed S. Bahammam, "Sleep from an Islamic Perspective", (çev. Faruk Özdemir), *Gümüşhane Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi*, (Temmuz 2013). 2/3 361-375.

seltirmiştir.⁹⁷ Hz. Peygamber, ashabın rüyalarını da dinlemiş, tabirini yapmış ve bazen onaylamıştır. Ezanın şu anki hâlini ilk önce Abdullah b. Zeyd b. Sa‘lebe rüyasında görmüş ve Hz. Peygamber de bunu onaylamıştır.⁹⁸ Hala Sultan olarak bilinen ve Kıbrıs’ın fethinde yer alan hanım sahabe Ümmü Harâm’ın rivayet ettiğine göre Hz. Peygamber, onun evinde öğle uykusundan gülererek uyanmış, Ümmü Harâm, niçin güldüğünü sorunca rüyasında kendisine ümmetinden fetih için Akdeniz’e sefere çıkan bazı kimselerin gösterildiğini ve onların cennetlik olduğunu söylemiştir. Bunu üzerine Ümmü Harâm ise kendisinin de onların arasında bulunması için dua etmesini isteyince Hz. Peygamber ona kendisinin de bu grupta olacağını müjdesini vermiştir.⁹⁹ Hz. Peygamber’in, 23 yıllık risaleti döneminde dünya-ahret hâlleri ve gelecekle ilgili çeşitli rüyalarından bahsedilmektedir. Vefat etmeden kısa bir süre önce ortaya çıkan yalancı peygamberlerle ilgili bir rüya gördüğü kaydedilmektedir. Ebû Hüreyre’nin naklettiğine göre Hz. Peygamber rüyasında iki kolunda bilezik görmüş ve bunu iki yalancı peygamber olarak ortaya çıkan Müseylime ile Esvedü’l-Ansîyle tabir etmiştir.¹⁰⁰

Sonuç

Hz. Peygamber, her konuda olduğu gibi uyku konusunda da ümmetine örnek olmuş ve onlara bu konuda bir takım öğütler vermiştir. Uykusu son derece hafif ve çoğu zaman sınırlı olduğu hâlde Hz. Peygamber’in, buna rağmen hayatı boyunca uykusuzluk çektiğine dair bir bilgiye hiç rastlanılmamıştır. O, hayatının bazı dönemlerinde gecenin büyük bir kısmını ibadet ederek geçirdiği gibi bazen de her insan gibi geceyi istirahat ederek geçirmiş ve hastalık veya yorgunluktan dolayı gece namazına uyanamadığı da olmuştur. Esasen fitri bir ihtiyaç olan uyku Hz. Peygamber’in hayatında bir ibadet hâline dönüşmüştür. Hz. Peygamber’in hayatında uykunun amacı ve zamanlaması ibadet için bir fırsat vesilesi olarak ayarlanmıştır.

Hz. Peygamber, uyumadan önce bazı hazırlıklar yapmıştır. Onun uyumadan önce en önemli hazırlığı abdest almak olmuştur. Hz. Peygamber, uyku pozisyonuna geçmeden önce namaz abdestini alıp sonra yatağına geçmiştir. Ancak gece uyandığında bazen helâ ihtiyacını giderdikten sonra abdest almadan sadece ellerini ve yüzünü yıkayıp yatağına geçtiği de olmuştur. Hz. Peygamber’in, yatmadan önce yaptığı hazırlıklardan bir tanesi de gözlerine sürme çekmektir. O, yatarken başucunda misvak bulundurmuş ve uyandığı zaman da

97. Derveze, Muhammed İzzet, *et-Tefsîru’l-hadis*, (Kahire: Dâru ihyai’l-kütübi’l-Arabiyye, 1382), 7/65.

98. Ebû Dâvûd, “Şalât”, 28; İbn Mâce, “Ezân”, 1.

99. Buhârî, “Cihâd”, 3, 8, 63, 75, 93, “İsti’zân”, 41, “Ta‘bîr”, 12; Müslim, “İmâre”, 160.

100. İbn Ebî Şeybe, *Musannef*, 6/175.

ilk işlerinden biri de misvak kullanmak olmuştur. Hz. Peygamber, gece olsun gündüz olsun uyumadan önce ve uyandıktan sonra misvak kullanmıştır.

Hz. Peygamber, uykudan önce ve uyandıktan sonra birtakım duaları okumuştur. Ancak onun bu durumlara mahsus okuduğu bu duaları belli formlarla sınırlandırmak oldukça zordur. Zira konuya dair hadis metinlerinde sınırlandırılmayacak kadar çok sayıda dua örnekleri vardır. Bununla birlikte konuyla alakalı Hz. Peygamber'e ait her zaman yapıp tavsiye ettiği bir kısım dua örnekleri de mevcuttur.

Hz. Peygamber'in yatış pozisyonu yerine, zamanına bulunduğu ortama göre farklılık arz etmiştir. Zaten bir insanın tek tip bir yatış şekline bahsetmek mümkün değildir. Ancak Hz. Peygamber, her işinde sağ tarafı tercih ettiği gibi uyumada da genellikle mutata olan sağ tarafına yatmayı tercih etmiştir. Yataarken sağ elinin ayasını sağ yanağının altına koyup çeşitli zikir ve dua okuyarak uykuya dalmaya çalışmıştır. Gün içinde kısa süreli dinlenmelerinde bazen mescitte sırt üstü bir bacağına diğer bacağına üstünde olacak şekilde yattığı da olmuştur. Ancak bu durum onun sürekli yapıp benimsediği bir davranış tarzı olmamıştır. Hz. Peygamber, bazen secde vaziyetindeyken uykuya daldığı, bazen sırt üstü yattığı ve bazen oturarak uyuduğu ve böyle bir uykudan dolayı da abdest tazelemediği bildirilmiştir.

Hz. Peygamber, ekseriyetle içi hurma ağacının kabuğuyla (lifıyla) doldurulmuş deriden bir yatağın üzerinde yatmıştır. Bazen de katlanmış bir kumaş veya kilim üzerinde yattığı da olmuştur. Yine içi yapraklarla doldurulmuş divan üstünde bir yatağı kullandığına dair bilgiler vardır. Hz. Peygamber'in üzerinde kova otundan örülmüş hasır bulunan ve siyah bir çarşafı örtülmüş bir divanın olduğu, bu yataktan kalktığı zaman bazen vücudunda hasır izlerinin görüldüğü bildirilmiştir. Esasen Hz. Peygamber, kendisine serilen hiçbir yatağı yadırgamamış, şayet kendisine bir yatak serilmediyse yerde üstünü örterek yatmıştır.

Hz. Peygamber'in uykusunu vakit ve süre olarak kesin çizgilerle belirlemek mümkün görünmemektedir. Ancak onun gece uykusunun vakti yatsı namazından sonra ve sabah namazından önceki zaman dilimi olmuştur. Hz. Peygamber'in yatış zamanı genellikle gecenin ilk kısmında olmuştur; ekseriyetle yatsı namazını kıldıktan sonra evine giderek erkenden yatmayı tercih etmiştir. O, bazen gece uzun süre ayakta kılarak namaz kılmıştır. Ancak Hz. Peygamber'in böyle uzun süre uyanık kalması ve uzun süreli namazları kılmaması her gece yaptığı aralıksız bir ibadet değildir. Aynı şekilde Hz. Peygamber'in gecenin muayyen bir vaktine mahsus bir ibadeti olmamıştır. Kısaca Hz. Peygamber, gece ara ara kalkıp namaz kılp ve tekrar yatmıştır. Onun uykusu ağır değildi fakat bazen nefes alıp verişini duyulacak şekilde horladığı da olmuştur. Hz. Peygam-

ber, gece ibadeti için insanın her zaman müsait olmasının mümkün olmayabileceğine işaret ederek iyi niyetle bunu arzulayıp da fakat yapamayan bir insanın gece ibadetinin sevabından nasibini alabileceğini ifade etmiştir.

Hız. Peygamber, ihtiyaç hâlinde gündüzleri de uyumuştur. Gün ortası uykusu veya gün ortası istirahati olarak bilinen bu dinlenme faslı İslam kültüründe *kaylule* ismiyle meşhur olmuştur. Hadislerde uyku zamanıyla ilgili nakledilen rivayetler genel bir değerlendirmeye tabi tutulduğu takdirde uyku vakitlerine dair verilen hükümlerin dinî bir yasak veya emir şeklinde olmadığı örfî veya fitri hâlleri destekleyen tavsiyeler niteliğinde olduğu anlaşılmaktadır.

Hız. Peygamber, yolculukta gece istirahat etmek istediği zaman genellikle âdeti olan sağ tarafına yatmış ve sağ dirseğini dikerek, sağ elinin ayasını yanığının altına destek olacak şekilde uyumaya çalışmıştır. Sözü edilen uyuma tarzı Hız. Peygamber'in kısa süreli uyuma âdetleridir. Benzer bir uyuma âdeti de sabah namazından hemen önce dinlemek istediği zamanki hâlidir. Bu durumda da iki dirseğini dizlerinin üstüne dikip başını avuçlarına alarak dinlenmiştir. Her insan gibi Hız. Peygamber de bazen yorgunluktan veya başka sebeplerden uyuyakaldığı durumlar da olmuştur.

Hız. Peygamber'in hayatında rüya ve rüya tabirleri önemli bir yer tutmuştur. Nübüvvetin bidayetinde vahiy sadık rüyalar şeklinde başlamış ve 23 yıllık sürece mübeşşirât denilen müjdeleyici rüyalar Hız. Peygamber'in hayatından eksik olmamıştır. Ahret hâlleri, gelecek bilgisi ve çeşitli meselelerle ilgili rüyalar gören, tabir eden ve bu rüyaları ashabıyla da paylaşan Hız. Peygamber, aynı zamanda başkalarının da rüyalarını dinlemiş ve tabir etmiştir.

KAYNAKÇA

Abdullah b. Saîd. *Münteha's-süâl alâ vesâilil-vusûl ilâ şemâilil-r-Resûl*. Cidde: Dâru'l-minhâc. 2005.

Abdülaziz b. Abdullah b. Bâz. *Durûsu's-Şeyh Abdülaziz b. Abdullah b. Bâz. eş-Şâmile*.

Abdürrezzâk, Ebû Bekr Abdürrezzâk b. Hemmâm b. Nâfi' es-San'ânî el-Himyerî. *el-Mu-sannef fi'l-hadîs*. thk. Habîburrahmân el-A'zâmî. Hindistan: el-Meclîsü'l-ilmî. H. 1403.

Aclûnî, Ebû'l-Fidâ Muhammed b. Abdülhâdî el-Cerrâhî *Kesfu'l-hafâ*, th. Abdülhamîd b. Ahmed. el-Mektebtü'l-asriyye. 2000.

Ahmed b. Hanbel, Ebû Abdillâh Ahmed b. Muhammed b. Hanbel eş-Şeybânî el-Mervezî. *Müsnedü'İmâm Ahmed b. Hanbel*. İstanbul: Çağrı Yayınları.1992.

Aynî, Ebû Muhammed Bedrüddîn. *Umdetü'l-Kârî fi şerhi Sahîhi'l-Buhârî*. Beyrut: Dâru ihyâi't-turâsi'l-Arabî. ts.

Bahammam, Ahmed S. "Sleep from an Islamic Perspective", çev. Faruk Özdemir, *Gümüşhane Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi*, (Temmuz 2013). 2/3 361-375.

Beyhakî, Ebû Bekr Ahmed b. el-Hüseyn el-Beyhakî. *es-Sünenü'l-kubrâ*. thk. Muhammed Abdülkadir Atâ. Beyrut: Darü'l-kütübü'l-ilmîyye. 2003.

Buhârî, Ebû Abdillâh Muhammed b. İsmâîl b. İbrâhîm el-Cu'fî el-Buhârî. *el-Câmiu's-sahîh*. thk. Muhammed Zühêyr b. Nasır. Dâru Tavki'n-necât. H. 1422.

Buhârî *el-Edebü'l-müfred*. thk. Muhammed Fuad Abdülbaki. Beyrut: Dâru'l-beşâiri'l-İslamiyye. 1989.

Dârimî, Ebû Muhammed Abdullah b. Abdirrahman *es-Sünen*. thk. Nebîl Hâşim. Beyrut: Dâru'l-beşâir. 2013.

Derveze, Muhammed İzzet. *et-Tefsîru'l-hadis*. Kahire: Dâru ihyâi'l-kütübi'l-Arabiyye, 1382.

Ebû Dâvûd, Süleymân b. Dâvûd b. el-Cârûd et-Tayâlisî. *el-Müsned*. thk. Muhammed b. Abdülmuhşin et-Türkî. Mısır: Daru hecer. 1999.

el-Hâkim en-Nisâbüri *el-Müstedrek alâ's-Sahihayn*. thk. Mustafa Abdülkadir Atâ, Beyrut: Dâru'l-kütübi'l-ilmîyye. 1990.

Heysemî, Ebû'l-Hasen Nürüddîn Alî b. Ebî Bekr b. Süleymân. *Mecmeu'z-zevâid ve men-beu'l-fevâid*. thk. Husamuddîn el-Kudsî. Kahire: Mektebetü'l-Kudsî. 1994.

İbn Ebî Şeybe, Ebû Bekr Abdullah b. Muhammed. *el-Musannef fi'l-ehâdis ve'l-âsâr*. nşr. Kemâl Yusuf el-Hût. Rıyâd: Mektebetü'r-rüşd. 1409.

İbn Hibbân, Ebû Hâtim Muhammed b. Hibbân. *Sahihu İbn Hibbân*. thk. Şuayb el-Arnaût. Beyrut: Müessesetü'r-risâle. 1993.

İbn Kayyim el-Cevziyye, Ebû Abdillâh Şemsüddîn Muhammed b. Ebî Bekr b. Eyyüb ez-Zürâi ed-Dimaşkî el-Hanbelî. *Zâdü'l-meâd fi heydi hayri'l-ibâd*. Beyrut: Müessesetü'r-risâle. 1994.

İbn Mâce, Ebû Abdillâh Muhammed b. Yezîd Mâce el-Kazvîni. *Sünenü İbn Mâce*. thk. Muhammed Fuâd Abdülbâkî. Dâru ihyâi'l-kütübi'l-Arabî. ts.

İbn Sa'd, Ebû Abdillâh Muhammed b. Sa'd el-Kâtib. *et-Tabakâtü'l-Kübrâ*. thk. İhsân Abbâs. Beyrut: Dâru Sâdir. 1968.

Kâdî İyâz, Ebû'l-Fazl İyâz b. Mûsâ b. İyâz el-Yahsubî. *eş-Şifâ bi ta'rîfi hukuki (fi şerefi)'l-Mustafâ*. Beyrut: Daru'l-kütübi'l-ilmîyye. 1421.

Kandemir, Fatih. "İçsel Dinî Motivasyon Bağlamında Dindarlık ve Çevre İlişkisi Üzerine İlişkisel Bir Araştırma". *Mesned İlahiyat Araştırmaları Dergisi*, Cilt (Vol.) 11/1 (Bahar 2020). 287-305.

el-Karanî, Aid b. Abdullah. *Durûs eş-Şeyh Aid el-Karanî*. Şamile.

Kasapoğlu, Abdurrahman. "Kur'an'ın Amaçları Açısından Uyku Hakkında Bir Değerlendirme", *Kahraman Maraş Sütçü İmam Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi*, 4 (2004), 45-77.

Kastallânî, Ebû'l-Abbâs Şihâbüddîn Ahmed b. Muhammed b. Ebî Bekr el-Kastallânî. *el-Mevâhibü'l-ledüniyye*. Kahire: el-Mektebetü't-tevfîkiyye. ts.

Kelly, Bulkeley. "Reflections on The Dream Traditions of Islam". *Sleep and Hypnosis*. 2002, 4: 4-14.

Kur'an Mesajı: Meal-Tefsir. (çev. Muhammed Esed), (Türkçeye çev. Cahit Koytak / Ahmet Ertürk), İşaret Yayınları, Ankara 2002.

Leaman O. *The Qur'an: An Encyclopedia*. New York: Routledge; 2006, 185-9.

Malik b. Enes, Malik b.Enes, Ebû Abdillâh Mâlik b. Enes b. Mâlik. *el-Muvattâ*, Çağrı Yayınları. İstanbul 1992.

Mervezî, Ebû Abdillâh Muhammed b. Nasr b. Yahyâ el-Mervezî. *Muhtasarı Kiyâmi'l-leyl ve Kiyâmi ramazân ve Kitâbi'l-Vitr*. Pakistan: Hadîs Akademi. 1988.

Müslim, Ebû'l-Hüseyn Müslim b. el-Haccâc b. Müslim el-Kuşeyrî. *el-Câmi'u's-sahîh*. thk. Muhammed Fuâd Abdülbâkî. Beyrut: Dâru ihyâi't-turâsi'l-Arabî. ts.

Soysaldı, H. Mehmet. "Kur'an Âyetleri ve Hadisler Perspektifinden Uyku Hakkında Bir Değerlendirme". *İnönü Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi*. (Aralık 2018). 9/2 79-102.

Suyûtî, Ebû'l-Fazl Celâlüddîn Abdurrahmân b. Ebî Bekr b. Muhammed el-Hudayrî es-Süyûtî eş-Şâfî. *el-Câmiü's-sağîr*. (eş-Şâmile).

RAMAZAN ÖNAL

Şâmî, Ebû Abdillâh Şemsüddîn Muhammed b. Yûsuf b. Alî b. Yûsuf es-Sâlihî eş-Şâmî. *Sübülü'l-Hüdâ ve'r-reşâd*. thk. Şeyh Âdil Ahmed. Beyrut: Dâru'l-kütübî'l-ilmîyye. 1993.

Taberânî, Ebû'l-Kâsım Müsnidü'd-dünyâ Süleymân b. Ahmed b. Eyyûb et-Taberânî el-*Mu'cemu'l-kebir*. Kahire: Mektebetü İbn Teyîyye. 1994.

Tirmizî, Ebû İsâ Muhammed b. İsâ b. Sevre et-Tirmizî. *el-Câmi'u's-sahîh*. thk. Muhammed Fuâd Abdülbâkî ve diğeri. Mısır: Şirketu Mustafa el-Bâbî el-Halebî. 1975.

Tirmizî. *eş-Şemâilü'l-Muhammediyye*. Beyrut: Dâru't-turâsî'l-Arabî. ts.

Veşşâ, Ebû't-Tayyib Muhammed b. Ahmed b. İshâk b. Yahyâ el-Veşşâ' el-A'râbî. *ez-Zarf ve'z-zurefâ'* thk. Kemâl Mustafa. Mısır: Mektebetü'l-Hancî. 1953.

Yardım, Ali. *Peygamberimiz'in Şemâli*, Damla Yayınları, İstanbul 2011.