

## 1. Selamlaşmak

**Uygulanışı:** Birisi ile karşılaşınca "Selamun Aleyküm" diyerek selam vermek ve ayrılırken tekrar selam vermek.

**Kaynak:** [Tirmizi].

## 2. Yer Değiştirmek

**Uygulanışı:** Farz namazdan sonra sünnet namazı için yer değiştirmek ve farklı yerde kılmak.

**Not:** Öğle, akşam ve yatsı vakitleri buna dahildir; diğer 2 vakitte farz namazdan sonra sünnet namaz yoktur.

**Kaynak:** (Kâsânî, Bedâyi'ü's-Sanâyi, I, 160).

## 3. Musafaha (Tokalaşmak)

**Uygulanışı:** Birisi ile karşılaşınca el sıkışmak, tokalaşmak (Cinsiyeti aynı olan kişi ile).

**Kaynak:** (Ebu Dâvud ve Tirmizî).

## 4. Tebessüm Etmek

**Uygulanışı:** Tebessüm etmek.

**Not:** Sünnet üzere yaşamayı alışkanlık haline getirmiş birinin, her defasında bunu düşünmesi gerekmez, sünnet sevabı kazanır.

**Kaynak:** (Tirmizî, Birr, 36).

## 5. Başkasına Dua Etmek

**Uygulanışı:** Başkalarına dua etmek, kendin için istenilen şeyi başkası için de istemek.

**Kaynak:** (Müslim, Zikir 86; Ebû Dâvûd, Vitir 29).

## 6. Salavat Getirmek

**Uygulanışı:** Resulullah'ın (asm) adı duyulduğunda salavat getirmek vaciptir, tekrar edildiğinde ise sünnettir.

**Kaynak:** (Ahzab 33:56).

## 7. Sağ Yanına Yatmak

**Uygulanışı:** Yatarken sağına dönerek yatmak.

**Kaynak:** (Buhari 2/ 934).

## 8. Uyku Adabı

**Uygulanışı:** Yatarken sağ avucunu yanağının altına koymak.

**Kaynak:** (Tirmizî – 146, Buharî 2/ 934).

## 9. Yemeğe Besmele ile Başlamak

**Uygulanışı:** Yemeğe besmele ile başlamak (Bismillah veya Bismillahirrahmanirrahim).

**Kaynak:** (Münavî, Feyzu'l-Kadir, V/13).

## 10. Unutulan Besmele

**Uygulanışı:** Yemekten önce besmele çekmek unutulursa yemek bitmeden "Bismillahi evvelehu ve âhirahû" demek.

**Kaynak:** (İbni Mace).

## 11. Üç Parmakla Yemek

**Uygulanışı:** Elle yenilen şeyleri sağ elin 3 parmağı ile yemek.

**Kaynak:** (Ka'b bin Malik).

## 12. Tabağı Sıyırmak

**Uygulanışı:** Yemek yenen tabağı sıyırmak (Ekmekle tabaktaki artıkların toplanıp yenilmesi).

**Kaynak:** (Tirmizi).

## 13. Lokmaları Çiğnemek

**Uygulanışı:** Lokmaları iyice çiğnemek ve büyük lokmalar almamak.

**Kaynak:** (Muhammed Şemsüddin Makdisi).

## 14. Abdestte Burun Temizliği

**Uygulanışı:** Abdestte burna su verdikten sonra temizlemeyi sol el ile yapmak.

**Kaynak:** (İbn-i Mâce Taharet 6, Müslim Taharet 32).

## 15. El Yıkamak

**Uygulanışı:** Yemekten önce ve sonra elleri yıkamak.

**Kaynak:** [Tirmizî, Şemâil, no:189].

## 16. Yemekten Sonra Hamd

**Uygulanışı:** Yemekten sonra "Elhamdülillah" demek.

**Kaynak:** (Taberani).

## 17. Kırıntıları Toplamak

**Uygulanışı:** Kırıntıları sağ elin işaret parmağı ile toplayıp yemek.

**Kaynak:** (Camiussağir - 1426).

## 18. Hayret İfadesi

**Uygulanışı:** Şaşırılan bir şeye hayretini "SübhanAllah" ile ifade etmek.

**Kaynak:** (Buhari; Müslim).

## 19. Kapıda Bekleme Adabı

**Uygulanışı:** Kapıyı çaldıktan sonra kapının karşısında değil, sağında veya solunda beklemek.

**Kaynak:** (Ebu Davud, Adab:128).

## 20. Parmakları Hilallemek

**Uygulanışı:** Abdest alırken parmakları hilallemek yani birbirlerinin üstünden ve aralarından geçirmek.

**Kaynak:** (İbn Hanbel, h.no: 2604).

## 21. Abdestte Fazla Su Vermek

**Uygulanışı:** Abdest alırken ağza ve burna fazla su vererek suyun iyice ulaşmasını sağlamak.

**Kaynak:** (Ebu Dâvud; Tirmizi; Nesâî).

## 22. Abdestte Uzuvarı Yıkamak

**Uygulanışı:** Abdestte kolları ve ayakları yıkarken dirsek ve ayak bileklerinin üstüne suyu ulaştırmak.

**Kaynak:** (Müslim- 1/ 126).

## 23. Yemekte Oturuş Şekli

**Uygulanışı:** Yemekte dizlerin üstüne oturmak veya sağ dizi dikip sol ayağı yere sererek üzerine oturmak.

**Kaynak:** (ibn Hacer, Fethu'l-Bari).

## 24. Tırnak Kesme Günü

**Uygulanışı:** Tırnakları Cuma günü kesmek.

**Kaynak:** (Dürrü'l-Muhtar, c. VI, sh: 405).

## 25. Tırnak Kesme Sırası

**Uygulanışı:** Tırnak keserken ellerden başlamak (Sağ el işaret parmağından serçe parmağa, sonra sol serçeden başparmağa, en son sağ başparmak).

**Kaynak:** (Hattâb es-Sübki, el-Menhel, I/189).

## 26. Abdest Sonrası Dua

**Uygulanışı:** Abdestten sonra Kelime-i Şehadet getirmek.

**Kaynak:** (Müslim, Tahâret, 17).

## 27. Sağ El Kullanımı

**Uygulanışı:** Sağ elle yiyip içmek.

**Kaynak:** [ibni Mace].

## 28. Su İçme Adabı

**Uygulanışı:** Su içerken tek nefeste değil üç defada içmek.

**Kaynak:** (Tirmizî, Eşribe, 13).

## 29. Giyinme Adabı

**Uygulanışı:** Kıyafet ve ayakkabı giyerken sağdan başlamak, çıkarırken soldan başlamak.

**Not:** Yapmadan önce besmele çekmek de sünnettir.

**Kaynak:** (Mecmauz'zevaid, 10/139).

## 30. Ayak Parmaklarını Hilallemek

**Uygulanışı:** Abdest alırken ayak parmaklarının arasını sol elin serçe parmağı ile yıkamak.

**Kaynak:** (Tirmizî; İbn Mace).

## 31. Sağ Ayakla Girmek

**Uygulanışı:** Bir yere girerken sağ ayakla girmek.

**Not:** Tuvalete girerken ve mescidden çıkarken sol ayak; tam tersi durumlarda sağ ayak kullanılır.

**Kaynak:** (Mecmauz'zevaid, 10/139).

## 32. Tevbe ve İstiğfar

**Uygulanışı:** Günde en az yüz defa tevbe ve istiğfar etmek.

**Kaynak:** (Müslim, Zikir 42).

## 33. Hapşırınca Hamd

**Uygulanışı:** Hapşırınca "Elhamdülillah" demek.

**Kaynak:** (Buhâri; Müslim; Tirmizî; Nesaî).

#### 34. Teşmit (Hapşırana Dua)

**Uygulanışı:** Hapşırıp "Elhamdülillah" diyene, "Yerhamükellah" demek.

**Kaynak:** (Buhâri; Müslim; Tirmizî; Nesaî).

#### 35. Yatarken İstiğfar

**Uygulanışı:** Yatarken istiğfar etmek.

**Kaynak:** (Gâzâlî I/998).

#### 36. Rükû Adabı

**Uygulanışı:** Rükûda parmakların arası açık olarak diz kapaklarını eller ile tutmak (Kadınlar dizlerini tutmaz, üzerine koyar).

**Kaynak:** (Tahavi – 135).

#### 37. Secdeye Varış Sırası

**Uygulanışı:** Secdeye varırken yere önce dizlerini, sonra ellerini, sonra yüzünü koymak.

**Kaynak:** (Neylü'l-Evtâr, II, 253).

#### 38. Secdeden Kalkış Sırası

**Uygulanışı:** Secdeden kalkarken evvelâ yüzü, sonra elleri, sonra dizleri yerden kaldırmak.

**Kaynak:** (Neylü'l-Evtâr, II, 253).

#### 39. Secdede Vücut Pozisyonu

**Uygulanışı:** Secdede iken karnını bacaklardan, dirsekleri böğürlerden ve kolları yerden uzak tutmak (Kadınlar ise yanaştırır).

**Kaynak:** (Muslim, h. no: 240).

#### 40. Secdede Başın Konumu

**Uygulanışı:** Secdede iken başın 2 el arasında olması.

**Kaynak:** (Dar'e Kutni – 1/ 345).

#### 41. Âmenerrasûlü Okumak

**Uygulanışı:** Bakara Sûresi'nin son iki âyeti olan Âmenerrasûlü'yü her gece okumak.

**Kaynak:** (Buhari; Müslim; Ebu Davud; Tirmizi; İbni Mace).

#### 42. Misvak Kullanmak

**Uygulanışı:** Günde bir veya iki defa misvak kullanmak (Diş fırçası da olabilir).

**Kaynak:** (Buhârî, Cuma, 8; Müslim, Tahâret, 42).

#### 43. Suyu Oturarak İçmek

**Uygulanışı:** Suyu oturarak içmek.

**Kaynak:** (Müslim – 2/ 173).

#### 44. Takke ve Sarık

**Uygulanışı:** Namaz için başa takke, üstüne sarık sarmak (Erkekler için).

**Kaynak:** (Deylemi, Taç, I/169).

#### 45. Sarık Kuyruğu

**Uygulanışı:** Sarığın kuyruğunu iki omuz küreği arasından veya sağ omuzdan sarkıtmak (Erkekler için).

**Kaynak:** (Tirmizî).

#### 46. Yatmadan Önce Sure Okumak

**Uygulanışı:** Yatmadan önce 3'er kere Nas, Felak ve İhlas okuyup avuç içine üfleyip tüm bedene sürmek.

**Kaynak:** (Buhârî, Fedailu'l-Kur'an, 14).

#### 47. Hediye Paylaşmak

**Uygulanışı:** Verilen hediye başkasına hediye etmek.

**Kaynak:** (Camî's-sağîr, h. No: 8296).

#### 48. Anne Babaya İkrâm

**Uygulanışı:** Anne babaya ikramda bulunmak (Bir çay veya meyve ile de olur) ve onlara iyi davranmak.

**Kaynak:** (Tirmizî, Birr, 3/1899).

#### 49. Elbiseyi Katlamak

**Uygulanışı:** Çıkarılan elbiseyi katlamak.

**Kaynak:** (el-Mucemu'l-Evsat).

#### 50. Secdeye Varırken Dizler

**Uygulanışı:** Secdeye varırken önce sağ, sonra sol dizleri yere koymak.

**Kaynak:** (Ebû Davud, II, 5).

#### **51. Kıyamda Bakış Yeri**

**Uygulanışı:** Namazda kıyamda iken (Ayakta iken) secde edeceğimiz yere bakmak.

**Kaynak:** (Neyl'ül Evtar – 189).

#### **52. Rükuda Bakış Yeri**

**Uygulanışı:** Rükuda iken ayak uçlarına bakmak.

**Kaynak:** (İbn-i Mace Siaye).

#### **53. Secdede Topuklar**

**Uygulanışı:** Secdede ayak topuklarını birbirine değdirmek.

**Kaynak:** (İbn-i abidin).

#### **54. Esnemeyi Engellemek**

**Uygulanışı:** Namazda esnemeyi engellemek, tutulamıyorsa ağız el ile kapatmak.

**Kaynak:** (Buhârî; Müslim; Ebu Davud; Tirmizî).

#### **55. Oturuşta Bakış Yeri**

**Uygulanışı:** Namazda oturuşta iken dizlere bakmak.

**Kaynak:** (Merak-il Felah).

#### **56. Selam Verme Adabı**

**Uygulanışı:** Namazda selam verirken başı tam çevirmek (Arkadan bakan yanağınızı görmeli).

**Kaynak:** (Müslim – 788).

#### **57. Namazda Oturuş Şekli**

**Uygulanışı:** Sol ayağı yatırıp üstüne oturmak, sağ ayağı ise dikip parmakları kibleye baktırmak.

**Kaynak:** (Buhari / Müslim).

#### **58. Eve Giriş Selamı (1)**

**Uygulanışı:** Eve girildiği zaman evde birileri varsa "Selamun Aleyküm" demek.

**Kaynak:** (Tirmizî, İstizân, 20).

#### **59. Eve Giriş Selamı (2)**

**Uygulanışı:** Eve girildiği zaman evde kimse yoksa "Esselâmu aleynâ ve alâ ibâdillâhissalihîn" demek.

**Kaynak:** (Resulullah'ın uygulaması; Nur suresi).

#### 60. Namaz Tesbihatı

**Uygulanışı:** Namaz tesbihatı yapmak.

**Kaynak:** (Müslim, Mesacid 142).

#### 61. Yokuş ve İniş Zikirleri

**Uygulanışı:** Yokuş çıkarken "Allahuekber" inerken "SübhanAllah" demek.

**Kaynak:** (Buhari; Müsned; Darimi).

#### 62. Vitir Sonrası Zikir

**Uygulanışı:** Vitr namazından sonra 3 defa "Subhane'l-Meliki'l-Kuddüs" demek.

**Kaynak:** (Ebu Davud, Salat, 1430).

#### 63. Tefekkür Etmek

**Uygulanışı:** Günde birkaç dakika dahi olsa Rabbimizin sanatını ve nimetlerini tefekkür etmek.

**Kaynak:** (Â-i imrân, 3/190 - 191).

#### 64. Namazda Sütre

**Uygulanışı:** Namazda önünden biri geçebilecekse önüne sütre koymak.

**Kaynak:** (Müslim 499/241).

#### 65. Oturma Şekli

**Uygulanışı:** Otururken bağdaş kurarak veya diz üstüne oturmak (Kibleye dönük oturmak da sünnettir).

**Kaynak:** (Müslim; Buhari).

#### 66. Geçiş Önceliği

**Uygulanışı:** Bir yere girerken sağımızdaki kişiye öncelik tanımak.

**Kaynak:** (Riyâzü's-Sâlihîn).

#### 67. Abdestli Yatmak

**Uygulanışı:** Gece yatağa abdestli girmek.

**Kaynak:** (Irakî, Tahricu Ahadisi'l-İhya, 3/209).

## 68. Affetmek

**Uygulanışı:** İnsanları hatalarından dolayı kınamak yerine affetmek.

**Kaynak:** (Tirmizi).

## 69. Ateşten Korunma Duası

**Uygulanışı:** Akşam ve sabah namazlarından sonra 7 defa "Allahümme ecirni minennâr" demek.

**Kaynak:** (Müsned, IV/234).

## 70. Kur'an Okumak

**Uygulanışı:** Günde en az 2 sayfa Kur'an okumak (Mülk suresi de sünnettir).

**Kaynak:** (Müslim, Müsaferin 253).

## 71. Tesbihat Sonrası Zikir

**Uygulanışı:** Namaz tesbihatından sonra 33 defa "La ilahe illallah" demek.

**Not:** Şafii mezhebi sünnetidir, Hanefiler taklit edebilir.

## 72. Parmak Boğumları

**Uygulanışı:** Namaz sonrası tesbihatları parmakların boğumları ile yapmak.

**Kaynak:** (Tirmizî, Daavât: 25).

## 73. Gusül Öncesi Abdest

**Uygulanışı:** Gusüle başlamadan önce namaz abdesti almak.

**Kaynak:** (Buhârî, Gusl 1; Müslim, Hayz 4).

## 74. Gusül Sonrası Soğuk Su

**Uygulanışı:** Gusülden sonra ayaklara soğuk su dökmek.

**Kaynak:** (Ebu Nuaym; Muhtârü'l-Ehâdis, s.101).

## 75. Cevşen-i Kebir

**Uygulanışı:** Günde 5 kısım (bab) da olsa Cevşen-i Kebir okumak.

**Kaynak:** (Mecmuatü'l-Ahzab 1/231).

## 76. Su İçerken Kible

**Uygulanışı:** Su içerken kibleye dönmek.

**Kaynak:** (Ebu Davud).

## 77. Su İkrâm Adabı

**Uygulanışı:** Toplulukta su ikram ederken sağdan başlamak; en son ikram edenin içmesi.

**Kaynak:** (Şemail'i Kübra; Tirmizi).

## 78. Uyanınca El Yıkamak

**Uygulanışı:** Uykudan uyanınca elleri yıkamak.

**Kaynak:** (Buhari; Müslim).

## 79. Gusül Sonrası Şehadet

**Uygulanışı:** Gusülden sonra Kelime-i Şehadet getirmek.

**Kaynak:** (Şemail'i Kübra - 5/ 271).

## 80. İşaret Parmağını Kaldırmak

**Uygulanışı:** Namazda Ettahiyyatü okurken Şehadetin bir kısmında işaret parmağını kaldırmak.

**Kaynak:** (Müslim).

## 81. İdrar Temizliği

**Uygulanışı:** İdrardan sonra vücudun idrar çıkan yerini 3 defa su ile temizlemek.

**Kaynak:** (Buhârî; Müslim; Ebû Dâvud; Tirmizi).

## 82. Sol El ile Taharet

**Uygulanışı:** Sol el ile taharet almak (Dışkı temizliği).

**Kaynak:** (Buhari - 27).

## 83. Kerahat Vakitleri

**Uygulanışı:** Sabah ve ikinci kerahati vakitlerinde uyanık olup güzel şeylerle meşgul olmak.

**Kaynak:** (Beyhakî; Şarani).

## 84. Hamd ve Salavat

**Uygulanışı:** Duaya hamd ve salavat ile başlamak.

**Kaynak:** (Ebû Dâvûd, Vitir 23; Tirmizî; Nesâî).

## 85. Tebliğ Etmek

**Uygulanışı:** Haftada bir defa da olsa İslami bir meseleyi veya sünneti başkasına aktarmak.

**Âyet:** "Sizden, hayra çağıran... bir topluluk bulunsun." (Âl-i İmrân, 3/104).

#### 86. Hayırlı İşlere Vesile Olmak

**Uygulanışı:** İnsanlara faydalı İslami videoları veya bu uygulamayı tavsiye etmek.

**Kaynak:** (Sunenu İbn-i Mâce; Sahihu'l-Buhârî).

#### 87. Tuvalete Girerken Dua

**Uygulanışı:** Tuvalete girerken euzü besmele çekip "Allahümme innê eûzü bike minel hubsi vel habâis" demek.

**Kaynak:** (Buhârî; Müslim).

#### 88. Evden Çıkarken Okumak

**Uygulanışı:** Evden çıkarken Ayet-el Kürsi okumak.

**Kaynak:** (Salebi, Keşf; Safvuri, Nüzhetu'l-Mecalis).

#### 89. Teheccüd Namazı

**Uygulanışı:** Ayda 1 de olsa teheccüd namazı kılmaya çalışmak.

**Kaynak:** (Tirmizi, Deavât, 101).

#### 90. Sünnet-i Seniyyeye "Temessük" (Sımsıkı Sarılmak)

Listenin sonuna geldin ama aslında asıl yolculuk şimdi başlıyor. Bu madde, diğer 89 sünnetin koruyucusu ve hepsini ibadete çeviren anahtardır.

#### Kaynak

Peygamber Efendimiz (sav) buyuruyor ki:

"Ümmetimin fesada uğradığı (bozulduğu) bir zamanda, kim benim sünnetime temessük ederse (sımsıkı sarılırsa), ona yüz şehit sevabı vardır." (Taberânî, el-Mu'cemü'l-Evsat)

#### Aziz Kardeşim!

"Temessük" kelimesi, bir şeyi düşmemek için var gücüyle tutmak demektir. Herkesin savrulduğu, günahların normalleştiği bir zamanda; senin su içerken sağ elini kullanman, uyurken sağ tarafına yatman veya birine gülümsemen sadece "güzel bir davranış" değildir.

Sünnete uyduğun her an, aklına Allah Rasûlü gelir.

O'nu hatırladığın an, Allah'ın seni gördüğü bilinci (huzur) kalbine yerleşir.

Bu bilinç yerleşince, sıradan her hareketin (yemek, içmek, uyumak) birer sevap makinesine dönüşür.

Sloganımız şu olsun: **"Modaya değil, sünnete; dünyaya değil, ahirete talibiz. Çünkü biz, 1400 yıl öteden bize 'Kardeşlerim' diyen O Güzel İnsan'ın (sav) ayak izlerini takip ediyoruz."**