

T.C.  
İSTANBUL ÜNİVERSİTESİ  
SOSYAL BİLİMLER ENSTİTÜSÜ  
FELSEFE VE DİN BİLİMLERİ ANA BİLİM DALI

YÜKSEK LİSANS TEZİ

**PSİKOTERAPÖTİK BİR TEKNİK OLARAK  
HİKAYE İLE TEDAVİ:  
MEVLÂNÂ'NIN MESNEVİSİ ÖRNEĞİ**

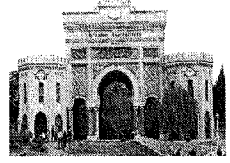
AYŞE ŞULE YÜKSEL  
2501070138

TEZ DANIŞMANI  
YARD. DOÇ. DR. MEHMET ATALAY

İSTANBUL  
2011



T.C.  
İSTANBUL ÜNİVERSİTESİ  
SOSYAL BİLİMLER ENSTİTÜSÜ  
MÜDÜRLÜĞÜ



TEZ ONAYI

Enstitümüz **FELSEFE VE DİN BİL.** Anabilim Dalında ders dönemindeki Eğitim - Öğretim Programını başarı ile tamamlayan **2501070138** numaralı **AYŞE ŞULE YÜKSEL**'in hazırladığı "**PSIKOTERAPÖTİK BİR TEKNİK OLARAK HİKAYE İLE TEDAVİ:MEVLANA'NIN MESNEVİ'Sİ ÖRNEĞİ**" konulu **YÜKSEK LİSANS/ DOKTORA TEZİ** ile ilgili **TEZ SAVUNMA SINAVI**, Lisansüstü Öğretim Yönetmeliği'nin 15.Maddesi uyarınca **19.09.2011 PAZERTESİ** günü saat **16.00**'da yapılmış, sorulan sorulara alınan cevaplar sonunda adayın tezinin *Kabulü*.....'ne\* **OYBİRLİĞİ /OYÇOKLUĞUYLA** karar verilmiştir.

JÜRİ ÜYESİ	KANAATI(*)	İMZA
PROF.DR.BAYRAM ALİ ÇETİNKAYA	KABULÜ	<i>[Signature]</i>
PROF.DR.REŞAT ÖNGÖREN	KABULÜ	<i>[Signature]</i>
DOÇ.DR.M.DOĞAN KARACOŞKUN	KABULÜ	<i>[Signature]</i>
DOÇ.DR.İRFAN BAŞKURT	<i>[Signature]</i> KABULÜ	<i>[Signature]</i>
YRD.DOÇ.DR.MEHMET ATALAY	KABULÜ	<i>[Signature]</i>

## ÖZ

### **Psikoterapötik Bir Teknik Olarak Hikâye ile Tedavi: Mevlânâ'nın Mesnevî'si Örneği, Ayşe Şule Yüksel**

Hikâyeler, eski çağlardan günümüze; ruhsal huzuru sağlama, davranış değişiklikleri yaratma ve rehber olma gibi işlevleriyle kullanılmış evrensel araçlardır. Hikâyelerin bu özelliklerini fark eden modern çağ psikologları, hikâyeleri inceleyerek, onların insan psikolojisi üzerindeki etkilerini ortaya koymuşlar ve hikâyeleri, psikolojinin uygulama alanı olan psikoterapi içinde yardımcı bir yöntem olarak kullanmaya başlamışlardır.

Büyük mutasavvıflardan Mevlânâ Celaleddin Rumi de, 'Mesnevî' adlı eserinde, hikâyelere sıkça yer vermiş ve onların kullanımı hakkında çeşitli değerlendirmelerde bulunmuştur. Bu değerlendirmeler, modern psikoloji ekollerinin ortaya koyduğu tespitlerle benzerlikler taşımaktadır. Bu çalışmamızın amacı, örnek olarak seçtiğimiz Mevlânâ'nın Mesnevî'sindeki hikâye ve kullanımları, elde ettiğimiz veriler çerçevesinde inceleyerek, Mesnevî'nin psikoterapötik yönünü ortaya koymaktır.

**Anahtar kelimeler:** hikâye, tedavi, psikoterapi, Mevlânâ, Mesnevî.

---

## ABSTRACT

### **Therapy with Stories as a Psychotherapeutic Method: Rumi's Mathnawi As an Instance, Ayşe Şule Yüksel**

From ancient time up to now, stories have been used as universal instruments of providing spiritual peace, creating behaviour changes and guidance. Modern psychologists who recognized the functions of stories, have worked on them, defined their effects on human psychology, and used them as an assisting method in 'psychotherapy' which is the application field of psychology.

One of the master mystics, Mawlana Jalaluddin Rumi, used stories in Mathnawi and made analysis on them. These points have considerable similarities to the ones pointed out by modern psychology approaches. The aim of this study is to evidence psychotherapeutic side of Mathnawi by analyzing the stories and utilizations.

**Key words:** story, therapy, psychotherapy, Rumi, Mathnawi.

## ÖNSÖZ

Geçmişten günümüze, farklı işlevleriyle kullanılan hikâyeler üzerine yapılan psikolojik çalışmalar; hikâyelerin, insan psikolojisi üzerinde önemli etkilere sahip olduğunu belirtmektedir. Bu sebeple, hikâyeler; çeşitli metotlarla, insanların ruhsal dengesizlik durumlarının düzeltilmesine yardımcı olan psikoterapiler içinde, olumlu davranış değişikliği ve iyileşme sağlamaya yardımcı araçlar olarak kullanılmışlardır. Çalışmamız, hikâyelerin, bu psikoterapötik yaklaşımlar çerçevesinde bilimsel olarak nasıl temellendirildiği sorusuna cevap arayarak, onların psikoterapötik etki ve özelliklerini ortaya koymaya çalışmıştır.

İçeriğindeki hikâyelerle dikkat çeken, Mevlânâ'nın Mesnevî adlı eseri de bu yaklaşımlara benzer değerlendirmeler içermektedir. Tezimizin amacı, bu noktada, elde ettiğimiz verilerle, Mesnevî'ye çeşitli psikolojik yaklaşımlar getirerek, içeriğindeki hikâyelerin psikoterapötik özelliklerini ortaya koymaktır.

Buna göre ilk bölümde, iki temel kavramımız; psikoterapi ve hikâye, kavramsal olarak ele alınmıştır. Bu bölümde kavramlar, tarihsel yönleri de dâhil olmak üzere derinlemesine incelenmiş ve çalışmamız sürecinde karşılaştığımız bazı kavram karmaşıklıkları hakkında bilgiler verilmiştir.

İkinci bölümde; 'hikâye ile psikoterapi' tekniği etraflıca incelenmiştir. Bu bölümde öncelikle tekniğin ne olduğu hakkında bilgi verilmiştir. Teknik, kullanım olarak; tarihte ve çağdaş dönemde olmak üzere iki başlık altında ele alınmıştır. Çağdaş kullanım içinde, hikâye ile tedavi yöntemini, psikoterapisi içinde kullanan ekoller ve bu ekollerin, bu tekniği psikoterapilerinde hangi bilimsel zemin üzerinde kullandıkları hakkında bilgi verilmiştir.

Daha sonra, tüm yaklaşımlardan elde ettiğimiz verilerle oluşturulan, "Hikâyelerin Psikoterapötik Özellikleri" başlığı altında, hikâyelerin kavramayı kolaylaştırmaları, karşıt düşünce ve zıtlıkları bir arada vermeleri, çarpıcı ve hatırlanabilir olmaları ve farklı durumlara uygulanabilirlik özellikleri, maddeler halinde incelenmiştir.

Bir sonraki aşamada ise, hikâyelerin psikoterapötik etkileri; ‘sezgisel düşünme gücünü harekete geçirmeleri’ ve ‘davranışı değiştirmede etkileyici ve rehber olmaları’ başlıkları altında, maddeler halinde ele alınmıştır.

Üçüncü bölümde, tezimizin örneği olarak seçtiğimiz Mevlânâ’nın Mesnevî adlı eseri; içeriğinde bulunan hikayeye yönelik değerlendirmeler ve sahip olduğu hikayelerin özellikleriyle, önceki bölümlerde elde ettiğimiz veriler bağlamında, karşılaştırmalı bir bakış açısıyla incelenmiş ve bazı tespitler ortaya konmuştur.

Sonuç bölümünde ise, tez çalışmasında elde ettiğimiz veriler yorumlanmış, tespit edilen noktalar sunulmuş ve çalışma sonucunda ulaşılan öneriler ortaya konmuştur.

Çalışmam süresince, benden desteklerini esirgemeyen sevgili hocalarım, dostlarım ve aileme teşekkür etmek isterim. Şüphesiz, en büyük teşekkür sevgili hocalarıma aittir. Tezin son halini almasında büyük emeği olan; yol göstericiliği ve değerli yönlendirmeleriyle önümü görmemi sağlayan kıymetli tez danışmanım Yard. Doç. Mehmet Atalay Hocam’a teşekkürü bir borç bilirim. Teze başladığım ilk günden beri maddi ve manevi desteği ile yanımda olan ve beni hiç umutsuzluğa düşürmeden işimi en güzel şekilde yapmamı sağlayan sevgili hocam Doç. Dr. Mustafa Doğan Karacoşkun Hocam’a da teşekkürlerimi sunuyorum. Tezimle ilgili çalışmalarda hep yanımda olan ve yardımlarını hiçbir şekilde esirgemeyen sevgili dostlarım Betül Akdemir, Duygu Aksoy ve Serap Öztürk’e teşekkür ediyorum. Ve son olarak, bu tezin hazırlanması sırasındaki manevî desteklerini kesilmeksizin arkamda hissettiğim en değerli varlıklarım anne ve babama şükranlarımı arz ediyorum.

Ayşe Şule Yüksel

İstanbul-2011

## İÇİNDEKİLER

ÖZ.....	III
ABSTRACT.....	IV
ÖNSÖZ.....	V
İÇİNDEKİLER.....	VII
KISALTMALAR.....	X
GİRİŞ.....	1
<b>1. BÖLÜM</b>	
<b>TEORİK VE KAVRAMSAL ARKAPLAN .....</b>	<b>13</b>
<b>1.1. Psikoterapi .....</b>	<b>13</b>
1.1.1. Sözlük Anlamı .....	13
1.1.2. Tanımı.....	14
1.1.3. Tarihçesi .....	18
<b>1.2. Hikâye.....</b>	<b>21</b>
1.2.1. Tanımı.....	21
1.2.2. Tarihi.....	23
1.2.3. Yapısı ve İçeriği.....	25
<b>2. BÖLÜM</b>	
<b>HİKÂYE İLE PSİKOTERAPİ .....</b>	<b>27</b>
<b>2.1. Mahiyeti.....</b>	<b>27</b>
<b>2.2. Kullanımı.....</b>	<b>29</b>
<b>2.2.1. Tarihte Hikâye ile Tedavi .....</b>	<b>29</b>
2.2.1.1. Gelenek ve Kültürler.....	29
2.2.1.2. Dinler.....	33
<b>2.2.2. Çağdaş Yaklaşımlar.....</b>	<b>39</b>

2.2.2.1. Ericksoncu Psikoterapi.....	39
2.2.2.2. Davranışçı Psikoterapi.....	43
2.2.2.3. Bilişsel-Davranış Terapisi.....	47
2.2.2.4. Pozitif Psikoterapi.....	51
2.2.2.5. Biblioterapi.....	53
<b>2.3. Hikâyelerin Psikoterapötik Özellikleri.....</b>	<b>57</b>
2.3.1. Kavramayı Kolaylaştırmaları.....	58
2.3.2. Karşıt Düşünce ve Zıtlıkları Bir Arada Vermeleri.....	58
2.3.3. Çarpıcı ve Hatırlanabilir Olmaları.....	59
2.3.4. Farklı Durumlara Uygulanabilirlikleri.....	60
<b>2.4. Hikâyelerin Psikoterapötik Etkileri.....</b>	<b>60</b>
2.4.1. Sezgisel Düşünme Gücünü Harekete Geçirmeleri.....	61
2.4.1.1. Mecazlar.....	63
2.4.1.2. Gizli Telkin- Dolaylı Mesaj İçermeleri.....	68
2.4.1.3. Bilinçli Aklın Direncini Kırmaları.....	70
2.4.1.4. İçsel Gücü Harekete Geçirmeleri.....	72
2.4.1.5. Sağ-Sol Beyin Araştırmaları.....	73
2.4.2. Davranışı Değiştirmede Etkileyici ve Rehber Olmaları.....	76
2.4.2.1. Eğitime ve Disipline Etme Güçleri.....	76
2.4.2.2. Kendi Kendine Yardım (Self-Help).....	77
2.4.2.3. Model Alma/Özdeşleşme Zemini Oluşturmaları.....	77
2.4.2.4. Yeni İmkanlıklar ve Bakış Açıları Oluşturmaları.....	80
2.4.2.5. Bireysel Sorumluluk Kazandırmaları.....	81
2.4.2.6. Tecrübe-Hikaye İlişkisi.....	82
2.4.2.7. Terapiye Katkıları.....	83



### 3. BÖLÜM

<b>MEVLÂNÂ'NIN MESNEVİSİNE PSİKOTERAPÖTİK YAKLAŞIMLAR...</b>	<b>86</b>
<b>3.1. Mevlânâ ve Mesnevî</b> .....	<b>86</b>
<b>3.1.1. Mesnevî; Üslup, İçerik ve Şekil Özellikleri</b> .....	<b>88</b>
<b>3.2. Mesnevî'ye Psikoterapötik Yaklaşımlar</b> .....	<b>91</b>
<b>3.2.1. İslâm Düşüncesinde Metafor</b> .....	<b>92</b>
<b>3.2.2. Mesnevî Hikâyeleri ve Psikoloji</b> .....	<b>95</b>
<b>3.2.3. Hikâyelerin Psikoterapötik Etkileri Bağlamında Mesnevî</b> .....	<b>103</b>
<b>3.2.3.1. Sezgisel Düşünme Üzerindeki Etkileri Bakımından</b> <b>Mesnevî Hikâyeleri</b> .....	<b>103</b>
<b>3.2.3.2. Davranışı Değiştirmede Etkileyici ve Rehber Olmaları</b> <b>Açısından Mesnevî Hikâyeleri</b> .....	<b>114</b>
<b>3.2.4. Örnek Hikâye Tahlili: Karanlık Oda ve Fil Hikâyesi</b> .....	<b>127</b>
<b>SONUÇ</b> .....	<b>133</b>
<b>KAYNAKÇA</b> .....	<b>137</b>

## KISALTMALAR

a.e.	: Aynı eser
a.g.e.	: Adı geçen eser
a.g.md.	: Adı geçen madde
a.g.m.	: Adı geçen makale
Çev.	: Çeviren
Ed.	: Editör
Haz.	: Hazırlayan
Terc.	: Tercüme eden
s.	: Sayfa
C:	: Cilt
b.	: Beyit Numarası
t.y.	: Tarih yok
yay.	: Yayınevi
y.y.	: Yayınevi yok
İ.Ü.	: İstanbul Üniversitesi
A.Ü.	: Ankara Üniversitesi
DİA:	: Diyanet İşleri Ansiklopedisi
Y.K.Y.	: Yapı Kredi Yayınları
T.D.K.	: Türk Dil Kurumu
D.İ.B	: Diyanet İşleri Başkanlığı

## GİRİŞ

Giriş bölümünde, tez konumuzun çerçevesini ortaya koymak için, tezin problem ve amacının ne olduğu hakkında bilgi verilecektir. Sonrasında ilgili yayın ve araştırmalar ortaya konacak, son olarak da tezde kullanılan yöntem ve tekniklerden bahsedilecektir.

### 1. Problem ve Amaç

Hikâye anlatma fiili, insanlık tarihinin dört bin yıldan fazla bir süredir kullanılan kültürel bir parçasıdır.<sup>1</sup> O zamandan itibaren -belki de ondan önce bilmediğimiz bir zamandan beri- hikâyeler, insan toplumunun ayrılmaz bir bölümü haline gelmiştir. Dilimiz, dinimiz, kültürümüz, cinsiyet ya da yaşımız ne olursa olsun, hikâyeler hayatımızın bir ögesidir.<sup>2</sup>

Hikâyelerin geleneksel düzeyde bazı işlevleri vardır. Hikâyeler; eğlendirir, eğler, rahatlatır, öğretir. Fakat bunların yanında, dinleyicinin algısını da değiştirebilirler. Bu özellikleriyle hikâyeler, peri masalları, mitoslar, kıssadan hisse ve meseller, sanat değerleri dışında halk pedagojisi ve terapisinin araçlarıdır.

Yeni bazı araştırma ve yaklaşımlar, hikâyelerin davranış ve tutumları değiştirebilmede etkili olduklarını göstermektedir.<sup>3</sup> Fakat, halk psikoterapisinin bir unsuru olan hikâyeler, insanların iç çatışmalarıyla, psikoterapi bilimsel bir disiplin olmadan önce ilgilenmiştir.<sup>4</sup>

Mesela geçmişte insanlar, köy hikâyecilerini, onların hikâyelerini dinlemenin verdiği zevk ve mutluluk sebebiyle korumuşlardır. Bugün de biz, film

---

<sup>1</sup> B. Brun v.d., *Symbols of the Soul: Therapy and Guidance Through Fairy Tales*, Bristol, Jessica Kingsley Publishers Ltd, 1993, s. 3.

<sup>2</sup> George H. Burns, *101 Healing Stories: Using Metaphors in Therapy*, Canada, John Wiley and Sons Inc., 2001, s. 3.

<sup>3</sup> P. Barker, *Psychotherapeutic Metaphors: A Guide to Theory and Practice*, New York, Bruner-Mazel, 1996, s. 16-19.

<sup>4</sup> Nossrat Peseschkian, *Doğu Hikâyeleriyle Psikoterapi*, çev. Hürol Fışkoğlu, İstanbul, Sistem Yayıncılık, 1997, s. 9.

yıldızları ve modern zaman hikâyecilerimize, benzer olarak aynı ilgiyi göstermekteyiz.

Hikâyeler, uzun süre geleneksel eğitim aracı olarak görülmüş; değerlerin, ahlâki görüşlerin ve örnek davranışların, insanların bilincine aktarılıp yerleştirilmesi için araç olarak kullanılmışlardır.<sup>5</sup> Örnek olarak, Tibet'te insanlar güçlü duygusal tepkileri kamçılması için, hikâyelere ve hikâyecilere ihtiyaç duyarlar. Savaş zamanları hikâyeler, askerlere cesareti telkin etmesi açısından önemlidir. Nepal'de anneler, çocuklarını kontrol ederken bedeni cezalar yerine korkulu hikâyeler anlatırlar.<sup>6</sup> Arap edebiyatının en önemli eserlerinden biri olarak tarihe geçen 'Binbir Gece Masalları'nda, aklî problemleri olan sultanın, akıllı Şehrâzât tarafından hikâyelerle nasıl tedavi edildiğini görürüz.<sup>7</sup>

İslam öncesi Arap toplumunda da, iyi ahlak ve davranışları telkin eden, kötülüklerden korunmayı öğreten veya hoş vakit geçirmeyi sağlayan 'ahbar' ve 'kıssaların' anlatılması özel bir meslek olarak yaşatılmaktaydı.<sup>8</sup> Anadolu'da da 'kıssahanlık' ve 'meddahlık' adıyla hikâyecilik geleneği sürdürülmüştür.<sup>9</sup> Bu örnekler, hikâyenin kültürlerdeki etkin kullanımını kanıtlar niteliktedir.

Geleneksel kanının aksine, hikâyeler sadece çocuklar için değildir. Aslında, çoğu hikâye, yetişkin dinleyiciler için tasarlanmıştır.<sup>10</sup> Mesela 'Peter Pan' ilk yayınlandığında bir çocuk hikâyesi değildir. O, yetişkinler için yazılmış bir romanda 'Küçük Beyaz Kuş' adı altında basılmıştır.<sup>11</sup>

Hikâye anlatma, pek çok büyük öğretici tarafından, kendine has ve farklı bir çevre algısı geliştirmek, bu algıyı ikmal ettirmek ve çevreye nasıl adapte olunacağını yollarını göstermek amacıyla kullanılmıştır. Hz. İsa'nın dini hikâyeleri, Buda'nın sözleri ve sufi hikâyeler, dinleyicilerinin duygusal, algısal ve/ veya

---

<sup>5</sup> A.e., s. 4.

<sup>6</sup> Burns, a.g.e., s. 4.

<sup>7</sup> Peseschkian, a.g.e., s. 10.

<sup>8</sup> İbrahim Altunel, "Kıssahanlık", *Türkiye Diyanet Vakfı İslam Ansiklopedisi*, Ankara, Türkiye Diyanet Vakfı Yayınları, 1992, C:25. s. 501.

<sup>9</sup> İbrahim Altunel, "Edebiyatımızda Kıssa, Kıssahanlık Geleneği ve Meddahlıkla Münasebeti Üzerine", *Türk Araştırmaları Dergisi*, sayı:1, Kasım, 1994, s. 159.

<sup>10</sup> Brun, a.g.e., s. 85.

<sup>11</sup> Bkz.:J.M. Barrie, *The Little White Bird*, New York, C. Scribner's Sons, 1902.

davranışsal değişimlerine etki etmede kullanılan öğretici hikâyelerin örneklerindedir.

Hikâyeler, dini çerçeve içerisinde, insan davranışlarına rehberlik etmeleri bakımından önem taşımaktadırlar. Din içinde hikâyelerin sıkça kullanımı, bize hikâyelerin istenilen davranışa yöneltme fonksiyonunu örneklemesi açısından önemli; hayat boyu davranış rehberliği özelliği açısından da ilgi çekicidir.

Örnek olarak, Hıristiyanlıkta, Hz. İsa'nın hikâyeleri, onun 'en güçlü ve hatırlanabilir' öğretilerini kapsar niteliktedir.<sup>12</sup> Shepperson, Hz. İsa'nın, hikâyeleri "geniş çeşitlilik içinde olan bireylerle diyalogunda, birleştirici bir kullanım tekniği" olarak kullandığını söyler.<sup>13</sup> Ona göre Hz. İsa, dinleyenlerin tarihsel aile geçmişi, meslek ve kişisel durumlarına bağlı zorunluluklarına göre, yaradılışsal ilgilerini cezbeden saf ve temiz hikâyeler tasarlamıştır. Mesela, yalnız ve kimsesiz bir kadının ilgisini, ona, 'yaşam suyu' hikâyesini anlatarak çekmiş<sup>14</sup>, cahil bir balıkçıyla, kişisel olarak çok yakînen tanıdığı 'gök ve deniz' mecazlarını kullanarak konuşmuştur.<sup>15</sup>

İslam dininde de, geçmiş milletlerin kıssa ve hikâyeleri, gerek Kur'an'da, gerek Hz. Muhammed'in söylemlerinde kendilerine yer bulmaktadır. Kur'an-ı Kerim'de kıssalar, ibret alınacak ve tarihi doğruluk ve gerçeklik nitelikleri taşıyan olaylar olarak anlatılmaktadır.<sup>16</sup> Bazı kıssaların sonunda, kıssaların anlatılmasının temel hedefinin, kıssalardan 'ibret ve ders alınması' olduğu ifade edilmektedir. Kıssalar; teşbih, temsil, mecaz, istiare gibi edebî sanatların kullanılarak, iyi ve kötü örnek modellerin ortaya konulduğu, erdem ve ahlakî olgunluğa teşvik amacı güden anlatılardır.<sup>17</sup>

Hız. Peygamber de, çok önem verdiği irşat vazifesinde, vaaz ve nasihate ayrı bir yer vererek, zaman zaman ibretli ve temsilî mahiyette kıssalar anlatmıştır. Hadis

<sup>12</sup> G. M. Smiga, "There is more to the story", *U.S. Catholic*, sayı:62, no:28-31, 1997, s. 28.

<sup>13</sup> V. Shepperson, "Paradox, Parables, and Change: One Approach to Christian Hypnotherapy", *Journal of Psychology and Theology*, sayı:9, 1981, s. 7.

<sup>14</sup> Kitab-ı Mukaddes, Yuhanna, 4:1-30. (Bu çalışmada kullanılan İncil metinlerinin hepsi aşağıda verdiğimiz kaynaktan alınmıştır. Daha sonraki atıflarda sadece bölüm adı ve numaraları verilecektir. *Kitab-ı Mukaddes Eski ve Yeni Ahit*, Kitab-ı Mukaddes Şirketi, İstanbul, 2001)

<sup>15</sup> Matta, 4:18-19.

<sup>16</sup> İdris Şengül, "Kıssa", *Türkiye Diyanet Vakfı İslam Ansiklopedisi*, C:25, s. 499.

<sup>17</sup> Şengül, a.g.m., s. 499.

kitaplarında Hz. Muhammed'in anlattığı hikâyelere dair birçok örnek bulunmaktadır.<sup>18</sup> Alaca ten, kel ve kör üç adam ile Allah tarafından onları sınamak için gönderilen melek arasında geçen öykü, bu hikâyelerden biridir.<sup>19</sup> Üç adamın sığındıkları bir mağarada, düşen bir kayanın girişi kapatması sonucu mahsur kalmaları; yaptıkları iyilikleri anlatarak Allah'tan yardım dilemeleri ve mağaradan kurtulmalarını anlatan hikâye de, Hz. Peygamber'in anlattığı hikâyelerdendir.<sup>20</sup>

Tasavvuf anlayışları incelendiğinde, onların da hikâyelere büyük önem verdikleri; onların iyileştirici, değiştirici yönü ve işlevlerini önemsedikleri görülmektedir. Kopp, "Hikâyeler, mit ve rüyanın şiirsel diliyle tedavi eder. Gurular, dogma ve azarlama yolu ile değil, dolaylı olarak, hikâye ve mecazın anlamları ile öğretirler" der.<sup>21</sup> Kopp ayrıca, sûflerin, hasidiklerin, Yahudi ve Zen üstatlarının öğretici hikâyelerinden ve onların etkilerinden şöyle bahseder: "Onlar usta bir şekilde dolaylıdır. Direnmeyi en aza indirirler. Somuttan sembolîğe çeşitli anlamlar arası karşılıklı etkilere sahiplerdir. Bu öğretici hikâyeler, mecazlar ve şakalar, diğer başka yollarla ulaşılamayan bireyle iletişime geçen, değiştirici bir dildir. Ve bu dil, benzer ölçülerimizin geleneksel sınırlamalarının ötesindeki sözle ifade edilmeyen gerçeğe iletişimi sağlar."<sup>22</sup>

Sûfi öğretilerini batıya tanıtan bir kişi olarak tanınan ve geleneksel öğretici hikâyeleri toplamak ve birbirleriyle karşılaştırmak için kıtalar arası seyahatler yapan İdris Şah da<sup>23</sup>, öykülerin amacının, sadece eğlendirmek olmadığını, bilakis kişinin başka türlü bir yoldan ulaşılamayacak yanıyla bağlantı kurmak ve bilinen boyutlarının alışılmış sınırlarının ötesinde, söze dökülmemiş gerçek bir iletişimi

---

<sup>18</sup> Bkz.: Osman Arpaçukuru, **Peygamberimizin Anlattığı Hikâyeler**, İstanbul, Elest Yayınları, 2005, s. 7.

<sup>19</sup> **Kütüb-i Sitte Muhtasarı: Tercüme ve Şerhi**, haz. der. çev. İbrahim Canan, Ankara, Akçağ Yayınları, C:14, Hadis No:4998, s. 252-256.

<sup>20</sup> **A.e.**, C:14, Hadis No:4995, s. 242-247.

<sup>21</sup> Sheldon B. Kopp, **If You Meet the Buddha on the Road, Kill Him**, California, Ben Lomond: Science and Behaviour Books, 1972, s. 8.

<sup>22</sup> **A.e.**, s. 96.

<sup>23</sup> Robert E. Ornstein, **Yeni Bir Psikoloji**, çev. Erol Göka, Feray Işık, İstanbul, İnsan Yayınları, 2003, s. 171.

sağlamak olduğunu söyler. Bu sebeple o, sūfî hikâyelerini, öğretici hikâyeler olarak tanımlamıştır.<sup>24</sup>

13. yüzyıl mutasavvıfı, Mevleviyye tarikatı kurucusu, büyük şair ve düşünce adamı olarak tanınan Mevlânâ Celâleddîn Rûmî de, Farsça altı cilt, 25. 700 beyitten oluşan, “seyr-i sülukta bulunanlar için irşat kitabı” olarak tanıttığı ve bir metnin insan ve toplumu nasıl dönüştürebileceğine dair örnek teşkil eden ‘Mesnevî’ adlı kitabında<sup>25</sup>, vereceği bilgi ve öğüdü, hikâyeler içine koyarak takdim etme prensibini sıklıkla kullanmıştır. Bu bağlamda, Mesnevî’de 275 hikâyenin bulunduğu tespit edilmiştir.<sup>26</sup>

Mevlânâ, Mesnevî’nin muhtevasını, bir bütünün küçük birer parçası olan temsili hikâyeler vasıtası ile muhataba aktarmaktadır. Onlar insana, içinde yaşadığı manevi gerçekliği kavrama konusunda yol göstermektedir.<sup>27</sup>

Mevlânâ’ya göre, insan ruhundaki korku ve sevinç arasındaki ritmi yaratan en önemli motiflerden biri hikâyelerdir. Onlarda, insanın davranışlarındaki menfi ve müspet yönler aynı anda verilmektedir. Böylece insan, menfi davranışların zararlı neticeleri ile doğru yolda olanların zaferini bir arada duyar ve duygusal olarak yaşar. Bu duygu ağı, insanı çoğu zaman kötü davranışlardan alıkoyar.<sup>28</sup>

Mevlânâ, hikâyelere işaretler; ‘eski aklın insana yeni bahtlar açacağını’ söyler.<sup>29</sup> O ayrıca, “*Anlat, hikâye dermanlar olsun. Anlat, canlara merhem olsun*”<sup>30</sup> diyerek hikâyenin iyileştirici yönüne vurgu yapmaktadır.

---

<sup>24</sup> Idries Shah, *Caravan of Dreams*, London, Baltimore Penguin, 1968, s. 95-96.

<sup>25</sup> Semih Ceylan, “Mesnevî”, *Türkiye Diyanet Vakfı İslam Ansiklopedisi*, C:29, s. 326.

<sup>26</sup> Şaban Karaköse, *Mevlânâ’dan Düşündüren Hikâyeler*, İstanbul, Yakamoz Yayıncılık, 2007, s. 12.

<sup>27</sup> Ceylan, *a.g.m.*, s. 329.

<sup>28</sup> Mustafa Usta, *Mesnevî’de Mevlânâ’nın Eğitim Anlayışı*, Basılmamış Doktora Tezi, M.Ü. Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul, 1989, s. 8.

<sup>29</sup> Mevlânâ Celâleddîn-i Rûmî, *Mesnevî*, haz. Adnan Karaismailoğlu, Ankara, Akçağ Yayınları, 2010, C:III, (b. 147), s. 293. (Bu çalışmada umumiyetle, yukarıda ismi geçen Mesnevî tercümesi kullanılmıştır. Bunun dışında kullanılan tercümelelerin ilk geçtiği yerde gerekli bilgiler verilmiş, birden fazla kullanılmışsa tercüme edenin ismiyle verilmiştir. Örn.: İzbudak, *Mesnevî*, C:I, (b. 1). Bunun dışındaki tüm tercümeleler yukarıdaki kitaptan alınmıştır. Örn.: *Mesnevî*, C:II, (b. 2).)

<sup>30</sup> *Mesnevî*, C:I, (b. 1363), s. 81.

İnsan davranışına etki bağlamında hikâyelerin kullanımı, sadece genel kültür içinde sınırlı değildir. Modern psikoloji içerisinde psikoterapistler, hikâye ve mecazları, hastalardaki davranışsal değişimleri kolaylaştırmada tedavi edici bir araç olarak kullanılmaktadırlar. Onlar, hikâyelerin işlevlerini; disipline etme<sup>31</sup>, duyguları ortaya çıkarma<sup>32</sup>, ilham verme<sup>33</sup>, değiştirme<sup>34</sup>, akıl-beden uyumu yaratma<sup>35</sup> ve iyileştirme<sup>36</sup> olarak tespit etmişlerdir.

Barker ve Zeig, hikâyelerin, psikoterapötik değişimin sağlanmasında; ana noktaların tespiti, çözüm öne sürme, hastanın hâlihazırdaki problemine olan anlayışını artırma, motivasyon sağlama, direk komut ve önerilere cevap vermeyen inatçı hastaların direncini azaltma noktalarında olumlu etkileri olduğunu ileri sürmektedir.<sup>37</sup>

Barker, hikâyeleri, ‘tarih, mitoloji, peri masalları ve bunların yanında terapistin kendi hayal gücüne dayanabilen, bir çeşit terapötik mecazlar’ olarak tanımlar.<sup>38</sup> Benzer olarak Kopp, hikâyeleri, ‘psikoterapistin sihirli mecazları’ olarak tanımlar. Kopp’a göre, birine bir hikâye anlatmak, dinleyicide psikoterapötik değişimler sağlayabilir. O, terapistin tesirinin, hikâye kullanarak oluşturduğu, unutulmuş kehanet dilinden ileri geldiğini söyler.<sup>39</sup> Bunun yanında bazı terapistler, hikâyeleri projektif, izdüşümsel keşfin bir tipi olarak, hastaya çok bileşenli hikâyeler sağlayıp hangi bölümlere tepki verdiğini not ederek, tanı amaçlı olarak kullanmışlardır.<sup>40</sup>

Hikâyeler, dolaylı anlamlar taşırlar ve hastaya almaları gereken dersi vermenin psikoterapötik avantajını verirler ki; bu yüzden, değişim, terapistin dış telkinleri aracılığı ile olmaktan çok, hastanın içsel davranış ve kararlığı yoluyla

---

<sup>31</sup> Burns, a.g.e., s. 4.

<sup>32</sup> A.e.

<sup>33</sup> A.e., s. 5.

<sup>34</sup> A.e., s. 6.

<sup>35</sup> A.e., s. 7.

<sup>36</sup> A.e., s. 8.

<sup>37</sup> Barker, a.g.e., s. 31-42.

<sup>38</sup> A.e., s. 32.

<sup>39</sup> Kopp, *If You Meet the Buddha on The Road, Kill Him*, s. 8.

<sup>40</sup> Jeffrey .K. Zeig, *A Teaching Seminar with Milton H. Erickson*, New York, Brunner/Mazel, 1980, s. 4-5.



meydana gelir.<sup>41</sup> Bu yüzden hikâyeler, psikoterapinin her çeşidi ve davranış süreçlerinin her noktasında uygulanabilmektedir.

Otto, hikâyelerin, bilgi işleyişini geliştirdiğini, çünkü onların çarpıcı ve hatırlanabilir olduklarını söyler. Ona göre hikâyeler, hastanın hâlihazırdaki problemine anlamsal olarak uygun olduğunda; hikâyeden çıkan ders, terapi seansından, hastanın günlük hayatına genelleşebilmektedir. Böylece terapötik etki artmaktadır. Otto, uygun ve hatırlanabilir terapötik rehberler olarak hizmet eden hikâyelere örnekler de vermiştir.<sup>42</sup>

Peseschkian'a göre, terapide hasta ile bağ kurmakta aracı olarak kullanılabilen hikâyelerin, terapiye olumlu katkıları vardır. O, hastanın hikâyelerle kendine bir özdeşleşme zemini oluşturduğunu söyler: "Kendini hikâye ile ilişkilendiren hasta, direnç noktalarını aşarak, çatışma ve arzularını görür; sunulan değerlere doğrudan karşı gelmek yerine, duruş noktasında işaret edilen değişikliği değerlendirme yoluna girer. Ve sonuçta oluşan duruş değişikliği, hastanın başkaları ile olan ilişkisinde, tek taraflı kavramları görmesi ve onları yeniden yorumlayıp genişletmesine olanak tanır."<sup>43</sup> Ayrıca Peseschkian, hikâyenin psikoterapötik açıdan işlevlerini; ayna işlevi, model işlevi, aracı işlevi, depo etkisi işlevi, geleneğin taşıyıcıları olma işlevi, kültürlerarası taşıyıcılık işlevi, regresyona yardımcı olma işlevi, karşıt düşünceler olma işlevi olmak üzere sekiz ana başlıkta incelemiştir.<sup>44</sup>

Hikâye ve metaforlarla tedavi metodunu, terapötik değişimi sağlaması açısından sıklıkla kullanmasıyla tanınan en önemli psikoterapist, Milton Erickson'dur. O, aslında yukarıda bahsettiğimiz 'hikâye anlatma' geleneğini izlemektedir. Ona göre, çok eski zamanlardan beri hikâyeler; kültürel zenginlikleri, töreleri ve ahlakî değerleri aktarmanın bir yolu olarak kullanılmaktadır. Tatlı bir şeyin içine yerleştirilmiş acı bir hapın çok daha kolay yutulabileceğini düşünen

---

<sup>41</sup> A.e., s. 9-10.

<sup>42</sup> Michael W. Otto, "Stories and Metaphors in Cognitive-Behavior Therapy", **Cognitive and Behavioral Practice Journal**, sayı:7, 2000, s. 166-172.

<sup>43</sup> Peseschkian, a.g.e., s. XIII.

<sup>44</sup> A.e., s. 35-43.

Erickson'a göre<sup>45</sup>; direk olarak verilen bir ahlak dersi çok rahat akıldan çıkabilirken, öğüt ve yönlendirme; merak uyandıran, eğlenceli ve ilgi çekici bir hikâyede gizlendiğinde, kabul edilebilir hale gelmektedir.<sup>46</sup> Onun kullanımında terapötik tavsiyeler, normal konuşma esnasında, dolaylı bir yolla<sup>47</sup>, içeriği hem terapistin açık amacından; hem de hastanın endişelerinden uzaklaşmış ilginç hikâyeler arasına serpiştirilmiştir.<sup>48</sup>

Gördüğümüz gibi, çağdaş psikoterapide, görüşlerine kısaca değindiğimiz çok sayıda psikoterapist, psikoterapötik değişime yardımcı olması açısından hikâye anlatım metodunu uygulamakta ve uygulamalarını çeşitli araştırmalarla desteklemektedir.

Bu noktada tezimizin amacı, öncelikle hikayelerin insan psikolojisi üzerindeki etkilerini, bilimsel psikolojik yaklaşımlar çerçevesinde ortaya koymaktır. Bu amaçla, hikaye ile tedaviyi, bir teknik olarak psikoterapisi içerisinde kullanan psikolojik yaklaşımlar incelenmiştir. Elde edilen veriler, belirli ortak özelliklerine göre bir araya getirilerek bir bütünlük içinde ortaya konmaya çalışılmıştır.

Tezimizin problemi, genel olarak, hikayelerin insan psikolojisi üzerindeki etkileri üzerinden şekillenmektedir. Özel bağlamda ise problemimiz, tezimiz için örnek olarak seçtiğimiz ve geçmişten günümüze edebî, öğretici ve tasavvufî pek çok yönü ve içeriğindeki çok sayıda hikaye ile dikkat çeken Mevlana'nın Mesnevi adlı eserinin psikoterapötik yönünü ortaya koymaktır. Mevlana'nın Mesnevi'de, hikayeler hakkında ortaya koyduğu değerlendirmelerin günümüz psikologlarının ortaya koyduğu verilerle pek çok yönden paralellikler taşıdığını çeşitli örneklerle gözler önüne sermektir. Ayrıca, Mesnevi içeriğinde kullanılan hikayelerin, psikoterapötik etki bağlamında önem taşıdığına inanarak, onların günümüz psikoterapilerinde, etki sağlayıcı yardımcı araçlar olarak kullanımlarının desteklenmesi gerektiğini ifade etmektir.

---

<sup>45</sup> Sidney Rosen, *Sesim Seninle Her Yerde: Milton H. Erickson'un Telkin Hikâyeleri*, İstanbul, Dharma Psikoloji Yayınları, 2006, s. 26.

<sup>46</sup> A.e.

<sup>47</sup> A.e., s. 28.

<sup>48</sup> A.e., s. 26-27.

## 2. İlgili Yayın ve Araştırmalar

Çalışmamızda çeşitli alanlara ait değişik kaynaklardan yararlanılmış ve her konu için en az iki farklı kaynak incelenmiştir. Bazı kaynaklar doğrudan, bazıları ise dolaylı olarak çalışmamıza dahil edilmiştir.

Birinci bölümü oluşturan kavramsal arkaplanda, psikoterapi ve hikaye kavramları çok sayıda kaynaktan yararlanılarak incelenmiştir. Bunlardan en çok kullanılanlar; psikoterapi kısmında, Rita Atkinson ve arkadaşlarının hazırladığı 'Psikolojiye Giriş' adlı eseri, Selçuk Budak'ın Psikoloji Sözlüğü ve O. Gürün'e ait Ruhbilim Sözlüğü'dür. Bunlar dışında pek çok sözlük ve ansiklopedi maddesi kullanılmıştır. Hikaye kısmında kullanılan çalışmalardan bazıları ise, Hüseyin Yazıcı'nın Diyanet İslam Ansiklopedisindeki 'Hikaye' maddesi, Atilla Özkırımlı'nın Türk Edebiyat Ansiklopedisi'ndeki 'Hikaye' maddesi ile, Arslan Tekin'in 'Edebiyatımızdaki İsimler ve Terimler' adlı kitabındaki ilgili bölümlerdir.

'Hikaye ile psikoterapi' tekniğinin ve hikayelerin insan üzerindeki psikolojik etkilerinin incelendiği ikinci bölümde de çoğunluğu yabancı olmak üzere pek çok eserden faydalanılmıştır. Bunlardan en sık kullanılanlar arasında; George H. Burns'un '101 Healing Stories: Using Metaphors in Therapy' adlı kitabı, Nossrat Peseschkian'ın 'Doğu Hikayeleri ile Psikoterapi' adlı eseri, Michelle Heffner'in 'Experimental Support for the Use of the Storytelling to Guide Behaviour: The Effects of Storytelling on Multiple and Mixed Fixed Rati' adlı tez çalışması, Michael W. Otto'nun 'Stories and Metaphors in Cognitive-Behaviour Therapy' adlı kitabı, David E. Mullen'in 'The Effects of Ericksonian Storytelling on Locus of Control' adlı tez çalışması, Robert E. Ornstein'in 'Yeni Bir Psikoloji' adlı eseri ile Milton Erickson ve Ericksoncu yaklaşım üzerine pek çok kitabı bulunan Jeffrey K. Zeig'in eserleri bulunmaktadır.

Mesnevi üzerine temellendirilmiş son bölümümüzde ise, Mesnevi ve içeriğindeki hikayelerle bağıntılı olarak yazılmış çok sayıda makale ve eser gözden geçirilmiş ve kullanılmıştır. Tezimizde ana kaynak olarak Mesnevi'nin Adnan Karaismailoğlu tercümesinden faydalanılmıştır. Bunun yanında gerekli yerlerde; Veled İzbudak ve Süleyman Nahîfi tercümelerinden de istifade edilmiştir.

Son bölümde sıklıkla yararlandığımız çalışmalar; İbrahim Emiroğlu'nun 'Sufi ve Dil: Mevlânâ Örneği' adlı kitabı, Hosein Yousofi'nin 'Bir Hikayeci Olarak Mevlana' adlı makalesi, Svitlana Nesterova'nın 'Mevlana'nın Mesnevi İsimli Eserin'de Metaforik Anlatımın Metafizik Boyutu' adlı tez çalışması, Adnan Karaismailoğlu'nun 'Mesnevi Hikayelerinde Şekil ve İçerik' adlı makalesi, Süleyman Derin'in 'Mevlana'nın Mesnevi'sine Psikolojik Yaklaşımlar' adlı makalesi, Gönül Ayan'ın 'Mesnevi ve Kısa Hikayecilik' isimli makalesi ile Şefik Can'ın Mesnevi üzerine tüm eserleridir. Ayrıca son bölümün örnek hikaye tahlili yaptığımız kısmında kullandığımız Sana Loue'nin 'The Transformative Power of Metaphor in Therapy' adlı kitabı da zikretmek isteriz.

Çalışmamızda faydalandığımız, tez konumuzla bazı paralelliklere sahip birkaç eseri de ayrı olarak zikretmek istiyoruz. Bunlardan biri, Faik Özdengül'ün Mesnevî'nin psikolojik zenginliğinden faydalanarak, alternatif bir terapi yaklaşımı olarak ortaya koyduğu ve 'Aşkın Terapi' adını verdiği psikoterapötik tekniğini açıkladığı 'Rumi ve Aşkın Terapi' adlı kitabıdır. Çalışmamızda kapsam farklılığı nedeniyle bu kitaptan çok faydalanmadıysak da kitabın, ortaya koyduğu yaklaşımla dikkate değer olduğunu düşünmekteyiz.

İkinci olarak zikretmek istediğimiz bir diğer çalışma, Ulaş Aracı'nın Üstün Dökmen danışmanlığında yaptığı 'Sûfi Hikayelerinin Kullanıldığı, Bilişsel-Davranışçı Yaklaşımla Bütünleştirilmiş Biblioterapinin İşlevsel Olmayan Düşünceler ve Kendini Gerçekleştirme Üzerindeki Etkisi' adlı tez çalışmasıdır. Bu çalışma da, tasavvufi hikayelerin psikolojik etkileri bağlamında yapılmış empirik bir çalışma olarak dikkat çekmektedir.

### **3. Yöntem, Teknik ve Veri Analizleri**

Çalışmamızda, nitel araştırma yöntemlerinden "doküman incelemesi yöntemi"<sup>49</sup> kullanımını uygun gördük. Doküman incelemesi, araştırılması hedeflenen olgu veya olaylar hakkında bilgi içeren yazılı materyallerin analizini

---

<sup>49</sup> Ali Yıldırım, Hasan Şimşek, *Sosyal Bilimlerde Nitel Araştırma Yöntemleri*, Ankara, Seçkin Yayıncılık, 2000, s. 141-154.

kapsamaktadır.<sup>50</sup> Dokümanların incelenmesi; dokümanlara ulaşma, orijinalliğin kontrol edilmesi, dokümanların anlaşılması, verilerin analiz edilmesi ve verilerin kullanılması gibi aşamalardan geçilerek yapılmaktadır.<sup>51</sup>

Biz de bu çalışmamızda, ‘hikâye ile psikoterapi’ bağlamında ya da ilintili olarak yazılan eser ve makaleleri, doküman incelemesinin adımlarını takip ederek inceledik. Dokümanlar, belirli bir sistem içinde ve birbirleri ile karşılaştırmalı olarak özümsemeye çalışıldı.

Dokümanlar, bu araştırmamızın tüm veri setini oluşturmaktadır. Bu yüzden dokümanların incelenmesi aşamalarından veri analizi uygulamasını, tam veri analizi olarak gerçekleştirdik. Analiz birimimiz içerik olarak belirleyerek, dokümanlarda “hikâye, hikâye ile tedavi, iyileşme, davranış değişikliği” konu ve kavramları üzerinde yoğunlaştık.

Doküman incelemesi sonucu elde edilen verileri, nitel araştırmadaki veri analiz yöntemlerinden betimsel analiz yöntemi<sup>52</sup> ile inceledik. Betimsel analiz, bir çerçeve oluşturma, tematik çerçeveye göre verilerin işlenmesi, bulguların tanımlanması ve bulguların yorumlanması aşamalarından oluşmaktadır.<sup>53</sup>

Biz de öncelikle, elde ettiğimiz verileri, belirlediğimiz temalara göre özetleyerek yorumladık. Betimsel analizin yapısı itibari ile doğrudan alıntılara da yer verdik.<sup>54</sup> Betimsel analizi kullanmakta amacımız, elde ettiğimiz bulguların düzenlenmiş ve yorumlanmış şeklini okuyucuya sunmaktır. Bu amaçla, hikâye ile tedavi yöntemi kapsamında elde ettiğimiz verileri, önce mantıklı ve anlaşılır bir şekilde betimleyip, daha sonra yapılan bu betimlemeleri, Mevlânâ’nın Mesnevî’sindeki hikâyeler bağlamında karşılıklı olarak yorumlayarak, birtakım sonuçlara ulaşmaya çalıştık.

---

<sup>50</sup> A.e., s. 140.

<sup>51</sup> A.e., s. 146-154.

<sup>52</sup> A.e., s. 158-161.

<sup>53</sup> A.e., s. 158-159.

<sup>54</sup> A.e., s. 159.

Yukarıda belirttiğimiz gibi, betimsel analizin aşamalarından ilki, bir çerçeve oluşturmaktır. Buna göre, hikâye ile tedavi yöntemi; mahiyeti, kullanımı, özellikleri, etkileri bağlamlarında organize edilerek sunuldu.

Tematik çerçeveye göre verilerin işlenmesi aşamasında ise, yukarıda belirtilen çerçevelere göre veriler okunarak alt başlıklara doğru organize edildi. Bulguların tanımlanması aşamasında, organize edilen veriler tanımlanarak gerekli yerlerde doğrudan alıntılarla desteklendi. Tanımlanan bulguların açıklanması, anlamlandırılıp yorumlanması ise son aşamada yapıldı.

Tezimizin teorik kısmında kullandığımız betimsel analiz tekniği yanında, bu teknikle elde ettiğimiz verileri, ‘Mesnevî’deki hikaye ve hikayenin insan psikolojisi üzerindeki etkileri bağlamında yapılan tespitlerle karşılaştırmalı olarak okurken de ‘eklektik yaklaşım’ın kullanıldığını da ifade etmek istiyoruz.

Çalışmamızda, psikoterapi ekollerinin hikayeye dair ortaya koyduğu özellik ve etkileri, eklektik bir tarzda bir araya getirdik. Böylelikle Mesnevî’yi, sadece bir ekolün sahip olduğu yaklaşımla değil, konumuzla bağlantılı tüm ekolleri inceleyerek elde ettiğimiz ortak özellik ve etkilerle karşılıklı okuyarak belli sonuç ve tespitlere vardık. Bu yaklaşımla, daha şümulü ve genele yönelik sonuçlar elde edebildiğimizi düşünmekteyiz.

# 1. BÖLÜM

## TEORİK VE KAVRAMSAL ARKAPLAN

Bu bölümümüzde, tezimizin temel kavramlarını oluşturan iki terim ayrıntılı olarak incelenecektir. ‘Psikoterapi’ ve ‘hikaye’ kavramlarının sözlük ve terim anlamları ile yapı ve içerikleri, tarihsel boyutları beraberinde derinlemesine ele alınacaktır.

### 1.1. Psikoterapi

#### 1.1.1. Sözlük Anlamı

Psikoterapinin sözlük anlamı, ruhsal yolla tedavi etmek veya hekimin hastayı etkilemek için kullandığı psikolojik yöntemlerin bütünü<sup>1</sup> şeklinde tanımlanabilir. Batı dillerinde kullanılan psikoterapi teriminin İngilizcesi olan ‘psychotherapy’ kelimesini incelediğimizde bu terimin, iki kelimenin birleşmesiyle oluşan bir bileşik isim olduğunu görürüz.

Kelimenin ilk yarısını oluşturan ‘psycho’ kelimesi Latince ‘psyche’ kelimesinden gelmektedir. Psyche, akıl<sup>2</sup>, can ve ruh mânâsındadır.<sup>3</sup> Kelimenin kökeni Grekçe’de, yine can, nefes ve ruh anlamlarına gelen, ‘psukhē (ψυχο)’ olup, nefes almak anlamına gelen ‘psukhein’ fiilinden türemiştir.<sup>4</sup> Kelime, Latinceye ‘psychē (psişe)’ olarak geçmiştir.

Terapi kelimesi ise; bir hastalık, bozukluk veya sakatlığın, herhangi bir yöntemle tedavisi demek olup<sup>5</sup>, kelimenin kökeni Grekçe ‘tıbbî olarak tedavi etmek’ anlamına gelen ‘threapeuin’ fiilinden türeyen ‘therapeia (θεραπεία)’ kelimesidir.<sup>6</sup>

---

<sup>1</sup> TDK Türkçe Sözlük, “Psikoterapi”, Ankara, Türk Dil Kurumu Yayınları, 1998, s. 1630.

<sup>2</sup> Utgan Kocatürk, “Psikoterapi”, Açıklamalı Tıp Terimleri Sözlüğü, Erzurum, Atatürk Üniversitesi Basımevi, 1981, s. 564.

<sup>3</sup> Şefik İbrahim İşcil, Türkçe Hekimlik Terimleri Üzerine Bir Deneme, Bursa, Bursa Yeni Basımevi, 1944, s. 686.

<sup>4</sup> Suat Sinanoğlu, “ψυχο”, Yunanca-Türkçe Sözlük, Ankara, Türk Tarih Kurumu Basımevi, 1953, s. 304.

<sup>5</sup> Kocatürk, a.g.e., s. 694.

<sup>6</sup> Suat Sinanoğlu, “θεραπεία”, Yunanca-Türkçe Sözlük, Ankara, Türk Tarih Kurumu Basımevi, 1953, s. 113.

Terapi; hastalıkların iyileştirilmesine, hafifletilmesine veya önlenmesine yönelik her türlü tıbbi, psikiyatrik veya psikolojik uygulamanın ortak adıdır.<sup>7</sup>

Sonuç olarak görülüyor ki, bu iki kelimenin birleşmesinden meydana gelen ‘psikoterapi’ (psychotherapy) teriminin sözlük anlamı, ‘ruhsal tedavi’ demektir.<sup>8</sup> Burada ruhsal tedaviden de kastın, psikişik hastalıkların ilaç ve cerrahi yöntemler kullanılmadan tedavi edilmeye çalışılması anlamına geldiğini de belirtmek gerekir. Bir sonraki bölümde bu kavram, mahiyeti bakımında daha ayrıntılı bir şekilde incelenecektir.

### **1.1.2. Tanımı**

Psikoterapi pek çok farklı kitapta, pek çok farklı şekilde tanımlanmaktadır. Burada bu tanımlamaları sıralı bir şekilde vermek yerine, her tanımın ihtiva ettiği ortak ve farklı özellikleri maddeleyerek tümevarımsal, kapsayıcı bir tanıma ulaşmaya çalıştık.

#### **1. Psikoterapi ruhsal bir tedavi yöntemi/ yöntemleridir.**

Psikoterapi, kök anlamından da hareket edersek ruhsal tedavi demektir.<sup>9</sup> ‘Ruhsal sağaltım’ olarak da adlandırılmaktadır.<sup>10</sup>

#### **2. Ruhsal dengesizlik durumlarının düzeltilmesine yardımcıdır.**

Psikoterapi, iç çatışmaların neden olduğu ruhsal ve fizyolojik görünümlü dengesizlikleri düzeltme etkinliğidir.<sup>11</sup> Davranışsal uyumsuzlukların ve duygulanımsal doğada olduğu varsayılan diğer sorunların, zihinsel bozuklukların<sup>12</sup>, akıl hastalarının, ruhsal rahatsızlıkların, davranış bozukluklarının vb. tedavisi veya semptomlarının hafifletilmesi amacıyla<sup>13</sup> kullanılır.

---

<sup>7</sup> Selçuk Budak, “Tedavi”, **Psikoloji Sözlüğü**, Ankara, Bilim Sanat Yayınları, 2000, s. 746-747.

<sup>8</sup> Orhan Hançerlioğlu, **Ruhbilim Sözlüğü**, İstanbul, Remzi Kitabevi, 1997, s. 292.

<sup>9</sup> Bakırcıoğlu, **a.g.e.**, s. 190.

<sup>10</sup> O. A. Gürün, **Psikoloji Sözlüğü**, İstanbul, İnkılap Kitabevi, 1991, s. 122.

<sup>11</sup> **A.e.**

<sup>12</sup> Oğuz Arkonaç, **Açıklamalı Psikiyatr Sözlüğü: İngilizce-Türkçe-Latince**, İstanbul, Nobel Tıp Kitabevleri, 1999, s. 468-469.

<sup>13</sup> Budak, **a.g.e.**, s. 625.



Emosyonel tabiattaki sorunları tedavi etmek maksadı ile de kullanılan<sup>14</sup> psikoterapide amaç, ister ruhsal açıdan sağlıklı; isterse de hastalıklı olan kişilerin kendilerini daha iyi anlamasını sağlamaktır.<sup>15</sup> Burada sağlıklı kişinin tedavi almasında kasıt, önlem içeriklidir.

Psikoterapi yardımı yoluyla; bireyin, kendini daha iyi tanınması sağlanmakta, problemlerini gerçek toplum ve çevre şartları içinde çözme gücü artırılmaktadır. Birey, böyle bir yardımla; davranışlarının türlü nedenlerini görebilir, kendini gerçekçi bir gözle değerlendirebilir, çeşitli duygu ve güdülerini doğal ve normal olarak kabul edebilir ve bunlara sağlıklı boşalma yolları sağlayabilirse; kendine güvenini kazanır ve ruhsallığını devam ettirebilir. Bugün bu amaçla, Avrupa ve Amerika'nın pek çok yerinde Psikolojik Danışma Merkezleri açılmıştır.<sup>16</sup>

### **3. Danışman ve danışan arasındaki iletişimle ortaya çıkar.**

Psikoterapi, iletişim yoluyla uygulanan bir tedavi yöntemidir. İletişim sisteminin iki ana ögesi kaynak ve alıcıdır.<sup>17</sup> Bunun kaynak ögesi, psikoterapide psikoterapist dediğimiz kişiye karşılık gelir.

Psikoterapi uzmanlık gerektirir. Bu bağlamda ortaya çıkan psikoterapi tanımı; 'eğitilmiş bir kişi tarafından verilen tedavi hizmeti'dir.<sup>18</sup> Psikoterapide uzmanlaşan kişiye psikoterapist ya da psikoterapi uzmanı denir.<sup>19</sup>

Psikoterapistler, psikoterapötik tedaviyi uygulamak için özel eğitim alırlar.<sup>20</sup> Terapist olarak çalışan psikologlar; klinik psikoloji, danışmanlık ya da okul psikolojisi eğitimi görmüşlerdir. Ayrıca çoğu psikolog, değişik psikoterapötik kuram, yaklaşım, teknik uygulamaları öğrenmek için lisans ya da sertifika programlarına katılır.<sup>21</sup>

---

<sup>14</sup> Kemal Sayar, **Psikolojiye Giriş**, İstanbul, Değerler Eğitim Merkezi Yayınları, 2008, s. 167.

<sup>15</sup> A.e.

<sup>16</sup> Feriha Baymur, **Genel Psikoloji**, İstanbul, İnkılap ve Aka Kitabevi, 1973, s. 99.

<sup>17</sup> İletişimin beş ana ögesi vardır. Bunlar: kaynak, mesaj, kanal, alıcı ve dönüttür.

<sup>18</sup> Sayar, **a.g.e.**, s.167.

<sup>19</sup> Kocatürk, **a.g.e.**, s. 566.

<sup>20</sup> Arkonaç, **a.g.e.**, s. 468.

<sup>21</sup> Rita Atkinson v.d., **Psikolojiye Giriş**, çev. Kemal Atakay, Ankara, Arkadaş Yayınları, 1999, s. 572.

Uygulayıcının kişisel eğilimlerine, yetiştiği ekole ve benimsediği yaklaşıma göre psikoterapi de farklı tanımlar ve farklı içerikler kazanmaktadır.<sup>22</sup> Psikoterapist, uyguladığı psikoterapi türüne göre farklı adlar alabilir; psikoanalist, davranışçı psikoterapist, hipnoterapist vb.

Psikoterapide, psikoterapistin, ruhsal bozukluğun iyileşmesi için hasta ile olumlu bir ilişki içine girmesi gerekir.<sup>23</sup> Kapsamlı araştırmalar, terapinin etkinliğini belirleyen şeyin, terapistin danışanıya kurduğu sağlam ve içten bağ olduğunu göstermiştir. Danışanlar iyi bir terapisti, kendi dünya görüşlerine empatik ve önyargısız olarak yaklaşan kişi olarak tanımlamışlardır. Bir başkasının kendisini, ıstırabını, sıkıntısını kısmen de olsa anlayabileceğine olan inancın, derinden derine tedavi edici bir etkisinin olacağı düşünülmektedir.<sup>24</sup>

Danışmanın olduğu yerde danışandan da bahsedilir. Bu kişinin, gönüllülük ilkesi kapsamında psikoterapi içinde tedaviye açık olması beklenmektedir. Psikoterapinin başarıya ulaşmasında sağaltımı uygulayan kişinin bilgisinin yanı sıra, hastadaki iyileşme istemi de büyük bir rol oynamaktadır.<sup>25</sup>

Psikoterapinin, ‘hasta ile problemleri tartışma, gerçeği izah etme ve onu ikna etme esasına dayanan tedavi yöntemi’ ve ‘hasta zihnini çeşitli yollarla (telkin, ikna vs.) etkileyerek hastalığı tedavi etme’<sup>26</sup> şeklindeki tanımlarını incelediğimizde, danışanın gönüllü olarak sürece faal olarak katılmasının terapinin ana şartlarından biri olduğunu görmekteyiz.

#### **4. Psikolojik vasıtalar kullanılır.**

Psikoterapi, psikolojik vasıtalar kullanılarak yürütülen bir tedavi yöntemi<sup>27</sup>, psikolojik kavram ve teknikleri kullanarak, bireyin davranış aksaklıklarını gidermeyi amaçlayan bir yaklaşımdır.<sup>28</sup>

---

<sup>22</sup> Budak, a.g.e., s. 625.

<sup>23</sup> M. Orhan Öztürk, **Psikanaliz ve Psikoterapi**, Ankara, Ankara Hekimler Yayın Birliği, 1990, s. 21.

<sup>24</sup> Sayar, a.g.e., s. 168.

<sup>25</sup> Gürün, a.g.e., 1991, s. 122.

<sup>26</sup> Kocatürk, a.g.e., s. 566.

<sup>27</sup> Sayar, a.g.e., s. 167.

Psikoterapik yöntemler; ruh ve us hastalıklarının iyileştirilmesinde yaşambilimsel sağaltım yöntemlerinin (elektroşok, ensülin komasi, ilaç, cerrahlık, fizikoterapi) yanındaki ruhsal yöntemleri kapsarlar.<sup>29</sup> Bu açıdan psikoterapi; akıl hastalıklarının, psikolojik (fizyolojik ve biyolojik olmayan) tekniklerle tedavi edilmesi anlamına gelir.<sup>30</sup> Öte yandan, uyumsuzluklar ve ruh hastalıklarının tedavisinde kullanılan metotların tümüne birden psikoterapi denmiştir.<sup>31</sup>

Terim, çeşitli teknikleri kapsamaktadır. Tedavilerde bunların hangilerinin uygulanacağı, hastalığın biçimine ve psikoterapistin seçimine göre değişir. Psikoterapide kullanılan yöntemler; telkin ve hipnoz, destekleyici psikoterapi, analitik psikoterapi, davranış tedavileri, varoluşçu psikoterapi, grup psikoterapisi, psikodrama<sup>32</sup> vb.dir.

Psikoterapi yöntemleri, çeşitli yönlerden ayrımlara tabi tutulabilir. Mesela bu yöntemler içinde zaman bakımından psikanaliz gibi uzun süreli sağaltım yöntemlerinin yanı sıra; telkine, iknaya, güdülemeye, hipnoza vb. dayanan kısa süreli yöntemler de vardır.<sup>33</sup>

Yöntemler, bağlı olduğu kurama göre veya bu kuramın psikolojiye bakış açısına göre çeşitlilik göstermektedirler: bilişsel, davranışsal yöntemler gibi.<sup>34</sup> Bugün dünyada, psikoterapi adı altında, bazıları birbirine benzer, bazıları taban tabana zıt yüzlerce farklı terapi yöntemi uygulanmaktadır.<sup>35</sup> Fakat, en geniş mânâda, her teknik veya usulün kullanımının; zihni, duygusal ve davranışsal hastalıklar üzerinde hafifletici ve iyileştirici etkileri vardır.<sup>36</sup>

---

<sup>28</sup> Doğan Cüceloğlu, **İnsan ve Davranış: Temel Kavramları**, İstanbul, Remzi Kitabevi, 1997, s. 584.

<sup>29</sup> Hançerlioğlu, **a.g.e.**, s. 292.

<sup>30</sup> Atkinson, **a.g.e.**, s. 574.

<sup>31</sup> Baymur, **a.g.e.**, s. 99.

<sup>32</sup> Aydın Anka, **Ruh Sağlığı ve Davranış Bozuklukları**, Ankara, Turhan Kitabevi, 1992, s. 158.

<sup>33</sup> Gürün, **a.g.e.**, s. 122.

<sup>34</sup> Budak, **a.g.e.**, s. 625.

<sup>35</sup> **A.e.**

<sup>36</sup> Arthur S. Reber, "Psychotherapy", **The Penguin Dictionary of Psychology**, England, Penguin Books, 1985, s. 598.

## 5. Değişim sağlayıcıdır.

Psikoterapilerin ortak ve temel özelliği, bireyde iyiye doğru değişimi sağlamalarıdır.<sup>37</sup> Eğitimli bir kişi, danışan kişiyle ilk olarak; mevcut belirtileri ortadan kaldırmak, değiştirmek, geciktirmek veya yavaşlatmak için, ikinci olarak; bozulmuş davranış örüntülerini azaltmak, tersine çevirmek ve yönlendirmek için, üçüncü olarak da; olumlu kişilik gelişimi ve büyümesi sağlamak için<sup>38</sup> psikoterapiyi kullanır.

Psikoterapi, yukarıda da bahsedilen tekniklerle, duygusal bozukluğu olan kişilerin davranışlarını, düşüncelerini ve duygularını, stresle ve diğer insanlarla daha kolay başa çıkma yollarını geliştirebilecekleri şekilde değiştirmelerine yardımcı olmayı amaçlar.<sup>39</sup> Genelde psikoterapinin, hasta ile tedavi eden arasında, hastayı eski, uyumsuz davranış kalıplarını unutmaya ve daha iyilerini öğrenmesi için kurulmuş bir ilişkiyi kullandığı söylenebilir.<sup>40</sup>

Tüm bu özellik ve açıklamalardan hareketle özet olarak psikoterapinin; ruhsal dengesizlik durumlarının düzeltilmesinde, bir danışman ve danışan arasındaki iletişim neticesinde, çeşitli değişimler sağlama amacıyla, çeşitli psikolojik vasıtalar kullanarak uygulanan ruhsal tedavi yöntemi/ yöntemleri olduğunu söyleyebiliriz.

### 1.1.3. Tarihçesi

Psikoterapinin tarihçesi, insanlık tarihi kadar eskidir. Tarih boyunca hekimler; hastalarına destek vermek, onları dinlemek, anlamak ve yardımcı olmak gibi destekleyici tedavi yöntemleri kullanmışlardır. Fakat, psikoterapinin tıbbın bir uzmanlık alanı haline gelmesi, 19. yüzyılın ikinci yarısına rast gelmektedir.<sup>41</sup>

Bilinen ilk inanışlara göre, olağandışı ve normal olmayan davranışları olan bir insan, kötü ruhların etkisi ile böyle davranmaktaydı. Bu anlayışın kaynağını, ilkel çağlardaki animistik düşünce oluşturmaktaydı. Kişiyi bu kötü ruhlardan kurtarmak

---

<sup>37</sup> Rasim Bakırcıoğlu, **Ansiklopedik Psikoloji Sözlüğü**, Ankara, Anı Yayıncılık, 2006, s. 190.

<sup>38</sup> Sayar, a.g.e., s. 167.

<sup>39</sup> Atkinson, a.g.e., s. 574.

<sup>40</sup> Arkonaç, a.g.e., s. 469.

<sup>41</sup> (çevrimiçi) <http://www.gata.edu.tr/dahilibilimler/cocukruh/psikoterapi.htm>, 15.06.2011.

için; dua, büyü, sihir gibi teknikler ve bitkilerden elde edilen müshiller kullanılmaktaydı. Eğer tüm bu yapılan uygulamalar başarısız olursa, aşırı bazı yöntemlerin kullanımına geçilmekteydi. Kamçılama, aç bırakma, yakma, hatta ölene kadar taşlama sık rastlanan aşırı uygulamalar arasındaydı.<sup>42</sup>

Daha ileriki zamanlarda bu anlayışa karşı gelen fikirlere sahip kişiler ortaya çıktı. Bunlardan biri, belki de ilki, Hipokrat( M.Ö. 460-377)'tı. O, geleneksel dini-sihri tedavi metotlarına karşı hem akla hem tecrübeye yer veren bir tıp anlayışı ortaya koymuştu.<sup>43</sup> O, akıl hastalıklarını kötü ruhlarla değil, vücut sıvılarının (ahlât-ı erbaa) dengesinde ortaya çıkan bir bozulma ile açıklayarak, bu hastalıkların doğüstü güçlere değil doğal etkenlere bağlı olduğunu söylemişti. Bilindiği üzere aynı dönemlerde Eflatun ve Aristo da büyüsel düşüncenin geçersizliğini belirtmişlerdir.<sup>44</sup>

Hipokrat ve onu izleyen Grek ve Romalı hekimler, akıl hastalıklarının daha insanî yöntemlerle tedavi edilebileceğini ileri sürmüşlerdir. Yukarıda saydığımız aşırı uygulamalara karşı olarak; uygun diyetler, egzersizler, masaj ve yatıştırıcı özellikte banyolar gibi uygulamaları kullanmışlardır. O dönemde bu tedavilerin uygulanacağı kurumlar olmamasına rağmen, akıl hastalarına, tapınaklarda büyük bir özenle bakılmakta, düş yorumları ve telkinler yapılmaktadır.<sup>45</sup>

Bu dönemi izleyen ortaçağda ise uygulamalar eski ilkel şekline bir dönüş yaşanmıştır. Bu dönem ilkel boş inançlar ile şeytana inanma tekrar ortaya çıkarken, akıl hastalarının şeytanla işbirliği yaptığına, doğüstü güçlere sahip olduklarına ve bu güçleri kullanarak sellere, salgın hastalıklara ve türlü felaketlere yol açtıklarına inanılmıştır. Bu sebeplerle akıl hastaları; dövülerek, aç bırakılarak, işkence yapılarak cezalandırılmış ve bu uygulamalar o dönemde binlerce akıl hastasının ölümüne neden olmuştur.<sup>46</sup> 12 ve 13. yüzyıllarda kilisenin bu uygulamalarına tepkiler artmış, sonrasında gelen Rönesans ile yeni düşünce ve bilim akımları gelişmiştir.

---

<sup>42</sup> Atkinson, a.g.e., s. 570.

<sup>43</sup> Esin Kahya, "Hipokrat", **Türkiye Diyanet Vakfı İslam Ansiklopedisi**, C:18, s. 120.

<sup>44</sup> (çevrimiçi) <http://www.gata.edu.tr/dahilibilimler/cocukruh/psikoterapi.htm>, 15.06.2011

<sup>45</sup> (çevrimiçi) <http://www.gata.edu.tr/dahilibilimler/cocukruh/psikoterapi.htm>, 15.06.2011.

<sup>46</sup> Atkinson, a.g.e., s. 570.

16 ve 17. Yüzyıllarda, özellikle İslam ve Yunan dünyasında ortaya çıkan düşünürlerden etkilenen Avrupa, hekimlik alanında farklı anlayışlara yönelmeye başlamıştır. İnsan anatomisi, fizyolojisi ve kan dolaşımı üzerinde nesnel çalışmalara başlanmıştır.<sup>47</sup>

17. yüzyılda, akıl hastalarının din adamlarınca değil, hekimlerce tedavi edilmesine karar verilmiş, 18. Yüzyılda, Fransız bir doktor olan Pinel, planlı psikoterapinin temel ilkelerini ortaya koymuştur.<sup>48</sup> Onun öncülüğündeki akım Avrupa ve Amerika'ya yayılmış ve hastalar hastanelerde uygun ortamlarda tedavi edilmeye başlanmıştır.

19. yüzyılda ise Alman ve Fransız ruh hekimleri önemli çalışmalar yapmışlardır. Fransa'da Morel, Magnan, Chorcot ve Piere Janet; Almanya'da Meynert, Kraepelin, Breuer, Freud, Jung ve Adler, günümüzdeki mânâda çağdaş psikiyatri ve psikoterapinin kurucularıdır.<sup>49</sup> Onlar, yeni yeni hastalıklar tanımlayarak sınıflandırmalara başlamışlar ve çoğu ruhsal bozukluğu, beyindeki dejenerasyona bağlamışlardır.<sup>50</sup>

Freud, 19. yüzyılın sonunda geliştirdiği psikanaliz kuramı ile ruh hekimliğindeki hastalık anlayışını ve tedavi yöntemlerini köklü bir biçimde etkilemiş ve ruh hekimliğine; bilinç, bilinçdışı, ruhsal aygıt yapısı, dürtü, psikososyal gelişme, çatışma ve savunma kuramları ve tedavi yöntemleri ile yeni araştırma ve uygulama alanları kazandırmıştır.<sup>51</sup>

Freud'la aynı zamanda yaşayan Rus Hekim Pavlov, koşullandırma ile öğretme denemeleri ve koşullu tepki kuramını geliştirmiş, davranışçı tedavilerin kaynağını oluşturmuştur. Yeni öğrenme kuramları geliştirerek psikanaliz okulu ile

---

<sup>47</sup> (çevrimiçi) <http://www.gata.edu.tr/dahilibilimler/cocukruh/psikoterapi.htm>, 15.06.2011.

<sup>48</sup> Atkinson, a.g.e., s. 570-571.

<sup>49</sup> (çevrimiçi) <http://www.humanitepsikiyatri.com/images/makaleler/m17.pdf>, 13.06.2011.

<sup>50</sup> (çevrimiçi) <http://www.gata.edu.tr/dahilibilimler/cocukruh/psikoterapi.htm>, 15.06.2011

<sup>51</sup> Duane P. Shultz ve Sdney Ellen Shultz, **Modern Psikoloji Tarihi**, İstanbul, Kaknüs Yayınları, 2001, s. 429-470.

yarış içinde olan davranışçı okullar, 20. yüzyılın ikinci yarısında ağırlık kazanmışlardır.<sup>52</sup>

Tüm bu akımlarla beraber, günümüzde de pek çok ekol ve yaklaşım, psikoterapi adına yeni çalışmalarla, yeni yöntem, teknik ve yaklaşımlar geliştirmeye devam etmektedir.

## 1.2. Hikâye

### 1.2.1. Tanımı

Sözlükte; anlatmak, nakletmek, aktarmak, tekrar etmek, benzemek, taklit etmek anlamlarında mastar olan hikâye<sup>53</sup>, terim anlamıyla gözlem ya da tasarımlar ürünü<sup>54</sup>, olmuş veya olması muhtemel<sup>55</sup>, gerçek ya da hayal mahsulü<sup>56</sup>, bir olay ya da olayların çevresinde kişilerin ilişkilerini anlatma esasına dayanan edebî türe denir.<sup>57</sup>

Olağanüstü olayların konu edildiği destan ve türüyle benzer özelliklere sahip olması sebebiyle hikâye, en eski edebî türler arasında yer almaktadır. Eski çağlarda, Doğu ve Batı kültürlerinde hikâye, müstakil ve bağımsız bir edebî tür olarak görülmemiştir. Tanımda da gördüğümüz bu kapsam genişliği, onun tarihsel gelişimine bağlanabilir. Kelime anlamından da hareketle ‘anlatma, benzetme, tarih, destan, kıssa, masal, rivayet’ sözcüklerini karşılar.<sup>58</sup> Anlatı türünün, destan, halk hikâyesi, masal aşamalarından geçerek öykü ve romana ulaşması, olaya dayanan her türlü anlatımın hikâye terimi ile nitelenmesine yol açmıştır. Bu yüzden, masal, fabl, menkıbe, kıssa, fıkra ve latifeler gibi edebî türlerle karıştırılmıştır. Bu açıdan birçok yazarın hikâyeyi; masal, efsane, menkıbe, kıssa, fabl, atasözü, tekerleme vb. karşılığında kullandığını bilmekteyiz.<sup>59</sup>

---

<sup>52</sup> A.e., s. 281-345.

<sup>53</sup> Hüseyin Yazıcı, “Hikâye”, *Türkiye Diyanet Vakfı İslam Ansiklopedisi*, C:17, s. 479.

<sup>54</sup> Atilla Özkırmı, *Türk Edebiyatı Ansiklopedisi*, C:3, İstanbul, Cem Yayınevi, 1984, s. 634.

<sup>55</sup> Arslan Tekin, *Edebiyatımızda İsimler ve Terimler*, İstanbul, Bilge Oğuz Yayınları, 2010, s. 285.

<sup>56</sup> Özkırmı, a.g.e., s. 634.

<sup>57</sup> Yazıcı, a.g.md., s. 479.

<sup>58</sup> Özkırmı, a.g.e., C:3, s. 634.

<sup>59</sup> Tekin, a.g.e., s. 720.

Hikâye, doğu dillerinde olduğu kadar batı dillerinde de modern özelliklerini kazanıncaya kadar değişik adlarla anılmıştır.<sup>60</sup> Bu açıdan biz de bu çalışmamızda ‘hikâye’ teriminden kastımızın, 19. yy da yeni bir kimliğe bürünerek tanımlanan hikâyeden çok, onu da içine alarak daha geniş anlamı ile tarihsel süreçte değişik şekillerde ve isimlerde neşet etmiş anlatı türlerini kast ettiğimizi vurgulamak istemekteyiz.

Çalışmamızın örnek metinini oluşturan Mevlânâ’nın Mesnevî’deki hikâyeler de yukarıda bahsettiğimiz, hikâyenin tarihsel kullanımı içerisinde, yer yer olağanüstü özelliklerin ön plana çıktığı masallara; yer yer eğitici yönün vurgulandığı ve dînî özelliğe sahip kıssa ve menkıbelere; yer yer hayvanların konuşturulmasıyla oluşturulan fabl edebî türüne ve zaman zaman da nükte ve eğlendirici unsurlar taşıyan fıkra ve latifelere benzer özellikler taşımaktadır.

Hikâye terimindeki bu kavram karışıklığı sadece Türkçede olan bir problem de değildir. Mesela Fransızca masal mânâsına gelen ‘conte’ anlatım mânâsında ‘recit’, tarih mânâsında ‘historie’ kelimeleri aynı zamanda hikâye için de kullanılmıştır.<sup>61</sup>

Çalışmanın önemli bir kısmında istifa ettiğimiz İngilizce kaynaklarda da bu yönde karışıklıkların olduğu görülmüştür. İngilizce’de ‘story’, ‘tales’, ‘metaphor’ gibi kelimeler birbirlerinin yerlerine kullanılmaktadırlar. Onlar da, Türkçedeki hikâye gibi, birinin tecrübesinden neşet etmiş, gerçekliğin algısıyla temellenmiş ya da birinin zengin hayal dünyasında yaratılmış olabilirler. Eğlendirici ya da eğitici olsun, hepsi bir noktayı işaret etmekte, bir mesaj taşımakta ya da bir ahlak kuralını ifade etmektedirler.<sup>62</sup>

İlgili kitaplarda bu terimler arasında bazı farklılıklar olduğu söylenmektedir. ‘Story’ kelimesi, bir olay ya da olay dizisini ifade eder.<sup>63</sup> ‘Story’, gerçek olaylar kadar imgesel olayları da anlatır ve bir efsane, mit, anekdot, roman ya da haber maddesi formunda olabilir. Uzun olsun, kısa olsun, sözle ya da yazıyla

<sup>60</sup> Yazıcı, a.g.md., s. 480.

<sup>61</sup> A.md., s. 480.

<sup>62</sup> Burns, a.g.e., s. 28.

<sup>63</sup> A.e.



anlatılabilirler. Bir olayın en kısa özeti ve en uzun roman, aynı karakteristikleri paylaşabilirler. Dinleyici ya da okuyucunun dikkatini çekmek için tasarlanmış bir başlangıçları vardır. Ve son olarak, hikâye genellikle eğlendirmek, bilgi vermek ya da eğitmek amaçlı tasarlanmış bir sona ulaşır.<sup>64</sup>

‘Tale’ ile ifade edilen diğer bir anlatım formu, hikâyeye (story) benzer yapıya sahiptir. Zaman zaman gerçek olmakla beraber, bazen kurgudurlar. Genellikle ‘tale’, diğer türlere oranla, hayal gücü temasıyla birleştirilmeye daha yatkındırlar. Bu yüzden bazen, yalan olarak yorumlanırlar. Anlatılan şeydeki kuşkuyu ifade etmesi açısından, “bana maval (tale) okuma”, “bu sadece bir palavra (tale)” gibi şekillerde kullanılırlar.<sup>65</sup>

‘Anecdote’ kelimesi, aslını Yunancadaki ‘basılmamış şeyler’ anlamına gelen ‘anekdota’ kelimesinden almaktadır. Anekdotlar, bilimsel topluluğun baskısıyla onaylanmamış hikâyelerdir ve bir gazete makalesi olarak bile kabul görmezler. Kişisel ve aynı zamanda tecrübîdirler. Öznelliğin özünü taşırlar ve komik, enteresan bir olayın hikâyeye edilmiş şeklidirler.<sup>66</sup>

Metafor, anlatının başka bir formudur. O, bir tecrübe alanından bir ifadeyi alır ve onu diğer bir tecrübe alanı hakkında bir şey söylemek için kullanır. Metaforlar ilerleyen bölümlerde ayrıntılı olarak incelenecektir.

Görüldüğü üzere, Türkçede olduğu gibi İngilizcede de hikâyeye anlatı türü farklı kelimelerle ifade edilmektedir. Fakat Türkçede ‘hikâyeye’; İngilizcede de ‘story’ kelimeleri, konumuz bağlamında, istenilen anlamı vermekte yeterli görülmektedir.

### 1.2.2. Tarihi

Hikâyeye anlatma geleneği, tarihin en eski devirlerine dayanır. Bazıları hikâyenin yazının bulunduğu tarihte ortaya çıktığını ileri sürmektedirler.<sup>67</sup> Buna örnek olarak, bir hayvanı nasıl avladığını hareket ve sözcüklerle anlatan insanın aslında hikâyeye anlattığı söylenmektedirler. İlk mağara resimlerinde, Eski Mısır, Hitit

---

<sup>64</sup> A.e.

<sup>65</sup> A.e., s. 28-29.

<sup>66</sup> Burns, a.g.e., s. 29.

<sup>67</sup> Özkırımlı, a.g.e., C.3, s. 635.

ve Yunan kabartmalarında da temelde bir hikâye söz konusudur.<sup>68</sup> Bunların dışında, milattan önce 2000 yılına ait kil tabletler üzerinde kayıtlı bulunan Gılgamış Destanı, hikâye türünün kayıtlı ilk örneği niteliğindedir.<sup>69</sup> Gılgamış ve diğer erken devir hikâyeler, antik dönem medeniyetlerinden kalan birkaç eser niteliğindedir.<sup>70</sup>

Tanım bölümünde de bahsedilen iç içeliğe göre, toplumsal gelişime koşut olarak ayrılmaya uğramış sözlü anlatıda; mitler, efsaneler ve destanlar hikâyeye dayanmıştır. Bu aşamada hikâye bir tür değil, genel olarak anlatının eş anlamlısıdır. Biçimi değil, özü belirtmede kullanılmıştır. Böylece olay anlatımına dayanan bütün türler (fabl, masal, fıkra vb.), hikâye kavramı içinde düşünülmüştür.<sup>71</sup>

Hikâyeler, her zaman ve her yerde halkla birlikte varlıklarını sürdürmüşlerdir. Onlar sadece sözlü olarak zamanı aşmakla kalmazlar; aynı zamanda her insan kültüründe kaydedilmektedirler.<sup>72</sup> İnsanlığın, hayat ve tabiat karşısındaki ortak duygu ve düşüncelerini işlerler. Bu yüzden bir ülkenin belirli bir yerinde tespit edilen bir anlatıya, o ülkenin çeşitli farklı bölgelerinde ufak değişikliklerle rastlanabilir.<sup>73</sup>

Daha detaylı incelendiğinde hikâye türünün, batı ve doğu milletlerinde benzer bir gelişim süreci gösterdiği görülür. Hikâye anlatımı, Hartland'ın dediği gibi, "evrensel olarak insan zihnine aşıl原因 bir içgüdüdür".<sup>74</sup> Önceleri Yunan Destanları'nın, daha sonra Tevrat ve İncil'de bulunan kıssaların batı hikâyeciliğine kaynaklık etmesi gibi, doğu hikâye geleneğinde de Hint ve Cahiliye Devri Arap hikâyeleriyle ve nihayet Kuran-ı Kerim'deki kıssaların etkisi görülmektedir.<sup>75</sup> Bu açıdan, batı hikâyelerini anlatan bir nine de, doğunun profesyonel masalcıları kadar geçmişimize aittir. Bunun nedeni hikâyelerin; akıl, mantık ve başarı ilkelerinden çok,

---

<sup>68</sup> A.e.

<sup>69</sup> Michelle Heffner, *Experimental Support for The Use of the Story telling to Guide Behaviour: The Effects of Story Telling on Multiple and Mixed Fixed Ratio*, Basılmamış Doktora Tezi, West Virginia University, Department Of Psychology, Morgantown, 2003, s. 1.

<sup>70</sup> Heffner, a.g.e., s. 1.

<sup>71</sup> Özkırımlı, a.g.e., C.3, s. 635.

<sup>72</sup> Heffner, a.g.e., s. 1.

<sup>73</sup> Tekin, a.g.e., s. 721.

<sup>74</sup> E.S. Hartland, *The Science of Fairy Tales*, London, Walter Scott, 1891, s. 2.

<sup>75</sup> Yazıcı, a.g.e., s. 480.

sezgi ve fantezi ile ilişkili olması olabilir.<sup>76</sup> Bu konuda öne sürülen daha uç yaklaşıma göre de doğu ve batı hikâyeleri ortak köklere sahiptir, fakat tarihsel ve politik gerginlikler sonucu birbirinden ayrılmışlar.<sup>77</sup>

Modern çağa doğru, dünya edebiyatlarının klasik dönemlerinde diğer edebî türlerden gittikçe uzaklaşarak bağımsız bir tür özelliği kazanan hikâye; örflerin, duyguların ve karakterlerin çok defa bir macera vakasıyla anlatılması şeklinde görülür. Modern anlamda hikâyenin Batı’da ilk örnekleri 18.yy’da görülmeye başlar ve 19.yy’da roman türünden ayrılarak adına küçük hikâye denilen tür ortaya çıkar.<sup>78</sup> Bugün dünyada, hikâye denildiğinde işte bu hikâye türü anlaşılmaktadır.

### 1.2.3. Yapısı ve İçeriği

Hikâye pek çok unsurun bir araya gelmesiyle oluşmaktadır. Hikâyenin unsurlarından ilki olaydır. Hikâyede çokluk tek bir olayla anlatılır.<sup>79</sup> Bir olayda ele alınan hayalî-gerçek, soyut-somut, maddi-manevi birtakım konu, problem ve motifler, insanları eğlendirirken örnek olma özelliği de taşır.<sup>80</sup> Bunun yanında, içinde hiçbir olay anlatılmayan hikâyeler de vardır.<sup>81</sup>

Hikâyenin unsurlarından bir diğeri karakterdir. Hikâyede ele alınan kişilerin hayatlarının belli ve kısa bir anı işlenir, karakterlerin bir yönleri üzerinde durulur.<sup>82</sup> Olayları meydana getiren veya etrafında birtakım olaylar meydana gelen kahramanlar, belli yer ve zamanda yaşamış olan bir topluluğun belli fertleri olabilirler. Kahraman; ‘bir padişah, bir tüccar, dervişin biri’ gibi ifadelerle belirsiz bir hale getirilerek verileceği gibi açıkça ifade de edilebilir.<sup>83</sup>

Özel olarak Türk anlatılarında ise, her tabakadan, her meslekten kişilere rastlanır. Padişah, şehzade, vezir, tüccar, köylü, kocakarı, cadı, cariye, halayık, hırsız, şeyh, derviş vb. karakterler, taşıdıkları özellikler bakımından Türk toplumunun

---

<sup>76</sup> Peseschkian, a.g.e., s. XII.

<sup>77</sup> A.e., s. 2.

<sup>78</sup> Yazıcı, a.g.md., s. 480.

<sup>79</sup> Tekin, a.g.e., s. 285

<sup>80</sup> A.e., s. 721.

<sup>81</sup> A.e., s. 285.

<sup>82</sup> A.e.

<sup>83</sup> A.e., s. 721.

---

insanlarıdır. Bu insanlar arasında akıllı-aptal, doğru-sahtekâr, adil-zalim insan tipleri görülebilir. Anlatılar, bu kahramanlar vasıtasıyla, örnek alınacak veya kötülüklerinde sakınılacak insanları dinleyici karşısına çıkarır. Hemen bütün anlatılarda müspet yönler güzel ve iyide, kusurlar ise çirkinde ve kötüdedir. Ve sonunda daima olumlu tipler kazanır.<sup>84</sup>

Hikâyelerin bir diğer özelliği de, meydana geldikleri zaman bir kişinin malı iken, yaygınlaştıkça, yöreden yöreye, ülkeden ülkeye geçtikçe ilk söylenenleri unutulur, toplumun malı olmalarıdır.<sup>85</sup> Kendilerini meydana getiren kişinin hikâye üzerindeki varlığı, toplumun ortak değerlerini bünyesine almaktadır.

---

<sup>84</sup> Tekin, a.g.e., s. 721.

<sup>85</sup> A.e.

## 2. BÖLÜM

### HİKÂYE İLE PSİKOTERAPİ

Bu bölümde, psikoterapide kullanılan bir teknik olan ‘hikaye ile tedavi’ yöntemi incelenecektir. Teknik öncelikle genel mahiyeti bakımından ortaya konacaktır. Sonrasında tekniğin kullanımı, tarihte ve çağdaş dönemde olmak üzere iki başlıkta ele alınacaktır. Tarihteki kullanımı da ‘gelenek ve kültürlerde’ ve ‘dinlerde’ olmak üzere farklı başlıklar altında incelenecektir.

Çağdaş kullanım içerisinde de tekniği, günümüz psikoterapi yaklaşımları içinde kullanan ekoller incelenmiştir. Bu ekollerin hikayeleri, hangi bilimsel zemin ve temellendirmeler üzerinde kullandıkları ayrıntılı olarak ortaya konmuştur.

Bölümün sonunda, bu yaklaşımlardan elde ettiğimiz veriler, betimsel analiz yönteminin adımları uygulanarak mantıklı ve anlaşılır bir biçimde ilişkilendirilip anlamlandırılmış ve hikayelerin psikoterapötik özellik ve etkileri belli maddeler halinde bir araya getirilmiştir.

#### 2.1. Mahiyeti

Hikâye anlatımı evrenseldir. Gerek insanlık tarihinin başından itibaren, gerekse bireysel milat kabul edebileceğimiz doğumla beraber insanlar hikâyelerle iç içe olmuşlardır.

Çoğumuz, küçükken dinlediğimiz hikâye ve masallardan nasıl büyülediğimizi ve onların bizde oluşturduğu hayret ve heyecan ile nasıl farklı duygular yaşadığımızı hatırlarız ki hikâyeler; bizi fantastik dünyalara götürür ve hayal gücümüzde seyahate çıkarırlardı. Bize keşfetmemiz gereken dünyalarda rehberlik eder, henüz farkına varmadığımız tecrübelerle zihnimizi açar; korku, üzüntü, zevk ve heyecan duygularımızı harekete geçirirlerdi.<sup>1</sup>

Bununla beraber hikâyeler, sadece çocukluğumuzda saklı, orada kalmış anılar değildir. Onlar, bir yetişkin, belki ebeveyn veya sosyal bir birey olarak bizlere önemli faydalar sağlamaktadırlar. Onlar, iletişim kurmadaki işlevleriyle anne-

---

<sup>1</sup> Burns, a.g.e., s. XVI.

baba, dede-nine ve çocuklarımızla ilişki kurmamıza yardım ederler. İnsanlar onlarsız zayıf kalır; ilgi ve tecrübelerini nasıl geliştirecekleri noktasında zorluk ve sıkıntıya düşerler.<sup>2</sup>

Biz hikâyelerle doğarız. Ve öldüğümüzde bizden geriye kalan da hikâyelerdir.<sup>3</sup> Küçükken dede ve ninelerimizin anlattığı hikâyeleri dinlerken, büyüdüğümüzde bize değerleri, ahlakı ve sosyal beklentileri öğretmesi için yine onları okuruz. Bu hikâyeler, hayatımızı şekillendirmemizi sağlarlar.

Buradan hareketle psikobiyojoloji üzerine yapılmış bazı araştırmalar, hikâyelerin düşünme ve hissetme şeklimizi farklılaştırabildikleri ve zihin-beden işleyişimizde bazı değişikliklere neden olduklarını ifade etmektedir.<sup>4</sup>

Hikâyeler, bir tür ve kişi olarak değişimimizin en önemli parçalarıdır. Bütün bu söylediklerimize binaen, Burns'e göre, eğer onlar hayatın bu kadar içinde ve onun bir parçası iseler, onların psikoterapinin bir parçası olmaması ne mantıklı ne de doğaldır.<sup>5</sup> Bir terapist için de onlar zengin, önemli ve güçlü yardımcılarıdır.

Hikâyenin, bu özelliklerini fark eden psikoloji uzmanları; hikâyeyi, yapı ve etki bakımlarından incelemeye başlamış ve üzerlerinde türlü analizler yapmışlardır. Bu analizler, hikâyelerin davranış modeli sağladıklarını, motivasyon oluşturduklarını, kişinin kendi ürettiği kurallarının (self-generated rules) gelişimini kolaylaştırdıklarını söylemektedir.<sup>6</sup> Belli psikoterapistlere göre, hikâyeler; önemli noktalara işaret etmekte, çözümler önermekte, hastanın anlayışını kuvvetlendirmekte ve motivasyonunu artırmaktadır.<sup>7</sup>

Psikologlara göre, hikâyelerin etkileri, onların davranışa yön verme güçleri altında yatmaktadır. Hikâyeler, mecaz ve metaforlar olarak, hastalara istenilen davranışlara sahip olmalarında ve iyileştirmelerinde yardımcı olmaktadır.<sup>8</sup> Bu açıdan

---

<sup>2</sup> A.e., s. XVI.

<sup>3</sup> A.e., s. XVIII.

<sup>4</sup> C. Pert, "Neuropeptides, Receptors, and Emotions", *Cybernetics*, sayı:1, 1985, s. 33-34.

<sup>5</sup> Burns, a.g.e., s. XVII.

<sup>6</sup> Heffner, a.g.e., s. II.

<sup>7</sup> Zeig, *A Teaching Seminar with Milton H. Erickson*, s. 9-29.

<sup>8</sup> Burns, a.g.e., s. 3-4.

onlar, terapi ile hasta arasında aracı olarak kullanılabilen önemli yardım kaynaklarıdır.

Ulaşılan bu ve buna benzer bulgular sonucunda psikologlar hikâyelerin terapi esnasında kullanabileceğini iddia etmiş ve bunu uygulamalarıyla gerçekleştirmişlerdir.

Farklı ekollerden pek çok psikoterapist, hikâyelerin terapide kullanımı üzerinde çalışmış, uygulamalar yapmış ve onları terapi seanslarının bir unsuru haline getirmişlerdir. Böylelikle hikâyeler, çağdaş psikoterapide, 'hikâye ile tedavi' adı altında bir terapi yöntemi ve destekleyici unsur olarak kullanılmaya başlanmıştır.

Bir sonraki bölümde, geçmişten günümüze, hikâyeleri terapötik özelliklerinden faydalanarak kullanan kişi, toplum ve ekoller incelenmiştir.

## **2.2. Kullanımı**

Hikâye ile tedavi, tarih boyunca, çeşitli amaç ve şekillerde kullanılmıştır. Bu tedavi metoduna tarihsel bir gözle baktığımızda, onun kullanımını, geleneksel ve çağdaş olmak üzere iki başlık altında incelemenin daha uygun olduğu sonucuna vardık. Bu amaçla aşağıda, bu ayırım; 'Tarihte Hikaye ile Tedavi' ve 'Çağdaş Yaklaşımlar' olmak üzere iki ana başlık altında incelenmiştir.

### **2.2.1. Tarihte Hikâye ile Tedavi**

#### **2.2.1.1. Gelenek ve Kültürler**

Hikâye ve insan arasındaki bağ, insanlık tarihimize derinlemesine sarılı bir bağıdır. Zamanın tanımlayamadığımız bir çağında, biri, bir yerde hikâye anlatmaya başlamış ve o zamandan itibaren hikâyeler, insan toplumunun ayrılmaz bir parçasını oluşturmuşlardır.<sup>9</sup> Bu vasıfları onları, zaman ve kültür üstü bir yapıya erdirmektir.

---

<sup>9</sup> Burns, a.g.e., s. 3-4.

Geleneksel hikâye anlatımı; bir yaşam şekli ve yaşam felsefesi, akıl, beden, ruh ve çevre arasında var olan dinamik ilişkiyle oluşmuş uyumdan ortaya çıkan bir varoluştur.<sup>10</sup>

Hikâyeler, eğitici bir araç olarak etkinliğini uzun zamandır kanıtlanmış evrensel başvuru kaynaklarıdır.<sup>11</sup> Hikâyelerin; eğlenme, vakit geçirme, zevk alma, eğitim vb. gibi birçok fonksiyonu olduğu bilinmekle beraber, hikâye anlatmada asıl gözetilen amaç ve diğerleri içinde en önemli sebep, kıssadan hisse çıkarma anlayışıdır. Bu anlayış geçmişten günümüze; hikâye, peri masalı, mitos, mesel, fıkra vb. anlatımların, sanat değerleri dışında halk pedagojisi ve terapisinin araçları olarak neden kullanıldığının sebebini vermektedir. Psikoterapi biliminin ortaya çıkmasından çok önce, bu araçlar, insanların birbirlerine yardımcı olmalarında kullanılmıştır.<sup>12</sup>

Arkaik kültürlerden, İncil kıssalarından, sûfi hikâyelerinden, zen öğretilerinden ve peri masallarından çıkardığı metaforları karşılaştırmalı olarak inceleyen Groth-Marnat, “Kendilerine yarar sağlamalı ki, değişim elde etme anlamında metaforik hikâyelerin kullanımı, çoğu kültürde tarih boyunca (ve tarih öncesinde) meydana gelmiş görünüyor” diyerek hikâyelerin fayda sağlayıcı rolünü tarihsel olarak çıkarsamıştır.<sup>13</sup> O, terapi uygulayıcılarını, terapötik kapsamın zenginliği ve değişim stratejilerinin çeşitliliği içinde, bu tarz geleneksel hikâyeleri araştırmaya ve onlardan yararlanmaya teşvik etmektedir.<sup>14</sup>

Hikâyeler, doğu kültürlerinde genellikle bir telkin aracı olarak kullanılmışlardır. Cemil Meriç’in de dediği gibi, “Avrupa’da masal için önemli olan hikâyenin kendisidir. Oysa doğu kültüründe masaldan çıkarılacak ders esastır”.<sup>15</sup>

Doğu’da hikâyeler; bilgelik, ahlak, felsefe bağlamında, hayata dair önemli anlamlardır. Bazı doğu kültürlerinde, hikâyelerin önemi üzerine hikâyeler

---

<sup>10</sup> A.e., s. XIX.

<sup>11</sup> A.e., s. XX.

<sup>12</sup> Peseschikian, a.g.e., s. 10.

<sup>13</sup> G. Groth-Marnat, “Past Cultural Tradations of Therapeutic Metaphor”, *Psychology: A Journal of Human Behaviour*, sayı: 29, 1992, s. 7.

<sup>14</sup> Burns, a.g.e., s. 33.

<sup>15</sup> Ali Fuat Birkan, *Masal Estetiği*, Timaş Yayınları, İstanbul, 2001, s. 7.



anlatılmıştır. Nepal'den bir halk hikâyesi buna örnektir. Bu hikâye bize, bazı hikâyelerin, 'dinlenilmesinin' önemini anlatması yanında, sadece 'dinlemenin' bile ölüm ya da yaşam için bir mesele olabileceğini söyler.

Hikâye, tutku derecesinde hikâye seven bir kralın, dünyanın en ünlü hikâye anlatıcılarını krallığına getirmesi ile başlar. Bu hikâye anlatıcıları hikâyelerini, her gece krala ve maiyetine anlatırlar. Bu hikâyeler, gün boyu memleket işleri ile uğraşan kralın dinlenip gevşemesini sağlar. Fakat kral o kadar gevşeyip rahatlar ki, ister istemez hikâye sonlanmadan uykuya dalar. Bu ise, saygısızlık ve uğursuzluğun bir kaynağıdır. Hikâyede kralı ana karakter olarak kullanmak; güçlü ve önemli bir kişi olsa bile, herkesin hikâyelerin mesajını işitmek zorunda olduğunu vurgulamaktadır. Çünkü hikâyeler, insanların mutluluğu ve iyi olmalarını sağlamada yarar sağlayan esaslardır.

Kralın, hikâye dinleme etiğini devamlı ihlal etmesi Hikâyeler Tanrıçası'nı kızdırır. Ona göre, kral ve onun insanları, tamamlanmamış hikâyelerle nasıl mutlu yaşayacaklardır? Tanrıça, kralın vezirinin rüyasına girerek onu, kralı ya hikâyelerin tamamını dinlemesi ya da hiç dinlememesi konusunda uyarmasını ister. Vezir, krala rüyasından bahseder. Bunun üzerine kral uyanık kalacağını söyler fakat gecenin ilerleyen vakitlerine doğru aklı gitmeye, gözleri kapanmaya başlar ve sonunda uykuya dalar. Buna çok sinirlenen Hikâyeler Tanrıçası, tekrar vezirin rüyasına girerek ona, kralın uykuya dalması üç gün daha yinelenirse, sabahında üç farklı şekilde öleceğini söyler. Ve eğer vezir, bu haberi krala söylerse, onu da taş çevirecektir. Üç gün boyunca kral tekrar tekrar uyur ve üç gün de vezir, kralı ölümden kurtarır. Üçüncü günün sonunda, artık olup biteni krala anlatır.

Kral üzüntü ve suçluluk duyar ve bir daha hikâye dinlerken uykuya dalmayacağına ya da dinlemeyi bırakmayacağına dair yeminler eder. İnsanlarını, hikâyelere, hikâye anlatıcılarına ve dolayısıyla Hikâye Tanrıçası'na saygı göstermeye teşvik eder. Onlar sadece hikâyenin kelimelerini değil, içerdiği mesajı da alırlar ve hikâyelere saygı duyarak, onları hayatlarında kullanırlar.<sup>16</sup> Bu hikâye, doğu

---

<sup>16</sup> Burns, a.g.e., s. XXiii-XXiv.

kültürlerinde, hikâyelere işlevleri doğrultusunda verilen değer hakkında bize çok şey söylemektedir.

Uzak doğudan Arap kültürlerine doğru geldiğimizde, hikâyelerin psikoteröpic işlevleriyle kullanıldıklarına dair çok sayıda örnekle karşılaşırız. Ortadoğu hikâyeleri, kaynak ve iletişim aracı olmalarının yanı sıra, psikoterapide kullanılan birer vasıtadırlar.<sup>17</sup> Bunlardan en ünlüsü, ‘Binbir Gece Masalları’dır. Bu masallarda, akıl hastası sultanın, hikâyelerle nasıl tedavi edildiği görülür. Sultan Şehriyar, Şehrâzât’ın anlattığı hikâyelerle tedavi edilir. O, hikâyeler anlatarak ve bu hikâyeler hakkında bazı tartışmalar yaparak hem kendi hayatını kurtarmış, hem de sultânın bakış açısını değiştirerek, kadınlara ilişkin önyargılarını ve işlevsel olmayan düşüncelerini değiştirmiştir.<sup>18</sup> Aslında bu hikâyeler sadece sultan için değil, onların içerdiği noktaları içselleştiren ve onlardan çıkardığı sonuçları özümseyerek hayatına tatbik eden kişiler için birer tedavi aracıdır. Başka hikâyeler de -ister Doğu’dan ister Avrupa’dan isterse diğer kültürel bölgelerden gelsinler- aynı şekilde işlev görürler.<sup>19</sup>

Batıya geldiğimizde, Grek masallarının en önemli ve ilk örneklerinden sayılan Aesop’un fablları gibi, zamansız klasik hikâyelerin çoğunun, milattan önceki yıllarda yazıldıktan asırlar sonra bile, verdiği derin ve basit bilgelikle, hala değerini koruduğunu görürüz.<sup>20</sup> Bununla beraber, Batı’daki ilk dönem hikâyelerin birçoğunun ilk hallerine, Hint kültüründe de rastlanmaktadır. Zaten genel olarak Hint kültürü, hikâye ve masalların kaynağı olarak kabul edilmektedir.<sup>21</sup> Önceki bölümde de vurgulandığı gibi, evrensel nitelik taşıyan hikâyelerin, kişilerin olaylar karşısında hissettikleri şeyleri benzer duygu ve düşüncelerle sembolleştirmeleri gayet doğaldır.

Doğu kültürü içinde değerlendirebileceğimiz Türk kültüründe neşet eden klasik eserlerin birçoğu da, dini ve tasavvufî telkini, hikâyeler yolu ile vermektedir. Mesnevî, Bostan, Gülistan, Marzubannâme, Baharistan, Tutinâme gibi klasik

---

<sup>17</sup> Peseschkian, a.g.e., s. XII.

<sup>18</sup> Ulaş Aracı, **Sûfî Hikâyelerinin Kullanıldığı, Bilişsel-Davranışçı Yaklaşımla Bütünleştirilmiş Biblioterapinin İşlevsel Olmayan Düşünceler ve Kendini Gerçekleştirme Üzerindeki Etkisi**, Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tez, Ankara Üni. Eğitim Bil. Enstitüsü, Ankara, 2007, s. 123.

<sup>19</sup> Peseschkian, a.g.e., s. 10.

<sup>20</sup> Burns, a.g.e., s. 27.

<sup>21</sup> Birkan, a.g.e., s. 14.

eserlerimizin çoğunda hikâyelere rastlanmaktadır.<sup>22</sup> Doğu ve İslam kültürüne ait hikâye anlatım geleneği, üçüncü bölümde ayrıntılı olarak işlenecektir.

### 2.2.1.2. Dinler

Dinler ve felsefi ekoller, mesajlarının daha iyi anlaşılıp kavranması için hikâyelerden yararlanmışlardır. Hikâyeler; ahlakî, felsefi ve dini mesajları iletmek için uygun vasıtalarlardır.<sup>23</sup>

Tarih boyunca pek çok kültür; değer, ahlak ve standartları iletmek için hikâyeleri kullanmıştır. Buda, Hz. İsa, Hz. Muhammed ve Lao-tzu vb. dînî şahsiyetler, verdikleri mesajı hikâyelerle somutlaştırarak anlatmışlardır. Onlar; gerçeklerden, istatistiklerden ya da kanıt menşeli bilgilerden yapmış oldukları alıntılar yanında, bunları destekleyici olarak yaşamın hikâyelerinden bahsetmiş, takipçilerine tecrübe ve yorumlara ulaşmalarını sağlayan hikâye içi mesajlar sunmuşlardır.

Onların hikâyeleri, binlerce yıldır yaşamakta ve mensupları tarafından hala tekrar tekrar anlatılmaktadır. Anlattıkları hikâyelerdeki prensipler, takipçileri tarafından hayata geçirilip yaşatılmaktadır.

Dinî gelenekler içindeki yoğun hikâye kullanımı, onların hayat boyu davranış rehberliğindeki ilgi çekici önemine işaret ederek, davranışı yönlendirme özelliklerini kanıtlar niteliktedir.<sup>24</sup> Dini anlatımlarda kullanılan hikâyeler, söyleyenin vermek istediği mesajı güçlü ve hatırlanabilir kılmaktadır.<sup>25</sup>

Hikâyelerdeki tiplmeler, iletmek istenen fikirleri örneklendirme kolaylığı vermesinin yanı sıra; soyut anlatımlarda, örneklerle somutlaştırma sağlama imkânı vermekte ve bu özellikleri, dinî ve felsefi konuların anlatımı için fevkalade yarar sağlamaktadır.<sup>26</sup> Dini mesellerde, taklit edilecek ya da caydırıcılık görevi gören modeller sunulması inanana, üyesi olduğu dini çevrede ne şekilde davranması

---

<sup>22</sup> A.e., s. 7.

<sup>23</sup> Peseschkian, a.g.e., s. 61.

<sup>24</sup> Smiga, a.g.m, s. 28-32.

<sup>25</sup> A.e., s. 28.

<sup>26</sup> Birkan, a.g.m., s. 28.

gerektiği yönünde somut bilgiler vermektedir. Karşıt ve dual yapıda örnekler verilmesi de hangi modeli kendine rehber olarak alacağını inanana açıkça göstermektedir.<sup>27</sup>

Bilindiği üzere dinlerin dili imgeler dilidir. İnsanın Tanrı ile olan ilişkisi, teşbih ve imgelerle anlatılabilir. Bilinmeyene ulaşma çabasıyla, ilahi gücün varlığını ispatta kullanılan matematiksel formüller de nihayetinde birer teşbihtir.<sup>28</sup> Kutsal kitapların çoğu, din koyucu tarafından emredilen ya da nehyedilen bazı şeyleri (emir ve yasakları) dolaysız, açık ve doğrudan bir biçimde ifade yolunu seçmez. Bunları bazen, ‘yapmayacaksın’ şeklinde soyut emirleri tercih etmeyerek, inananın gerçek dünyasına girerek ifade ederler.<sup>29</sup> Genellikle teşbih, mesel ve sözel bazı imgeler kullanarak anlatımda modellemeler yaparlar. Bunları kullanırken de pek çok kere hikâyeler ve benzeri anlatım vasıtalarını kullanırlar.

Hikâyeler, bu açılardan, dinin doğru anlaşılmasında ve takipçilere aktarılmak istenen mesajın iletilmesinde önemli bir rolü olan din dilinin gelişmesine katkıda bulunurlar.<sup>30</sup>

Hikâyeler özel bağlamda, soyut dini kavramları algılamakta problemler yaşayan çocuklara dini bilgileri öğretmede kullanılırlar. Çocuklar, buldukları bilişsel gelişim basamağındaki özelliklerine göre, çoğu dini ve soyut kavramı algılamakta güçlükler yaşarlar. Günah, sevap, sabır, tevbe vb. dini kavramları anlayamaz ya da yanlış anlarlar.<sup>31</sup> Fakat bu dönemler, onların dini bilgileri en çok merak ettikleri ve onlara ihtiyaç duydukları dönemlerdir. İşte bu dönemlerinde onların imdadına hikâyeler yetişir. Taklit ve özdeşim kurarak öğrenmeye meyilli oldukları bu çağda, hikâyeler onlara uygun örnekler sunarak bu ihtiyaçlarını karşılama fırsatı sunar.<sup>32</sup>

---

<sup>27</sup> Smiga, a.g.m., s. 28-32.

<sup>28</sup> Peseshkian, a.g.e., s. 67.

<sup>29</sup> A.e., s. 63.

<sup>30</sup> Adem Akıncı, *Din Eğitiminde Etkili Bir Yöntem: Hikâye*, İstanbul, Feza Gazetecilik, 2001, s. 53-54.

<sup>31</sup> A.e., s. 53-54.

<sup>32</sup> A.e., s. 27.

Bu dönemlerinde, çocukların hikâyelerle dini terimleri kavraması sağlanır. Hikâyelerin yardımıyla, dini kavramları konuştuğu dile aktaran çocuk, dini tasavvur, duygu, tutum, davranış ve tecrübeleri artık kendi kelimeleriyle ifade ederek, iletişimini engelleyen dini terimlerdeki ifade eksikliklerini de giderebilmektedir.<sup>33</sup>

Dinlerdeki hikâye anlatımı yönteminin kullanımı, her ne kadar çocukların dini eğitiminde çok faydalı olsa da sadece onlar için değildir. İster genç, ister yaşlı olsun tüm insanlar, tabiatları gereği kıssaları severler. Ayrıca her kişi, bilgi sahibi olma, olayları araştırma ve geçmişten gelen haberleri öğrenmeye karşı merak sahibidir. İnsanlar geçmişle ilgili yaşanmış bu olayları dinlediklerinde, onlardan ders çıkarmakta ve ibret almaktadırlar.<sup>34</sup>

Kutsal kitaplarda sık sık yer verilen bu hikâyeler tüm insanlar içinde, sadece erdemli kişiler için de değildir.<sup>35</sup> Herkes hikâyelerdeki mesajları alabilir çünkü mesajlar basit ve her seviyeye uygun olarak hikâyelerin içerisine yerleştirilmiştir. Verilen metafor ve mesellerle herkes içeriği anlayabilmektedir.

Hikâyelerin, üç büyük din içindeki kullanımını incelemek örneklendirme açısından yerinde olacaktır.

Musevilerin kutsal kitaplarından biri olan Eski Ahit, ilk bakışta İsraililerin atalarının soyağacı ve bir tarih kitabı gibi gözüke de, sadece tarihsel özetin veya ahlakî ve etik emirlerin sıralanmasından öte, çeşitli imge ve meseller içermektedir. Dâhil edilen her olay birçok yönden bugünün insanı için önemli ve bilgilendiricidir. Bunun en güzel örneği, Hz. Süleyman'ın adaleti ve bilgeliğinden bahseden bir hikayedir.<sup>36</sup> Bu örnek günümüzde güncelliğini korur ve boşanma ve çocuk vesayeti kararlarında hala geçerlidir. Hikâyeye göre, katı bir şekilde hakkın yerini bulmasının savunulması yerine, çocuğu ve eşi için fedakârlıkta bulunabilen kişi, sorumluluk taşımayı hak eder.<sup>37</sup>

---

<sup>33</sup> A.e., s. 53-54.

<sup>34</sup> Şengül, a.g.e., s. 315.

<sup>35</sup> Peseschkian, a.g.e., s. 61.

<sup>36</sup> **Kutsal Kitap, Eski ve Yeni Antlaşma (Tevrat, Zebur, İncil)**, Kitab-ı Mukaddes Şirketi, İstanbul, 2001, 'Süleyman Bilgece Yargılıyor' başlığı, I. Krallar, 3-4, s. 423.

<sup>37</sup> Smiga, a.g.e., s. 28-32.

Hıristiyanlık dininde de hikâye anlatımının önemli bir yeri vardır. Hıristiyan eğitimcilerine göre Hıristiyanlık eğitiminde öğretilmesi gereken tartışmasız en önemli hakikat, aslında Tanrı'nın insanlığa ifade ettiği şeylerin hikâye formatında olduğudur.<sup>38</sup> 'İsa Mesih'in İncil'i' ve 'Tanrı'nın insanlığı kurtarma planı'; Matta, Markos, Luka, Yuhanna İncillerinde anlatılan hikâyelerdir. Bu hikâyelerde, ana karakter yani Hz. İsa, kendine has yöntemi olan bir hikâye anlatıcısı olarak tasvir edilmiştir. White, bu konuda şunları söyler: "İsa için, yöntem ve mesaj birdir. Onun mesajı; kullandığı betimleyici, somut ve resimlerle dolu metodu gerektirmektedir. Tanrı'nın Krallığını duyururken o; mesel, metafor ve benzerlikleri kullanmıştır. İsa, hikâyeler anlatan bir adamdır".<sup>39</sup>

Hız İsa'nın kullandığı metafor ve hikâyelerden birkaç örnek vermek gerekirse bunlar; kaybolan koyun metaforu<sup>40</sup>, deliceler metaforu<sup>41</sup>, define ve inci metaforu<sup>42</sup>, ağ benzetmesi<sup>43</sup>, acımasız köle hikâyesi<sup>44</sup>, bağcı hikâyesi<sup>45</sup>, İsa ve Baelzevul hikâyesi<sup>46</sup> vb. dir. Hz. İsa'ya yaptığı bu benzetme ve hikâyelerin amacını İncil'de şöyle anlatılmaktadır:

"Yalnız kalınca, Onikilerle beraber onun çevresinde bulunanlar meselleri (benzetmelerin anlamını) sordular. O da onlara şöyle dedi: "Tanrı'nın Egemenliği'nin sırrı sizlere açıklandı, ama dışarıda olanlara her şey benzetmelerle anlatılır. Öyle ki, 'Bakıp bakıp görmesinler, duyup duyup anlamasınlar da, dönüp başışlanmasınlar.'"<sup>47</sup>

---

<sup>38</sup> Brad Stutzman, "Storytelling in Christian Education", (Çevrimiçi) [http://api.ning.com/files/0OFQOv5nmaZFvtFHZEHVsh\\*5ptO3fmerRmk72IiMT\\*JQChBTq8RyZx2ALHpchtg5YFhE8JQTPQ0Mw\\*PsQas9FTr9RFKL-sB/StorytellinginChristianEducation.pdf](http://api.ning.com/files/0OFQOv5nmaZFvtFHZEHVsh*5ptO3fmerRmk72IiMT*JQChBTq8RyZx2ALHpchtg5YFhE8JQTPQ0Mw*PsQas9FTr9RFKL-sB/StorytellinginChristianEducation.pdf), 10 Mayıs 2011.

<sup>39</sup> W.R. White, *Speaking, in Stories:Resources for Christian Storytellers*, Minneapolis MN, Augsburg Publishing House, 1982, s. 21.

<sup>40</sup> **Luka**, 15:3-10, s. 78.

<sup>41</sup> **Matta**, 13: 24-30, s. 14-15.

<sup>42</sup> **Matta**, 13: 44-46, s. 15.

<sup>43</sup> **Matta**, 13:47-50, s. 15.

<sup>44</sup> **Matta**, 18:21-34, s. 20-21.

<sup>45</sup> **Matta**, 20:1-16, s. 22.

<sup>46</sup> **Markos**, 3:20-30, s. 38.

<sup>47</sup> **Markos**, 4:10-12, s. 38.

Bunlara ek olarak Seymour kitabında, “İsa yaptığı her şeyde en iyidir. Hiç kimse hikâye anlatmada İsa’nın kabiliyetine asla yetişemez. Ayrıca, “en kötü hikâye anlatıcı, en iyi liste yapan ve ana noktaları sunarak anlatım yapandan daha enteresan gelir” demektedir.<sup>48</sup>

Her ne kadar Hıristiyanlık dinindeki bu hikâye anlatım kavramı eskiden beri bilinse de, ancak 21. yüzyıldaki Hıristiyan eğitimciler, öğrencilerinin anlaması ve hayatlarında değişim meydana getirmesi için hikâyelerin gerekliliğinin farkına varmışlardır.<sup>49</sup> Onlara göre hikâyeler, kullanılmaya başlandıkları ilk zamandan beri, çeşitli sebeplerle etkilidirler. Eğitimde sık sık gözden kaçan İncilsel öğretim metodunun getirdiği pek çok avantaj olduğunu söylerler. Bu yüzden Hıristiyan din eğitimcileri, öğrencileri, hakikate ve bunun sonucunda hayatlarını değiştirmeye etkili bir şekilde yönlendirmek için, öğretimlerinde hikâyeleri kullanmaya çok önem vermektedirler.<sup>50</sup>

İslam dininde de meseller, hikâye ve metaforlar sıklıkla kullanılmıştır. Kuran-ı Kerim’in birçok suresi yaşanmış hikâyeleri içermektedir. Bundan kaynaklı olarak din öğretiminde de hikâyeler önemli bir yer tutmaktadır.<sup>51</sup>

İslam dininin ortaya çıktığı ilk yıllardan itibaren dini eğitimde hikâyelerden yararlanılması, kullanılan hikâyelerin halk arasında dilden dile dolaşarak canlılıklarının korunmasını sağlamıştır.<sup>52</sup> Böylece, hikâyeler; dini esas ve temelleri canlı tutma, dini kural ve prensipleri insanların zihnine yerleştirme ve onları hayatlarında pratiğe geçirmelerinde yardımcı olmayı kolaylaştırmaktadır. Bu minvalde hikâye ile eğitim, “olaylar karşısında aklî ve ruhî canlılığı yenileyen, öğüt almayı sağlayan, akli harekete geçiren ve düşünmeyi geliştiren, Kuran-ı Kerim’in

---

<sup>48</sup> B. D. Seymour, **Creating Stories that Connect**, Grand Rapids, MI: Kregel Publications, 2007, s. 13.

<sup>49</sup> Brad Stutzman, “Storytelling in Christian Education”, (Çevrimiçi) [http://api.ning.com/files/0OFQOv5nmaZFvtFHZEHVsh\\*5ptO3fmerRmk72iMT\\*JQChBTq8RyZx2ALHpchtg5YFhE8JQTPQ0Mw\\*PsQas9FTTr9RFKL-sB/StorytellinginChristianEducation.pdf](http://api.ning.com/files/0OFQOv5nmaZFvtFHZEHVsh*5ptO3fmerRmk72iMT*JQChBTq8RyZx2ALHpchtg5YFhE8JQTPQ0Mw*PsQas9FTTr9RFKL-sB/StorytellinginChristianEducation.pdf), 10.05.2011.

<sup>50</sup> Stutzman, **a.g. m.**, s. y.

<sup>51</sup> Akıncı, **a.g.e.**, s. 27.

<sup>52</sup> **A.e.**, s. 49.

ağırlıkla yer verdiği bir terbiye metodudur”.<sup>53</sup> Kıssalar üslubu olarak nitelendirebileceğimiz bu metot, İslam terbiye metotları arasında ilk sıralarda yer almaktadır.<sup>54</sup>

İslamî gelenekte kıssa, ibret alınması gereken, tarihî gerçeklik ve doğruluk niteliklerine sahip olaylardır.<sup>55</sup> Bu gerçeklik ve doğruluk taşıma özelliklerini ön plana çıkararak müfessirler, Kur’an’da bulunan hikâyelere, gerçekleşmiş olmalarına atıf yaparak hikâye değil kıssa derler. Çünkü hikâyede her zaman gerçekleşmiş olma özelliği yoktur ve hikâyeler, ister vuku bulsun ister hayali olsun anlatılan her şeyi kapsarlar. Fakat kıssalar böyle değildir.<sup>56</sup> Bazı müfessirler, kıssaların, Kuran-ı Kerim’in üçte birini oluşturduğunu söylemektedir.<sup>57</sup>

İnsanlar, Kuran’ın anlattığı kıssaları okurken, imanlı şahsiyetler ile kâfirler arasındaki karşıtlığı, olayların sonuçlarına bakarak analiz etme imkânına kavuşur ve yine olayların sonuçlarına bakarak iman sahibi kişilerin iyi yönlerini taklit etmeye ve kâfirlerin sahip olduğu kötü sıfatlardan kendini uzak tutmaya çalışırlar.

Muhammed Kutub kıssalar hakkında şunları söyler: “Kıssa ile eğitim sistemi, insanın güzelliğe özenen sanat ruhunu bileyler, incelmış hassasiyetini çoğaltır; ruh, alem ve kâinat hakkında tefekkürünü geliştirir. İnsan aklını hadiselerden ibret alma, hidayeti arama, sapıklıktan uzak durma düşüncesine sevk eder. Bunlardan dolayı hikâyelerde ruhları büyüleyen bir sihir vardır. Okuyan ve dinleyen, onun şahsiyetlerine ve hadiselerine karşı menfi bir tutum içerisine giremez. Çünkü okuyucu veya dinleyici şuurlu ya da şuursuz kendini hadiselerin sahnesine koyar. Kendisinin şurada veya burada olduğunu tahayyül eder. İnsan hikâyenin kahramanı ile kendi şahsı arasında mukayese yapar”.<sup>58</sup>

İslam’ın ikinci ana kaynağı olan Hz. Peygamber’in söz ve fiillerini içeren hadislerde de, Hz. Peygamber’in hikâye anlatımını kullandığı görülmektedir. O,

---

<sup>53</sup> A.e., s. 50.

<sup>54</sup> Şengül, a.g.e., s. 316.

<sup>55</sup> İdris Şengül, “Kıssa”, *Türkiye Diyanet Vakfı İslam Ansiklopedisi*, C:25, s. 499.

<sup>56</sup> İdris Şengül, *Kuran Kıssaları Üzerine*, İzmir, Işık Yayınları, 1994, s. 48.

<sup>57</sup> Suat Yıldırım, “Kuran-ı Kerim’de Kıssalar”, *A.Ü. İslami İlimler Fakültesi Dergisi*, sayı:3, Ankara, 1979, s. 37.

<sup>58</sup> Aktaran: Akıncı, a.g.e., s. 52-53.



eğitimde, kıssalar metodunu kullanmış, Kur'an-ı Kerim'deki bazı kıssaları daha ayrıntılı bir biçimde açıklayarak anlatmıştır. Hz. Musa ve Hızır kıssası ile<sup>59</sup>, Ashab-ı Uhdud kıssaları<sup>60</sup> bu duruma örnektir. Bunun dışında Kuran-ı Kerim'de anlatılmayan, bir mağarada mahsur kalan üç arkadaşın durumu hakkındaki kıssa gibi<sup>61</sup> bazı kıssalar da anlatmıştır.<sup>62</sup>

Hz. Peygamberin hadislerinde anlattığı hikâyeler, müstakil eserlerde incelenmiştir.<sup>63</sup>

### 2.2.2. Çağdaş Yaklaşımlar

Tarihsel süreçte, gelenek ve kültürler içerisinde incelediğimiz hikaye ile tedavi metodu, bu geleneksel kullanım dışında, modern dönemde de kendine önemli bir yer edinmiştir. Çağdaş dönemde ortaya çıkan psikoterapi yaklaşımlarından bazıları, hikayeleri; psikoterapötik sürece olumlu etki sağlayan destekleyici unsurlar olarak nitelendirerek, hikaye anlatımını psikoterapilerinin bir parçası haline getirmişlerdir. Aşağıda, bu psikoterapi ekollerinin hikayeyi psikoterapilerine yerleştirmede dayandıkları bilimsel temellendirmelerden hareketle, hikaye anlatım kullanımlarından bahsedilmiş ve onların, hikayenin insan psikolojisi üzerindeki etkileri konusundaki düşünceleri ortaya konmuştur.

#### 2.2.2.1. Ericksoncu Psikoterapi

Amerikalı ünlü psikiyatrist ve psikoterapist olan Milton Erickson, hipnoz ve telkini psikoterapisinde tedavi amacıyla kullanan ilk doktordur.<sup>64</sup> O, on yedi yaşında çocuk felci geçirmesi sonrasında, tekrar yürüyebilmek için kendi kendine 'dolaylı telkinler' vermeye başlamış ve bunun işe yaradığını görmüştür. Buradan hareketle bilinçdışı süreçlere bağladığı dolaylı telkinlerin, bilincin verebileceğinden daha güçlü

---

<sup>59</sup> Ebu'l Fida İsmail İbn-u Kesir, *Tefsiru'l Kuranil Azim*, Beyrut, y.y., 1986, C:III, s. 97-106.

<sup>60</sup> İbnü Kesir, *a.g.e.*, C:IV, s. 526-530.

<sup>61</sup> *Kütüb-i Sitte*, C:14, Hadis No:4995, s. 242-247.

<sup>62</sup> Şengül, *a.g.e.*, s. 315-316.

<sup>63</sup> Bkz.: Ahmet Alim, *Hadislerle Kıssalar ve İbret Sahneleri*, İstanbul, Erkam Matbaası, 2002.

<sup>64</sup> Jeffrey K. Zeig, *Ericksoncu Psikoterapi 1: Temel Yapılar*, İstanbul, Litera Yayıncılık, 2008, s. 11.

bir motivasyon sağlayabilme gücünü görerek; daha sonra bir doktor olarak, teorik ve uygulama çalışmalarıyla ‘dolaylı telkin yöntemini’ geliştirmeye başlamıştır.<sup>65</sup>

Erickson’un psikoterapi yaklaşımı, Özakkaş’a göre, şu iki temel üzerinde yapılanmaktadır:

1. “Her insan yegâne bir bireydir. Bu yüzden onun ihtiyacına has, özel bir psikoterapi/hipnoterapi formüle edilmelidir. Yoksa sisteme uydurmaya çalışmak bir sonuç vermez.”
2. “Her insanda, karşılaşacağı problemlerin üstesinden gelmesine yetecek bir güç/ kaynak vardır. Terapistin görevi, kişinin bu güç ve kaynaklara erişmesini ve kullanmasını sağlamak olmalıdır.”<sup>66</sup>

Hiçbir özel teorik eğilimle bağlantılı olmayan Erickson’un bu iki yaklaşımını, onun temel düşünce ve varsayımlarıyla beraber incelemek faydalı olacaktır.

İlk yaklaşıma göre, insanın özel bir birey olduğundan hareketle Erickson, psikoterapilerde kişilerin ihtiyaçlarına uygun bir yol izlenmesi ve oluşturulan sistem içinde sıkışıp kalınmaması gerektiğini savunmaktadır. Ericksoncu yaklaşımda, psikoterapistin, terapide her sorun için soruna uygun yaklaşımlar geliştirdiği terapiye stratejik terapi denmektedir. Bu terapi türünde terapist; sorunları tanımlar, hedefleri belirler ve hedeflere ulaşmak için yapılması gerekenleri tasarlar. Bunları hasta üzerinde uyguladıktan sonra, hastanın tepkilerine bakarak terapinin etkililiğini ortaya çıkaran sonuçları gözden geçirir.<sup>67</sup>

Erickson’a göre, “her insanın bireysel bir dünya görüşü vardır”.<sup>68</sup> O, terapisini yapılandırırken bu varsayımı dikkate almış ve hastasına uyarlayabileceği bir model geliştirmeye çalışmıştır. O, kişilerin dünya algılarındaki bireyselliğe çok

---

<sup>65</sup> A.e.

<sup>66</sup> A.e.

<sup>67</sup> Jay Haley, *Sıra Dışı Terapi*, İstanbul, Dharma Yayınları, 2006, s. 17.

<sup>68</sup> Zeig, *Ericksoncu Psikoterapi I: Temel Yapılar*, s. 97.

önem vermiştir. Ona göre, terapist hastasına ve geldiği sosyal çevreye karşı kesin bir duyarlılık göstermeli ve sorumlu davranmalıdır.<sup>69</sup>

Erickson'a göre, yönlendirme, etkileşimin doğasında vardır. Bu yüzden o, terapilerinde yönlendirme yapmaktadır. Bu yanlış bir şey gibi görülüp eleştirilse de o yönlendirmeyi bir sanatkârın yaptığı gibi ele alıp etkileme olarak tanımlayarak<sup>70</sup> hastayı olumlu yöne doğru yönlendirdiğini söyler ki bu psikoterapinin varmak istediği bir hedeftir.

Erickson'un bilinç ve bilinçdışı kavramlarını yorumlaması ve kullanması da önem arz etmektedir. Ona göre "ulaşılabilir bir bilinçdışı zihin vardır".<sup>71</sup> Onun terapisi, "birincil olarak sahip olduğu pek çok ve çeşitli öğrenmelerden yararlanmak için bilinç dışını motive etmektedir".<sup>72</sup> Erickson, kullanılması gereken bu bilinçdışı zihnin, "çoğunu unuttuğumuz fakat ihtiyaç halinde otomatik olarak kullanılan, bir ömür boyunca öğrendiğimiz her şeyden" oluştuğunu ifade etmiştir.<sup>73</sup> Ve buradan hareketle psikoterapi tedavisinin tüm amacı, bu 'bilinçdışı öğrenmeler' kaynağına ulaşılmasını sağlamaktır. Peki, bu bilinçdışı öğrenmeler nelerdir? Bilinçdışı öğrenmelerin kapsamı, bilinçdışı süreçlerle, insanın bir ömür boyu depolayarak biriktirdiği gerçek algı ve tecrübeleri ihtiva eder.<sup>74</sup>

Erickson'un terapisini temellendirmede kullandığı bir diğer kavram da tecrübelerdir. O, terapisinin bir sonucu olan değişimin tecrübeler sonucu ortaya çıktığını savunmaktadır. Ona göre, tecrübeyle öğrenme, bilinçlice öğrenmeden daha eğitici ve diğer öğrenmeler içinde en önemlisidir.<sup>75</sup> Yine o, insanları değiştiren şeyin 'tecrübe kazanma' olduğunu savunur.<sup>76</sup>

Ve bu noktada Erickson, tecrübe ile bilinçaltı arasında bir bağ kurar. Ona göre büyük önem arz eden bilinçaltı değiştirilemez değildir. Bugün sahip olduğumuz

---

<sup>69</sup> Haley, *Sıradışı Terapi*, s. 17.

<sup>70</sup> Zeig, *Ericksoncu Psikoterapi I: Temel Yapılar.*, s. 99.

<sup>71</sup> A.e., s. 100.

<sup>72</sup> Zeig, *Ericksoncu Psikoterapi I: Temel Yapılar*, s.100.

<sup>73</sup> Aktaran: Zeig, *A Teaching Seminar with Milton H. Erickson*, s. 33.

<sup>74</sup> Zeig, *Ericksoncu Psikoterapi I: Temel Yapılar*, s. 100.

<sup>75</sup> A.e., s. 103.

<sup>76</sup> A.e., s. 104.

tecrübelerimizin tümü bilincimizi olduğu kadar bilinçaltımızı da etkilemektedir. Mesela, kişi ona ilham veren bir şey okursa bilinçaltı değişmiştir. Aslında, herhangi bir psikoterapinin olumlu anlamda değeri, kişinin değişmeye dair yeteneğine bağlıdır.<sup>77</sup> Erickson'a göre bu değişim, terapist, hastasının bilinçaltı kalıplarını etkilemeye odaklandığı zaman en etkili ve en kalıcı olarak gerçekleşir.<sup>78</sup>

İşte bu nokta onun terapisinin metafor ve hikâyelerle bağlantısının kurulduğu noktadır. Metaforlar, tecrübelerin temsili sûretleridir. Dinleyici metafor ve hikâyeyi dinlediğinde onda, o hikâyeyi gerçekten yaşadığında hissedebileceği duygular uyandıracak bir görüntü oluşur.<sup>79</sup>

Tecrübeyi yine bir metafor kullanarak anahtara benzeten Erickson<sup>80</sup>, insanların tecrübelerle olumlu ilerlemeler kaydedebileceklerini ve onların değişime kaynaklık ederek değişimi kolaylaştırabileceğini savunur ve bunu en kolay şekilde hikâyeleri kullanarak yapacağına inanır. Çünkü insanın her şeyi tecrübe etmesi olanaklı değildir.

Bu temel üzerinde yapılandığı hikâyeler, Erickson'un psikoterapisinde gerçekten önemli bir değere sahiptir. Onun terapisi yalnızca 'hikâyeler anlatmak' da değildir, fakat 'telkin hikâyeleri' olarak adlandırdığı anlatımı, onun terapisinde, esas ve ayırt edici faktörler arasındadır.

Psikoterapötik metafor ve hikâyelerin psikoterapi kullanımında Erickson, en önemli üstat olarak sayılır. Hikâye ile tedavide Ericksoncu yaklaşım, her ekolden psikoterapistte, uygulamada etki sağlayabilecekleri yapıda hikâyeler sağlamıştır.

Hikâye anlatmada Erickson, önceki bölümlerde bahsettiğimiz eski bir geleneği izlemektedir. Ona göre; dolaysız olarak verilen bir ders akıldan çıkabilmekle beraber, öğüt ve yönlendirme, merak uyandıran ve eğlenceli bir hikâye içinde verildiğinde kabul edilebilir. Çünkü verilmek istenen ders, hem terapistin açık

---

<sup>77</sup> Rosen, a.g.e., s. 25.

<sup>78</sup> A.e., s. 26.

<sup>79</sup> Zeig, Ericksoncu Psikoterapi I: Temel Yapılar, s. 104-105.

<sup>80</sup> A.e., s. 114.

amacını belli etmeden hem de hastayı endişelerinden uzaklaştırarak hikâyeler arasında sunulur.<sup>81</sup>

Erickson'un terapisinin diğer bir önemli ögesi de hipnozdur. O, bir hipnoterapist olarak da çok ünlüdür. Ericksoncu Hipnoterapi, onun hipnozla tedavi durumunu ifade eden bir kavramdır. Hikâyelerin hipnozla daha etkili hale geldiğini söylemesi nedeniyle bu kavrama da burada kısaca değinmek yerinde olacaktır.

Hipnoz, Erickson'un tanımlamasıyla, “günlük hayattan seçilen bir davranışın, bilinç farkındalığının belli bir yönde gönderilmesi”<sup>82</sup> veya daha basit bir tanımla “iki kişi arasındaki ilişkidir”.<sup>83</sup> Ek olarak o, hipnozu; “yapay olarak yoğunlaştırılmış uykuya benzer bir telkin yöneltme hali” olarak da tanımlamıştır. Bu uyku hali, bilincin ruh halindeki bilinçaltına doğru kaydığı, zaman ve uyarı limitli normal bir haldir.<sup>84</sup> Ne kadar tanım yapılırsa yapılsın onu gerçek anlamda anlamının tek yolunun onu deneyimlemek olduğu da söylenmektedir.<sup>85</sup>

Erickson'a göre, hipnoz, hikâyenin etkisini artırmada kolaylaştırıcı rol oynamaktadır. Hikâyeler; hastanın dikkatine yoğunlaşır, onda şaşkınlık ve belirsizlik yaratır, ya da onu çözüşük, ayrılmış bir evreye ilerletir. Adams ve Chadbourne, Erickson'un yaklaşımından sonra modellenen teröpotik hikâyelerin, duyguları ve saklı çözümleri ortaya çıkarma, yeni öz-kavramlar elde etme ve uyum artırmada kullanılabileceğini ve hipnozun bu etkileri artırmada yardımcı olduğunu söylerler.<sup>86</sup>

### 2.2.2.2. Davranışçı Psikoterapi

Davranışçılar, hikâye anlatımının insan davranışına etkileri üzerine araştırmaları, insan dili çalışmalarına tam ve sistematik bir yaklaşım öne sürmeye

---

<sup>81</sup> Rosen, a.g.e., s. 27.

<sup>82</sup> E. L. Rossi, *The Collected Papers of Milton H. Erickson on Hypnosis*, New York, Irvington, C:IV, 1980, s. 54.

<sup>83</sup> A.e., C:III, s. 8.

<sup>84</sup> A.e., C:III, s. 8-9.

<sup>85</sup> Zeig, *Ericksoncu Psikoterapi I: Temel Yapılar*, s. 119.

<sup>86</sup> R. Adams ve L. Chadbourne, “Ericksonian Approaches to Storytelling”, *Journal of Personnel and Guidance*, sayı:24, 1982, s. 65-69.

çalışan “davranış analizi”<sup>87</sup> alanına doğru genişletmişlerdir. Son yarım yüzyılda davranış analizcileri, insan dilinin, insanın davranışlarına rehberlik ettiğini tespit etmişlerdir. Davranışçılar, dil araştırmalarına, genelde başka biri aracılığıyla pekiştirilen davranış olarak tanımlanan, sözel davranış (verbal behaviour)<sup>88</sup> analizi üzerinden yaklaşmışlardır.<sup>89</sup>

Davranış analizleri göstermiştir ki, kurallar gibi, insan dilinin belli formları da edimsel davranışın kazanılmasına yardım eder. Analitik davranış araştırmaları; model olarak hikâyelerin programlanmış tepkinin kazanımındaki etkileri olduğunu ileri sürmektedirler. Hikâyelerin, davranış üzerindeki etkisini oluşturan dil elementleri aşağıda incelenmektedir.<sup>90</sup>

### 1. Modelleme (Modelling):

Temsili koşullanma ya da gözlem yolu ile öğrenme olarak da bilinen modelleme, dolaysız tecrübeden çok, dolaylı yolla öğrenmedir. Bir model bir tepki oluşturur ve bir organizma onu gözlemleyerek tepkiyi taklit eder. Baron ve Galizio, eğitici kontrolün, model almaya benzediğini söylemişlerdir.<sup>91</sup> Buna göre model bir tepki ortaya koyar ve gözlemciye onu yapmasını işaret eder. Hikâyelerde de model karakter bir tepki oluşturur, fakat tam olarak bunu yap ifadesi yerine, gözlemcinin hikâyenin kişisel, mecâzî açıklamasına dayanan bir kural üretmesini ister.<sup>92</sup>

Spiegler ve Guevremont, modellerin, hikâyelerde, dinleyen açısından dört göreve hizmet ettiğini söylerler. Bunlar; yeni davranışları öğretme, hastanın varolan repertuarındaki bir davranışa teşvik etme, anksiyeteyi azaltma, davranıştan vazgeçirme olarak sıralanabilir. Hikâyedeki model karakter, yeni davranışın bir

---

<sup>87</sup> Psikolojin, çevrenin davranış üzerindeki etkilerini; özellikle de davranışların sonuçlarının yine davranışlar üzerindeki etkilerini inceleyen dalı. Bkz.: Budak, “Davranış Analizi”, a.g.e., s.192.

<sup>88</sup> Konuşma, söylenenlere cevap verme veya tepki verme, sözel malzemeleri öğrenme, vb. de dahil olmak üzere, sözel tepkiler içeren davranışlar. Bu terim bazen, başka organizmaların davranışlarıyla pekiştirilen bir davranış için de kullanılır. Bkz.: Budak, “Sözel Davranış”, a.g.e., s. 696.

<sup>89</sup> Akrotan: Heffner, a.g.e., s. 7. (B.F. Skinner, *Contingencies of Reinforcement: A theoretical analysis*, Englewood Cliffs, Prentice Hall, 1969.)

<sup>90</sup> Heffner, a.g.e., s. 8-9.

<sup>91</sup> A. Baron ve M. Galizio, “Instructional Control of Human Operant Behavior”, *Psychological Record*, sayı:33, 1983, s. 495-520.

<sup>92</sup> Heffner, a.g.e., s. 9.

öğreticisi görevindedir.<sup>93</sup> Örnek olarak Goethe'nin ünlü "Werther'in Acıları" adlı kitabının sonunda, romantik ve kahraman ana karakter Werther, hayatın ona verdiği ızdırâbın çözümünü, kafasına sıkığı bir kurşunda bularak intihar etmiştir. Sosyal psikolojideki korelasyonel araştırmalar, taklit davranışlarından etkilenmeye yönelten intihar hikâyelerinin vermiş olduğu bu etkiyi, 'Werther Etkisi' adıyla tanımlamışlardır. Bu etkinin tarihi, Goethe'nin bu kitabını yazdığı 1774'e dayanmaktadır. Romanın yayınlanmasından kısa bir süre sonra hikâye, erkek intihar oranında artışa neden olmuş ve Avrupa'da o dönem kesin olarak yasaklanmıştır.<sup>94</sup>

Başka hikâyeler de, hastanın repertuarında bulunan bir davranışa teşvik veya işarete bulunmaya yararlar. Örnek olarak, Abraham Lincoln'un yaşadığı başarısızlık ve sıkıntılardan oluşan hikâye birine, hayatın engelleri karşısında gayretli olmayı hatırlatabilir. Keza, bu zorluklar yerine, Lincoln'un bir başkan olarak başarılarının sözlü olarak ifade edilmesi, kişiyi gayret etmeye motive eden ulaşılabilir bir destek oluşturur. Benzer olarak, psikoterapide kullanılan bir hikâye, kişinin modeli gözlemlemesine, durumu ilgi çekici bularak başarılı bir şekilde davranışa yönelmesine ve onun bu durum hakkındaki anksiyete ve endişesinin azalmasına yaramaktadır. Motive edici etkilere karşın, hikâyedeki karakter, davranıştan vazgeçirmek gibi ters yönde de fonksiyon gösterebilir.<sup>95</sup> Kurtla konuşmayı bıraktıktan sonra yenilmekten kurtulan bir kızdaki bahsedilen 'Kırmızı Başlıklı Kız' hikâyesi, yabancılarla konuşmanın caydırıcı sonucuna işaret eder.<sup>96</sup>

Günümüz toplumunda, televizyon aracı, çoğu zaman hikâye anlatımı yerine görev alarak, o anlamda kullanılmaktadır. Televizyon, davranışsal etkinin bir kaynağı haline gelmiştir. Televizyonun ana fonksiyonunun gerçekte, izleyiciyi satın alma davranışını gerçekleştirmek için reklamları izlemesini sağlama olduğunu biliyoruz. Televizyon reklamları; bir hikâye içermeleri nedeniyle, davranışlara rehberlik etme fonksiyonunu gösterebilmektedir. Bu bağlamda, televizyon izlemenin insan davranışı üzerinde etkileri, pek çok araştırmanın konusu olmuştur. Mesela,

---

<sup>93</sup> M.D. Spiegler ve D.C. Guevremont, **Contemporary Behavior Therapy**, Albany New York, Brooks/Cole Publishing Company, 1993, s. 261-264.

<sup>94</sup> Heffner, a.g.e., s. 3.

<sup>95</sup> A.e., s. 9.

<sup>96</sup> A.e., s. 10.

1954 yılında ABD senatosu, televizyondaki şiddete yönelik tepkiler almış ve bu, federal hükümetin toplanarak bazı araştırma projeleri düzenlemesine neden olmuştur. Bir araştırmaya göre; cinsellik, zayıflık ve şiddet içerikli televizyon hikâyeleri, izleyende sapkın ve agresif davranışlara ve düzensiz beslenmeye neden olmaktadır.<sup>97</sup>

Model alma ilkeleri bize, bazı ölçütler sağlarlar. Spiegler ve Guevremont, etkili bir hikâyenin seçimi ve yapımında, bu ölçütlerin göz önünde tutulduğundan bahsederler. Burada üç ana faktör dikkate alınmalıdır. Birincisi, hikâyede, karakter'in davranışı desteklenmeli veya cezalandırılmalıdır. İkincisi, karakter, hastaya yakın ve benzer özellikler taşımalıdır. Ve üçüncüsü, hikâyede, taklit edilebilir davranış desteklenmelidir. Bu son faktör, fazlasıyla önemlidir çünkü hikâyenin bir davranış öne sürmesine rağmen, doğal ortam eninde sonunda hikâye-yönetimli davranışın sürdürülüp sürdürülemeyeceğini belirler.<sup>98</sup>

## 2. İşlem Yapma/ Establishing Operations:

Hikâyeler, dinleyicide duygusal tepkileri canlandırmaya yardımcı olurlar. Skinner, sözlü dilden farklı olarak mecazların, duygusal tepkileri ortaya çıkarmada etkili olduklarını söylemektedir.<sup>99</sup> Duygular, verilmek istenen mesajı daha göze çarpar duruma getirir. Door, bu konuda, duygusal değişkenlerin bir hikâyeden öğrenmeyi ve ondan etkilenmeyi kolaylaştırdığını söyler.<sup>100</sup> Örnek olarak, televizyon izleyicileri, ana karakterlere karşı güçlü ve anlamlı tepkiler geliştirmektedirler. Özellikle, karakterler onların yaş, cinsiyet, kültür ya da ilgilerine benzer özellikte ise bu etki daha da artmaktadır.<sup>101</sup> Eğer bir izleyici, bir televizyon karakteriyle benzerlikler taşırsa, karaktere daha fazla odaklanmakta ve karakterin fiillerini aklında

---

<sup>97</sup> Heffner, a.g.e., s. 3.

<sup>98</sup> A.e., s. 10.

<sup>99</sup> Aktaran: Heffner, a.g.e., s. 10. (B. F. Skinner, *Verbal Behavior*, New York, Appleton-Century-Crofts, 1957)

<sup>100</sup> A. Dorr, "Television and Affective Development and Functioning", *Journal of Broadcasting*, sayı:25, 1981, s. 335-346.

<sup>101</sup> Dorr, a.g.m., s. 335-346.



tutarak ve onun tecrübe ettiği duygulara yakınlık kurmaya daha fazla çalışmaktadır.<sup>102</sup>

Davranış analizlerinde, duyguların rolü önemli tartışmalara konu olmuştur. Duyguların rolü hakkındaki karışık görüşler; davranışa direk sebep olan rolleri ile davranışla beraber ortaya çıkan rolleri arasındadır.<sup>103</sup> Davranış, bu iki değer arasında ise, işlem yapma niteliğindeki duygu görüşü, davranışı motive eden ve pekiştirmenin etkisini artıran bir işlem olarak tanımlanır.<sup>104</sup> Hikâyeler de, kişiyi davranışta bulunmaya motive eden ve pekiştirmenin etkisini artırmayı sağlayan duyguların oluşmasını sağlar.<sup>105</sup>

Hikâyelerin duygusal parçası, kişiyi ahlak hakkında düşünmeye götüren bilişsel parça ile tamamlanır. Hikâyenin içerik analizi ile kişi, hikâyenin davranışına nasıl etki ettiği üzerine kendinden üretimli kurallar ortaya koyar. Kendinden ürettiği kurallar, dışsal kurallar gibi çalışır. Skinner bu konuda: “Değişimlerini hesaplayan, alternatifleri karşılaştıran ya da hareketinin sonucunu düşünen kişinin davranışı, analiz edilmemiş olumsuzluklara maruz kalan kişinin davranışlarından farklıdır ve genellikle onlardan daha etkilidir.”<sup>106</sup>

### 2.2.2.3. Bilişsel-Davranış Terapisi:

Bilişsel davranış terapisi, bilişsel ve davranışçı terapilerin temel ilke ve tekniklerinin bir araya getirilerek bütünleştirilmesiyle oluşan bir terapi yaklaşımıdır.<sup>107</sup> Temelinde uyarıcı tepki ilişkisi ve öğrenmeyi ön planda tutan davranış değiştirme kurallarına dayanan bu terapi, davranışın düzenlenmesi ve

---

<sup>102</sup> Heffner, a.g.e., s. 10.

<sup>103</sup> C. M. Anderson v.d., “Private Events: Do They Belong in A Science of Human Behavior”, *The Behavior Analyst*, sayı: 23, 2000, s. 1-10.

<sup>104</sup> J. Michael, “Distinguishing Between Discriminative and Motivational Functions of Stimuli”, *Journal of the Experimental Analysis of Behavior*, sayı: 37, 1982, s. 149-155.

<sup>105</sup> Haffner, a.g.e., s. 10.

<sup>106</sup> B.F. Skinner, *Contingencies of Reinforcement: A theoretical analysis*, Englewood Cliffs, Prentice Hall, 1969, s. 121.

<sup>107</sup> T. Fikret Karahan ve Mehmet E. Serdoğan, *Psikolojik Danışma ve Psikoterapi’de Kuramlar*, Samsun, Deniz Kültür Yayınları, 2004, s. 263.

kontrolünde, bilişsel süreçlere (hayal kurma, fantezi, düşünme vb.) de yer vermesiyle davranışçı terapiden ayrılır.<sup>108</sup>

Basit anlamda terapinin amacı, danışanın düşünce yapıları ve bunun sonucunda ortaya çıkan davranışlarının değiştirilmesidir. Bilişsel davranış terapisi, daha genel anlamda, hastanın sorunlu öz-imağını, rahatsız edici duygularını, uyumsuz düşüncelerini vb. daha olumluya çevirerek değiştirmeye ve böylelikle kişinin bunları kendisinin belirleyerek analiz etmesine yardımcı olur.<sup>109</sup>

Terapide bilişsel ve davranışsal teknikler bir arada kullanılır. Fakat terapötik süreç, bilişsel terapilerdeki gibi işler. Yani öncelikle hastanın sorunları detaylı olarak değerlendirilir. Bilişsel-davranışlı veriler kullanılarak tanı konur ve açıklamalar yapılarak bilgi toplanır. Problem deneysel bir tarzda ele alınır, hipotezler kurulur ve formülasyonlar oluşturulur. Süreçte bunlar test edilerek gerekli değişiklikler yapılır.<sup>110</sup>

Bilişsel-davranışçı terapinin mantığı özet olarak böyledir. Şimdi bu terapinin hikâyelere bakış ve terapide hikâye kullanımı üzerinde durmak yerinde olacaktır.

Bu konu hakkında Paul Blenkiron adlı Amerikalı bilişsel-davranışçı bir psikoterapistin “Stories and Analogies in Cognitive Behaviour Therapy” adında müstakil bir kitabı bulunmaktadır. Bu kitap bize, bilişsel-davranışçı terapinin hikâyeye ve hikâyenin terapide kullanımına bakışını yansıtmaktadır.

Kitap, öncelikle hikâyelerin tarihteki öneminden, bir gelenek olarak kullanımından bahsetmektedir. Bilişsel-davranışçı yaklaşımda, hikâyelerin terapist için, hastaya vermek istediği düşünce ve mesajları aktarmada çok kullanışlı olduğu söylenmektedir. Hikâyeler bu anlamda hastaya başkalarıyla iletişim kurmasında ve onların düşünce ve davranışlarından anlamlar yaratmasını sağlamaktadır. Böylelikle

---

<sup>108</sup> Budak, “Bilişsel Davranış Terapisi”, a.g.e., s. 136.

<sup>109</sup> A.e.

<sup>110</sup> Karahan, a.g.e., s. 263.

kişi kendi sağlıklı düşünce ve davranışlarını fark edecektir. Hikâyeler gerçekçi ifadelerin yapamadığı bir yolla beynimizdeki fikirleri düzenlemektedirler.<sup>111</sup>

Bilişsel-davranışçı terapide, hikâyeler özetle; terapi için uygun ortam oluşturmak, hastaya verilmek istenen anlamı berraklaştırarak terapiyi daha anlaşılır kılmak, hastaya yeni bir bakış açısı ve kavrama sağlamak, rahat bir iletişim ortamı oluşturmak, terapist ile hasta arasında rapport kurmayı kolaylaştırmak, terapiye mizah katmak, ifade edilemeyen ifade etmek, yaratıcı düşünceyi canlandırmak, hastaya ilham vermek ve onu motive etmek gibi amaçlarla kullanılmaktadır.<sup>112</sup>

Yukarıda saydığımız pek çok amaç bize, bilişsel-davranışçı psikoterapide hikâyenin kullanım nedenlerini vermektedir. Peki, bilişsel-davranışçı terapiler hikâyeleri bilimsel anlamda nereye koymakta ve onları kullanmada hangi kanıt ve araştırmalara dayanmaktadırlar?

Bilişsel-davranışçı terapide hikâye ve metaforların kullanımı, seans ve sonrasında bilgi işlemeyi (information processing) artıran bir metodu ihtiva etmektedir. Amaç; terapötik bilgiyi, hatırlanması kolay, kullanışlı bir rehberlik ihtiva eden ve hastanın hayatında ilgili anlarda başvurduğu formlara dönüştürmektir.<sup>113</sup> Bu nokta da bilişsel-davranışçı psikologları, genel olarak dil, metafor ve beyin yapısı gibi kavramlarla, terapinin bilişsel yönü üzerinde yoğunlaştırmaktadır.

Bilişsel-davranışçı psikoterapiye göre insanlar, ya edebî/gerçekçi bir dil ya da mecâzî/hayali bir dil kullanmaktadırlar. Edebî dil, terapistin, hastaya düşüncelerine mantıksal yollarla ulaşmasını işaret ederek, onu beyninin sol tarafını kullanmaya teşvik etmekte ve böylece terapist, tıpkı bir 'bilim adamı' gibi davranmaktadır. Daha fazla bir 'şiire' yakın duruş sergileyen metaforik stilde ise hikâyeler; hayaller ve duygular kullanılarak, insanların beyinlerinin sağ taraflarıyla düşünmelerine yardım etmektedir.<sup>114</sup>

---

<sup>111</sup> Poul Blenkiron, *Stories and Analogies in Cognitive-Behaviour Therapy*, Oxford, Wiley Blackwell, 2010, s. 57.

<sup>112</sup> A.e., s. 57.

<sup>113</sup> Otto, a.g.m., s. 166.

<sup>114</sup> Blenkiron, a.g.e., s. 69.

Watzlawick, “Edebi olarak ifade edilen bir cümle, nesnel mantıksal ve analitiktir. O, aklın, bilimin, açıklama ve yorumun dilidir” der.<sup>115</sup> Fakat bizim pek çok inanç ve duygularımız, daha derin seviyelerde, yani düşünce ve kelimelerden çok imaj ve duygularda bulunur. Derin seviyelerimizdeki duyguları tekrar ele geçirmek ve düzeltmek için en iyi yol da, bir hikâye ya da analogi kullanarak daha zengin bir tepki uyandırmaktır.<sup>116</sup>

Steward ve Heredia<sup>117</sup>,nın yaptıkları bir deneyde, kişilere belirli bir zaman içinde kelimeler sunulmuş ve deney sonucunda insanların, metaforları, sözlü ifadelerden daha iyi anladıklarını tespit edilmiştir. Keza, Honeck ve Kibler da, deyimleri yorumlamaya ve pratik örnekler üzerinde düşünmeye çalışan kişilerin, bunu yapmayanlara göre daha iyi anladıklarını tespit etmişlerdir.<sup>118</sup>

Bilişsel-davranışçı terapinin hikâyeyi kullanmadaki amaçlarından biri de, onun hatırlama üzerindeki olumlu etkisidir. İnsan bir fikre başvurmadan önce onu hatırlamaya ihtiyaç duyar. Temel nöropsikoloji bize, bilgileri daha sonra kullanmak istediğimizde hatırlamak için depoladığımızı söyler.<sup>119</sup> Nöropsikoloji’de söz sanatlarının terapötik kullanımı üzerine araştırmalar göstermektedir ki, sözel bilgiler; enteresan olduklarında, kullanışlı parçalara ayrıldıklarında, argo, mizah ve alayla ifade edildiklerinde, zihinsel imgelerle bağlantılı olduklarında, tüm hislere hitap ettiklerinde, duygusal olarak harekete geçirici ve hayatta kullanılabilir olduklarında, geri çağırılmaları ve hatırlanmaları daha kolay olmaktadır.<sup>120</sup> Bu özellikler, bizzat hikâyelerin sahip olduğu özelliklerdir.

Hikâyelerin yukarıda bahsettiğimiz metaforik ve beyin yarım küreleri bağlamındaki yönleri, bir sonraki bölümde detaylı olarak incelenecektir.

---

<sup>115</sup> Paul Watzlawick, *The Language of Change: Elements of Therapeutic Communication*, New York, Basic Books, 1978, s. 4-15.

<sup>116</sup> Blenkiron, a.g.e., s. 70.

<sup>117</sup> M. T. Steward ve R. R. Heredia, “Comprehending Spoken Metaphoric Reference: A Real Time Analysis”, *Experiment Psychology*, sayı:49, 2002, s. 34-44.

<sup>118</sup> R. P. Honeck, C. T. Kibler, “The Role of Imagery, Analogy, and Instantiation”, *Journal of Psycholinguistic Research*, sayı:13, 1984, s. 393-414.

<sup>119</sup> Otto, a.g.m., s. 166.

<sup>120</sup> Blenkiron, a.g.e., s. 70.

#### 2.2.2.4. Pozitif Psikoterapi

Pozitif psikoterapi, 1960'lı yıllarda, İranlı Bahaî profesör Nosratt Peseschkian tarafından geliştirilen, köklerini psikodinamik ve davranışçı psikoterapi, psikosomatik tıp ve Bahaî inancının yazınlarından elde edilen felsefi esinlemelerden alan, kültürlerarası yaklaşım temelli bir psikoterapi türüdür.<sup>121</sup> Terapi, terapist ve hastanın rahatlıkla uygulayabildikleri ve hayatlarına adapte edebildikleri olumlu yaklaşımlar içerdiği için bu ismi almıştır.

Pozitif kelimesi (Latince aslında 'positum'), 'olgusal' ve 'verili' anlamlarına gelmektedir. Buradaki 'olgusal' kelimesinden anlamamız gereken, her insanın sahip olduğu ve içinde bulunduğu duruma farklı ve iyi çözümler üretmesini sağlayan potansiyel ve güçler olduğudur. İnsanlar, geliştirilebilir fiziki, zihni ve ruhsal kapasiteleri olan varlıklardır. Felsefi ve dini literatürde, fazilet ve erdemler olarak atıf yapılan bu dinamik kapasiteler, insan gerçeğinin doğasında vardır. İnsan kapasiteleri hayatımızın üç alanıyla olan ilişkisi ile gelişir: beden, çevre ve zaman.<sup>122</sup>

Buna ilaveten, pozitif psikoterapiye göre her insan; ruhu, bedeni, duyguları ve düşünceleriyle dünyada tektir.<sup>123</sup> Tüm insanların gerçekte iyi olduklarını da ileri süren bu psikoterapi, insanın 'sevme' ve 'bilme' adlı iki kapasitesi olduğunu savunur.<sup>124</sup>

Pozitif psikoterapide hastanın sahip olduğu semptom, çatışma ve rahatsızlıklar, başka bir gözle, klasik tarzdan uzakta ele alınırlar.<sup>125</sup> Sorunların çözümünde asıl hedef, bahsedilen potansiyellerin kullanımına olanak sağlayarak sorunları farklı gözle değerlendirip yeni bakış açıları kazandırmaktır. Hasta, terapistte yalnızca hastalığıyla gelmez. Yanında doğuştan onda var olan, sorunuyla mücadele etme potansiyelini/kapasitesini de getirir.<sup>126</sup> Terapistin yaptığı şey ona bu gücü

---

<sup>121</sup> Theo A. Cope, "Positive Psychotherapy's Therapy of the Capacity to Know as Explications of Unconscious Contents", **J Relig Health Journal**, sayı: 48, 2009, s. 79.

<sup>122</sup> **A.e.**, s. 80.

<sup>123</sup> Nosratt Peseschkian, "Positive Psychotherapy: Globalized Psychotherapy", **Globalized Psychotherapy**, Viyana, WUV, 2002, s. 2.

<sup>124</sup> (çevrimiçi) <http://www.pozitifpsikoterapi.org/pozitifpsikoterapinedir.htm>, 15.04.2011.

<sup>125</sup> Peseschkian, **a.g.m.**, s. 1.

<sup>126</sup> **A.e.**, s. 3.

kullanmada yardım etmektir. Buradan anlaşıldığı üzere pozitif psikoterapinin ilk temeli, pozitif bir başlama noktasıdır.

Pozitif psikoterapinin diğer ayırt edici özelliği de, kültürlerarası yaklaşımı benimsemesi ve hangi ırk ve soydan olursa olsun tüm insanların bazı ortak paydalar etrafında bulunduğunu savunmasıdır. O, insan olarak, düşünen, hisseden ve anlayan yönlerimizin birbiriyle uyum içinde olması için uğraşmaktadır.

Pozitif Psikoterapi'de hikâyelerin, kapasitelerin kullanımı ve kültürlerarası yaklaşım anlayışlarına bağlı olarak oluşan önemli bir yeri vardır. Farklı kültürlerden atasözü ve deyimler, bilgilerden aktarılanlar, meseller, kıssa ve hikâyeler; terapist ve hasta arasında kullanılan bir araç görevindedirler. Hikâyelerle farklı kültür ve geleneklerden insanların olaylara nasıl bir bakış açısıyla yaklaştığı ve nasıl anlamlandırdıkları analiz edilmektedir. Bu, pozitif psikoterapinin amaçlarından en önemlisi olan farklı bakış açıları oluşturma görevine hizmet etmektedir.

Peseschkian, hikâyeler hakkında detaylı araştırmalar yapmıştır. O, hikâyelerin hangi çatışma ve rahatsızlık sorunlarının çözümünde yardımcı olabildiği üzerinde çalışmış ve zamanla hikâyelerin ilaçla tedavi ile ortak yönleri olduğuna karar vermiştir. Ona göre hikâyeler, uygun zaman ve şekillerde kullanılırlarsa, terapötik etkiyi sağlayıp davranışlarda değişimler yaratmaktadırlar.<sup>127</sup>

Hikâyeler ayrıca yanlış şekil ve miktarlarda, içten olmayan bir biçimde ve ahlak dersi veriyormuş gibi verilirlerse bu, tehlikeli sonuçlara neden olabilmektedir. Bu yüzden Pozitif Psikoterapi'de hikâyeler gelişigüzel ve rastlantısal olarak kullanılmazlar. Peseschkian beş evreli tedavi metodu içerisine, hikâyeleri bilinçli olarak yerleştirir.<sup>128</sup> Bu beş temel evre: 1. Gözlem ve tanımlama, 2. Envanter, 3. Destekleme, 4. Sözeleştirme, 5. Amaçların Genişletilmesi'dir.<sup>129</sup> Peseschkian'ın bu hikâye ile terapi tekniği, Avrupa Psikoterapi Birliği tarafından da bir psikoterapi metodu olarak onaylanmıştır.<sup>130</sup>

---

<sup>127</sup> Peseschkian, a.g.e., s. XV.

<sup>128</sup> A.e., s. 47.

<sup>129</sup> A.e., s. 25.

<sup>130</sup> (çevrimiçi) <http://www.pozitifpsikoteapi.org/pozitifpsikoterapinedir.htm>, 15.4.2011.

Peseschkian, hikâyelerinin çoğunu doğu hikâyelerinden almıştır. Bunlar; Hafız, Sadi, Mevlânâ, Parwin Etassami vb.dir. Bunların yanında söyleyeni bilinmeyen halk hikâyeleri ve yazıya henüz geçmemiş sözsüz hikâyeleri de kullanır.<sup>131</sup>

Peseschkian, hikâyeler hakkında şunları söylemektedir:

“Her insan hikâyeleri okuyabilir, kendisi ve durumunu göz önüne alarak yorumlayabilir. Hikâyeler bir kişinin, parmağını salları şekilde ortaya koymadığı didaktik parçalarıdır. Eğlendirmekten daha fazlasını yapan eğlencelerdir. Kişinin kendi gereksinimlerine göre kabul edebileceği kılavuz metinlerdir. Bizim örneklerimizi terapötik metinlerden aldığımız gibi, her okuyucu hikâyelere kendi anlamını katabilir, mesajları hakkında düşünebilir ve diğer insanlarla onlar üzerinde konuşabilir.”<sup>132</sup>

Peseschkian’ın hikâye hakkında burada verilen temel düşünceleri dışındaki fikirleri, hikâyelerin özellikleri bölümünde detaylı olarak incelenmiştir.

### **2.2.2.5. Biblioterapi**

Biblioterapi, insanların kimi temel gereksinimlerini tanıyıp, doyum sağlama ve onların iyileşmelerine yardımcı olabilmeleri için kitaplardan yararlanma sürecine denir.<sup>133</sup> Kitapla, okuyucunun kişiliği arasındaki dinamik bir ilişki olarak da tanımlanabilen bir terapi tekniği olan biblioterapi, psikolojik danışman veya psikoterapist tarafından uygulanabileceği gibi eğitimciler tarafından da uygulanabilmektedir.

Bir koordinatör tarafından gerçekleştirilen rolüyle tanımladığımızda biblioterapi, “doğru zamanda, doğru kişiyle, doğru kitabı buluşturarak, kişinin kişisel ve duygusal sorunlarıyla yüzleşmesi sonucunda; rahatlaması, kendini tanınması, iç görü kazanmasına yardımcı olunan süreçlerdir”. Bu açıdan bakıldığında biblioterapinin, kitaplar yardımıyla kişinin sorunlarını tanıyıp çözebilmesinde

---

<sup>131</sup> Peseschkian, a.g.e., s. 50.

<sup>132</sup> A.e., s. 46.

<sup>133</sup> Uğur Öner, “Biblioterapi”, Çankaya Üniversitesi Fen-Edebiyat Fakültesi Sanat ve Bilim Dergisi, sayı:7, 2007, s. 135.

kullanılan bir yardım yaklaşımı olduğu anlaşılmaktadır.<sup>134</sup> Biblioterapi; biblioeducation, bibliocounseling, bibliopsychology, library therapeutics, bibliophylaxis ve literatherapy gibi isimlerle de tanınmaktadır.<sup>135</sup>

Eski Yunan'da biblioterapinin tanımını bir kütüphanenin girişinde yazan şu söz vermektedir: "İnsanın Ruhunun İyileştirildiği Yer".<sup>136</sup> Bir anlamda kitaplar, psikolojik danışmanlar gibi yardım sunarlar, terapist işlevi görürler<sup>137</sup>. Bu yüzden biblioterapi, pek çok eğitimci, psikolog, psikoterapist tarafından yoğun olarak kullanılmaktadırlar.

Tarihsel olarak biblioterapi, 1930'lu yıllarda, kütüphanecilerin insanları iyileştirme adına yarar sağlayan kitapları listelemeleriyle başlamaktadır.<sup>138</sup> İlk örneklerde çalışma şu şekilde işlemektedir; bir hikâye, insanın düşüncel, duygusal ve davranışsal olarak etki ederek onda terapötik değişimlere neden oluyorsa kitap listeye alınmakta, daha sonra psikolojik danışman ve psikoterapistler, yaşamakta olduğu soruna benzer bir konuyu ihtiva eden bu terapötik kitaplarla, ona ihtiyaca olan sorunlu bireyleri buluşturmaktadırlar. Böylece kişilerin durumlarına göre; kendini tanıma, içgörü kazanma ve özdeşim vb. kurarak terapötik değişimler yakalanmaktaydı. Tabi önemli diğer bir nokta da bireyin buna istekli olmasıydı.

Biblioterapi, daha sonra gelişimsel ve klinik olmak üzere iki çeşide ayrılmıştır. Biblioterapinin, gelişimsel amaçlı olanı her türden, eğitim almış almamış kişiler tarafından kullanılan, normal gelişim sürecindeki bireylere olan desteği ifade ederken, klinik amaçlı olanı, alanında eğitimini almış psikolojik danışman ve psikoterapistlerce koordine edilmektedir.<sup>139</sup>

---

<sup>134</sup> A.e., s. 136.

<sup>135</sup> John T. Pardeck, "Bibliotherapy", *Contemporary Education*, sayı: 65, 1994, s. 191.

<sup>136</sup> R. J. Riordan ve L. S. Wilson, "Bibliotherapy", *Journal of Counseling and Development*, sayı: 67, 1989, s.9.

<sup>137</sup> Öner, a.g.m., s. 135.

<sup>138</sup> S. Gladling ve C. Gladling, "The ABCS of Bibliotherapy for School Councillors", *School Counselor*, sayı:39, 1991, s. 5-7.

<sup>139</sup> Öner, a.g.m., s. 140.



Üstün ve anlamlı niteliklere sahip kitaplar, insanın psikolojisini iyileştirme ve içsel güçlerini harekete geçirme gibi olumlu yönlerden etkilerler.<sup>140</sup> Edebî eserler, insanı duyuşsal ve bilişsel yönlerden etkileri altına alarak, düşünsel ve duygusal bazı süreçler içine girmelerine neden olurlar. İnsan ağlama, gülme, heyecanlanma gibi duygusal dışavurumlar yaşarken, okuduklarından etkilenip bazı davranışlara karşı güdülenebilmektedir.<sup>141</sup>

Kitaplar, insanda özdeşleşme zemininin oluşmasını sağlar. İnsan, kendi dışındaki hayatlar hakkında fikir sahibi olup kendi hayatıyla karşılaştırmalar yapma imkânları kazanır. Orada gördüğü çözüm yollarını kendi hayatına tatbik etme yoluna gidebilir. İnsan özdeşleştiği karakterle kendine ait bilinmeyen, gizil potansiyel ve güçlü özelliklerini fark ederek harekete geçer.<sup>142</sup> Özdeşim yolu ile davranış kazanımı, biblioterapinin önemli özelliklerindedir.

Kitap okuma, insana bir nefes alma arası da verir. Kişi okurken, kendi kendine öğrenmenin keyfini yaşar. Hayatın meşgale ve gerçeklerinden uzaklaşan insan, başka hayatlara misafir olup, bir soluklanma hisseder.<sup>143</sup> Bunun yanında okuma, insanın hayat karşısındaki ezilmişliğini ve iç kırıklıklarını onarmasına, hayata yeniden sarılmasına olanak tanır.<sup>144</sup>

Hikâyeler yardımıyla, toplumun normları, değerleri ve yaşam tarzı gelecek nesillere aktarılır. Kitaplar, insana zor ulaşan ve onu zor etkileyen ahlak dersleri, öğüt ve açıklamalar yerine, kendisine bir hikâye içindeki bir armağan paketi gibi sunulan anlamla harekete geçebilir.<sup>145</sup>

Pek çok eğitimci ve psikolojik danışman, tüm bu sebepler nedeniyle, kitapları davranışsal ve duygusal problemlerle başa çıkmada etkin bir araç olarak kullanmaktadırlar. Biblioterapi de işte budur.<sup>146</sup>

---

<sup>140</sup> A.e, s. 134.

<sup>141</sup> A.e.

<sup>142</sup> A.e., s. 135.

<sup>143</sup> A.e., s.138.

<sup>144</sup> A.e., s. 139.

<sup>145</sup> A.e., s. 140.

<sup>146</sup> A.e., s. 136.

Peki, biblioterapi yönteminin pratik kullanımı nasıldır ve hangi durumlarda uygulanır? Biblioterapi, duygusal problemler, basit uyum sorunları gibi kişinin hayatının rutininde karşılaştığı günlük problemlerinin çözümlenmesinde kullanılabilirdiği gibi, psikoterapötik süreçlerde daha ağır ve karmaşık sorunların çözümünde de bir araç olarak kullanılabilir.<sup>147</sup> Bunun yanında özelde, çocuk ve genç bireylerin gelişimsel ve dönemsel problemlerinde yardım amacıyla da kullanılan etkili bir araçtır.<sup>148</sup>

Psikolojik danışman ve psikoterapistler, tedavi süreçleri içinde, roman ve öyküler kullanarak biblioterapi yaparlar. Bu süreçte takip ettikleri yol şu şekildedir. Öncelikle hastada değişim ihtiyacının hangi konuda olduğu belirlenir. Sonra o konuda okuma yapmaya başlarlar. Daha çok evrensel değerlerin işlendiği kitapları seçmeleri yararlıdır. Kitaplarda aramaları gereken şey, hastanın sahip olduğu probleme benzer ya da paralel durumları içermesidir. Bu şekilde hasta kitaba tepki verebilir.<sup>149</sup>

Bu yöntem bireysel ya da grupla psikolojik danışmanlıkta da kullanılmaktadır. İki türde de amaç kişinin okuduğu kitap hakkında düşündüklerini ifade etmesi ve kendini açmasıdır. Grupla psikoterapide bu, pek çok kişinin kendi fikirlerini paylaşmasıyla, herkesin kitapla ilgili farklı yorumlara sahip olduğunu görmesi, bilgi edinmesi ve bunları değerlendirerek zenginleşmesi noktasında ek fayda sağlar. Bireysel olarak her hasta, hikâyede seçtiği kahramanla kendi arasında benzerlik ve farklılıkları aramaya başlar.<sup>150</sup>

Biblioterapi sürecinin okuyucu/hastayı etkileyen boyutunda, hikâyeyi okumaya başlayan kişinin, hikâyenin kahramanı ile birlikte üç farklı evreden geçerek değişime uğradığı görülür. İlk evre, özdeşim ve yansıtma evresidir. Burada kitapla buluşan kişi, kitaptaki kahramanın problemini anlamaya ve kendi problemi ile karşılaştırarak aynı ve farklı yönlerini çıkarsamaya çalışır. Burada psikolojik danışman ya da psikoterapist, hastayı hikâye kahramanı hakkında konuşarak

---

<sup>147</sup> A.e.

<sup>148</sup> A.e., s. 144.

<sup>149</sup> A.e., s. 141.

<sup>150</sup> A.e., s. 143.

yorumlar yapmasında ve öyküden çıkardığı anlamı kendi hayatındaki soruna uygulamakta ona yardımcı olmalıdır. Bu evre sonunda kişi, öykü kahramanı ile özdeşim kurar ve çıkardığı anlamı hayatına yansıtırsa, psikoterapist bir sonraki evreye hazırlığa başlar.

Bir sonraki evre, arınma evresidir. Bu evre, kişinin duygularının ortaya çıkarıldığı ve onun, duygularını fark ederek ve bazı duygularından arınarak (katersis) rahatlama yaşadığı evredir. Kişi bu rahatlama ya içinde yaşar ya da sözel olarak ifade eder. Bu evrede biblioterapi ‘bir okuma süreci’nden çok farklı bir hal alır. Kişi bastırıldığı, sakladığı, tanışmadığı, ya da isimlendirmedeği pek çok duygu ile karşılaşır ve onları yaşayarak anlar.

Son evre, içgörü ve bütünlük kazanma evresidir. Bu evrede hikâyeden etkilenen okuyucu, harekete geçirdiği içsel yaratma gücünü kullanmaya ve danışmanın yardımıyla kazandığı içgörü sayesinde, kendi problemine ilişkin çözümler üretmeye başlar. Artık sorunlarıyla başa çıkmada yeni çözüm yolları üretebildiği içsel bir güce sahiptir.

Biblioterapinin hedefleri bu noktada genel olarak; problem hakkında bilgi ve probleme karşı içgörü sağlamak, problem hakkında tartışma yaratmak, problem hakkında yeni değer ve duruşlar kazandırmak, başkalarının da aynı problemlere sahip olduğu bilincini yaratmak ve problemlere çözümler bulmaktır.<sup>151</sup>

### **2.3. Hikâyelerin Psikoterapötik Özellikleri**

Hikayeleri psikoterapilerinde kullanan psikoterapi ekollerini, çeşitli açılardan önceki bölümümüzde inceledik. Bu bölümümüzde, bahsi geçen psikoterapi ekollerinin, hikayelerin insan psikolojisine olumlu etkileri bağlamında ortaya koyduğu özellikleri bir araya getirmeye çalıştık. Aşağıda, bu özellikler başlıklar altında incelenmiştir.

---

<sup>151</sup> Pardeck, a.g.m., s. 191.

### 2.3.1. Kavramayı kolaylaştırmaları

Eskiden beri hikâyeler, teorik bir bilginin açıklamasını yapmak, örnek düzeyinde bilgi sunmak ve işaret edilen konunun pratikteki sonuçlarını resmetme amaçlı olarak kullanılmış ve kullanılmaya devam edilmektedir. Bu özellikleriyle hikâyeler, kavrama üzerinde önemli etkilere sahiptir.

Terapi, hasta ile uzman kişi arasında köprüyü temsil ettiğinden, anlaşılır olmak büyük önem taşımaktadır. Bazı terapistlere göre; anlama ve kavrama, hikâyelerle, yani sözel imgelerle desteklenmelidir.<sup>152</sup> Terapötik süreçte, hikâye kullanımı, metaforik düşünceyi psikoterapi sürecine dahil etmesi yönüyle, kavrayış noktasında fayda sağlamayı üst düzeye çıkarmaktadır.<sup>153</sup> Peseschkian'a göre de hikâyeler, kavramayı sağlayarak anlayış gösterme yeteneğinin gelişmesine yardımcı olurlar.<sup>154</sup>

### 2.3.2. Karşıt Düşünce ve Zıtlıkları Bir Arada Vermeleri

Hikâyeler, içlerinde karşıtılık taşıyan öğeler ihtiva ederler. Onlar, tezatlıkların ahengiyle oluşan bir estetik dokuya sahiptirler.<sup>155</sup> İçlerinde doğru-yanlış, iyi-kötü, adalet-zulüm, tevazu-kibir vb. zıtlıklarla bir çatışma durumu vardır.

Terapist de hikâyeleri sunarken bu karşıt durumların kullanımından faydalanmaktadır. Terapist hastaya, kabul ya da reddedebileceği bir karşıt kavram sunar. Kişi, karşıt durumlar ihtiva eden bu bilgiyi sonuçlarıyla beraber değerlendirilerek, kendi yeni ve bildik durumuna uygular.

Bu bağlamda hikâyeler, hasta için bir nevi reçetedir. Hasta, bu karşıt düşünceler üzerinde düşünür. Bazı terapilerde bu, hastaya bir ödev olarak, onu okuması, üzerine düşünmesi ve anladıklarını yazması istenerek yapılır. Hikâye üzerine kafa yoran kişi, şiirsel bir dil yardımıyla, içerdği bilgiyi dolaylı olarak vurgulayan hikâyeden, 'verilmek istenen mesajı' alarak, karşıt durumlardan kendisi

---

<sup>152</sup> Peseschkian, a.g.e., s. 11.

<sup>153</sup> A.e.

<sup>154</sup> A.e., s. 10.

<sup>155</sup> Birkan, a.g.e., s. 38.

için faydalı olanı seçer.<sup>156</sup> Bu da hikâyelerin, davranış değişikliğine sebep olan, karşıtları ihtiva ederek terapötik etkide bulunma özelliğinin neticesidir.

### 2.3.3. Çarpıcı ve Hatırlanabilir Olmaları

Psikoterapide kullanılan hikâyeler, çarpıcı ve hatırlanabilir olma özelliklerine sahiptir. Hasta, hikâyelerle karşı karşıya geldiğinde, onda bir farkındalık ve bir şaşkınlık hali oluşur. Ve bu hal, hastanın, hikâyelerin vermek istediği mesajlar üzerine düşünmeye başlamalarını sağlar.

Otto'ya göre, hikâyelerin bilişsel bilgi işleyişini geliştirmelerinin nedeni, onların çarpıcı ve hatırlanabilir olmalarıdır. O, uygun ve hatırlanabilir terapötik rehberler olarak hizmet eden hikâyelere örnekler de vermiştir.<sup>157</sup> “Küçük Beysbol Ligi Oyuncusu Jonny” adlı hikâyeye, bu örneklerden biridir. Jonny, bu hikâyeye göre, gelen bir topu yakalamada başarısız olur. Koç A, Jonny'e çıkışır ve onunla alay ederek; “Köpeğim bile o topu tutardı”, der. Buna karşılık Koç B, yapıcı bir karşı tepki vererek; “Bir dahakine bir adım geride durarak topu tutmaya hazırlan”, der. Bu kısa hikâyeyi dinleyen hasta, pozitif ve yapıcı olmanın Jonny için daha faydalı olduğunu anlar. Bunun sonucunda hasta, bir hafta boyunca Koç B gibi davranmaya çalışır. Ters tepkide bulunma ve küçümseme yerine; yapıcı ve pozitif olmak için uğraşır. Otto, bu kısa hikâyenin, rasyonel düşünmeyi kolaylaştıran hatırlanabilir ve çarpıcı bir hikâyeye olarak; hikâyeye ile tedavi tekniğinde kullanılabilir olduğu sonucuna varır.<sup>158</sup>

Hikâyelerin hatırlanabilir olmaları önemlidir. Hikâyeyi dinlediğimizde onda hissettiğimiz bir duygunun veya sahnenin günlük yaşam içinde hatırlanması, hikâyenin kullanılabilirliğini ve hayata tatbikindeki etkilerini artırmaktadır. Mesela, Erickson'un hikâyelerinin birisinden hatırlanan tek bir ifade tüm günün duygusunu değiştirebilmektedir.<sup>159</sup>

---

<sup>156</sup> Peseschkian, a.g.e., s. 42.

<sup>157</sup> Otto, a.g.m., s. 166-172.

<sup>158</sup> Aktaran: Heffner, a.g.e., s. 5. (Michale W. Otto v.d., *Stopping Anxiety Medication: Panic Control Therapy for Benzodiazepine Discontinuation: Therapist Guide*, San Antonio, Psychological Corporation, 1996)

<sup>159</sup> Rosen, a.g.e., s. 31.

İnsanlar, okudukları kitaplardan, dinledikleri hikâyelerden; kendileriyle iletişime geçen, onların duygularını yakalayabilenleri unutmazlar. Bunlar, insanda derin izler bırakır. İnsanın hayatında, izleri devamlılık arz eden, belleğinden silinmeyen, yaşamını biçimlendirmede önemli rolü olan birçok öykü vardır.<sup>160</sup> Terapi esnasında anlatılan öyküler de bu minvalde düşünülmalıdır.

#### **2.3.4. Farklı Durumlara Uygulanabilirlikleri**

İçinde çok sayıda imge ihtiva eden hikâyeler, hastanın hayat içinde karşılaştığı farklı durumlarda uygulanabilirler. Hasta, terapi sırasında dinlediği hikâyeyi, günlük hayatındaki pratiklerinde kullanmaya başlar ve farklı pek çok durumda bu hikâyeden öğrendiği davranışları uygulayabilir. Otto, hikâyelerin hastanın hâlihazırdaki problemine anlamlı olarak uygun olabildiğini ve bunun sonucunda hikâyeden çıkan dersin, terapi seansından hastanın günlük hayatına genelleşebildiğini söyler.<sup>161</sup> Benzer durumlar hikâyeyi hastanın aklına getirir ve böylece hasta günlük yaşamındaki kişisel tedavisinde de (self-help) onları kullanır.

Hikâye, bu farklı durumlara uyarlanırken farklı şekillerde yorumlanabilir. Kişi, hikâyeye ilgili, kendi yeni kavramlarını oluşturabilir, asıl anlamdan daha geniş bir anlamla hikâyeyi yorumlayabilir. Bu anlamda hikâyeyi bir 'depo'ya benzeten Peseschkian, kişinin hikâyeden uzun süreli etkilenecek, bu farklı durumlara uygulama pratiğiyle, terapistten bağımsızlaşabildiğini söyler.<sup>162</sup>

#### **2.4. Hikâyelerin Psikoterapötik Etkileri**

Psikoterapötik açıdan sahip oldukları özellikler yanında hikâyeler, insan üzerinde pek çok yönden olumlu etkilere sahiptir. Bu bölümümüzde, hikâyelerin bu etkileri konu edilmiştir.

---

<sup>160</sup> Öner, a.g.m., s. 137.

<sup>161</sup> Otto, a.g.m., s. 166-172.

<sup>162</sup> Peseschkian, a.g.e., s. 37-38.

Önceki bölümlerde incelediğimiz, hikayeleri psikoterapilerinin destekleyici bir unsur olarak kullanan ekoller, hikayelerin işlevsel ve olumlu etkilerinden çokça bahsetmişlerdir. Biz de çalışmamız süresinde ulaştığımız bu etkileri, belli ortak özellikler bakımından inceleyerek belli başlıklar altında mantıksal bir düzen içinde sunmaya çalıştık. Bu açıdan, hikayelerin psikoterapötik etkilerini iki başlık altında inceledik.

İlk başlıkta hikayelerin, insanın sezgisel düşünme gücüne etki ederek, onu daha işlevsel ve fayda elde edeceği bir yönde kullanmasını sağlaması yönündeki etkilerinden bahsedilmiştir. İkinci başlıkta ise, hikayelerin insan davranışını değiştirme ve ona rehber olma noktalarında sahip olduğu etkiler bir arada verilmiştir.

#### **2.4.1. Sezgisel Düşünme Gücünü Harekete Geçirmeleri**

Terapötik hikâyeler, sezgisel düşünme gücünü harekete geçirirler. Bu özelliklerini alt maddeler halinde incelemeyen önce, insanın sezgisel yönü ve düşünme gücü hakkında bilgi vermek yerinde olacaktır.

İnsanda iki temel bilinç biçimi bulunmaktadır. Bunlar analitik ve bütüncül (holistic) bilinç biçimleridir. Analitik bilinç, -bilinen bir hikâyeye atıfla- bir filin tek tek parçalarını görme; bütüncül ise, tamamını görmedir. Bu iki bilinç birbirini tamamlayan iki yarım gibidir. Bunlar bilme biçimi olarak sırasıyla; rasyonel/doğrusal ve rasyonel olmayan/sezgisel olarak tezahür ederler.<sup>163</sup>

Bilgi rasyonel bilgi ve sezgisel bilgi olarak ikiye ayrılır. Bazılarının bilginin sadece rasyonel yönünün olduğunu söyleyerek onu ön plana çıkarması bir eksikliklerdir. En rasyonel ve en mantıklı olarak nitelendireceğimiz bilimsel araştırmalarda bile, rasyonel bilgi dışında, sezgisel bilgi dahil diğer bilgi türleri de zaruri olarak kullanılmaktadır.<sup>164</sup>

Albert Einstein'ın "Gerçekten değerli olan sezgidir"<sup>165</sup> dediği sezgisel bilgi, uzun bir süre görmezden gelinmiş, fakat artık çağdaş psikolojide de kabul edilir hale

---

<sup>163</sup> Ornstein, a.g.e., s. 25-26.

<sup>164</sup> A.e., s. 21.

<sup>165</sup> Aktaran: A.e., s. 76.

gelmiştir. Ornstein'in ifadesiyle; “‘normal’ sınırların ötesinde birçok kapasiteyi içeren, yeni ve genişletilmiş bir insan kavramı doğmaya başlamaktadır”.<sup>166</sup>

Aslında en önemli şey rasyonel ve sezgisel bu iki bilinç biçimini tamamlayıcı olarak işleme sonucunda elde ettiğimiz ürünlerdir.<sup>167</sup> Bilim adamları bu yüzden, sezgisel yanın gelişmesinin bir ihtiyaç olduğunu söylerler.<sup>168</sup>

Sezgiyi; “gerçekliğe yönelik yaratıcı ilerleme”<sup>169</sup> olarak tanımlayan Ornstein, insanın hayat hakkında bilgileri iki yoldan aldığını söyler. Birincisi bilimsel ve mantıksal yoldur ki burada yapılan şey bilgilerin girdilenmesi ve biriktirilmesidir. Diğer yol ise sezgisel yoldur ki sûfiler bu yolla algı organının geliştirilmesini hedeflerler.<sup>170</sup>

Hikâyeler de bu bölümde açıklayacağımız özellikleriyle, insanın bu sezgisel yanına hitap ederler. Peseschkian bu konuda; “Hikâyelerde, mitoslarda, meselerde ve kavramlarda, insanın kendisini tanıyıp, çatışmalarını çözmesinde yardımcı olacak fantezi ve sezgiye daha fazla yer olduğunu görüyorum”<sup>171</sup> demektedir. Hikâyeler; akıl, mantık ve başarı ilkelerinden çok, sezgi ve fantezi ile ilişkilidirler.

Bir öğrencisi kitabında Erickson'a hitaben: “Bana bilgi ve bilmek arasındaki farkı öğrettiğiniz için çok teşekkür ederim,” der.<sup>172</sup> Bu, sezgisel yöne vurgu ile söylenmiş bir ifadedir.

Diğer yandan terapidaki hikâyeye kullanımında, terapist hikâyeye anlatırken; soğuk, soyut ve kuru bir ortam değil; hasta ile terapistin yaklaştığı, açık, dostluk ve işbirliğinin sağlandığı bir ortam oluşur. İşte bu ortamın oluşmasında sezgi ve fantezi rol oynar. Hikâyeler; fanteziye, metaforik düşünceye, fantastik içeriğe, engelsiz ve korkusuz tepki oluşturmaya ve hayranlık duygusuna kapı aralarlar. Hikâyeler,

---

<sup>166</sup> A.e., s. 23.

<sup>167</sup> A.e., s. 27.

<sup>168</sup> A.e., s. 75.

<sup>169</sup> A.e., s. 77.

<sup>170</sup> A.e., s. 162.

<sup>171</sup> Peseschkian, a.g.e., s. XIII.

<sup>172</sup> Rosen, a.g.e., s. 19.



Peseschkian'ın ifadesiyle; “kişisel isteklere, yakın ve uzak amaçlara köprü oluşturur, ütopyalara, gerçeğin alternatiflerine var olma olanağı tanır”.<sup>173</sup>

Şimdi sezgisel düşünme gücünü harekete geçirme açısından hikâyelerin özelliklerini maddeler halinde inceleyelim.

#### 2.4.1.1. Mecazlar

Mecaz ya da diğer karşılığı ile metafor, bir nesneyi, olguyu veya bir kavramı ya anlaşılır kılmak, ya da vurgulamak amacıyla çok iyi bilinen veya anlaşılan bir sembolle, olayla veya şeyle benzerlik kurmaya veya bu şekilde benzerlik kurulan şeye denir.<sup>174</sup>

Sözlükte “bir yeri yürümek sûretiyle geçmek, yol kat etmek” anlamında “c-v-z” kökünden isim veya mastar olan mecaz kelimesi; bir ilgi ve karine ile asıl anlamından alınarak gerçek anlamı dışında, ilgili bulunduğu başka bir mânâyâ nakledilen lafız, bu anlamda kullanılan kelime veya terkidir.<sup>175</sup>

Mecaz, hem sözlük hem de terim anlamları bakımından hakikat yani gerçekliğin karşıtı durumundadır. Çünkü hakikat, ‘gerçek anlam’ında kullanılan lafız ifade ederken mecaz, hayalî ve gerçek olmayanı temsil eder. Bu noktadan hareketle mecazın tam tanımının; “hakikat mânâsı ile nakledilecek mânâ arasında bulunması gereken bir alaka ve hakikat anlamının kastedilmesine engel olan bir karinenin bulunması halinde ortak bir iletişim dilinde, konulduğu anlamının dışında kullanılan lafız”<sup>176</sup> şeklinde olabileceğini söyleyebiliriz.

Mecazı, sözlük ve terim anlamlarıyla inceledikten ve onun hakikat yani gerçek anlam karşısındaki durumunu gözden geçirdikten sonra psikoloji içindeki metafor araştırmalarını incelemek yerinde olacaktır.

Çağdaş dönemde, metafor üzerine araştırmaları ile tanınan ünlü Amerikan dilci George Lakoff, metaforların bağlamını yalnızca dil alanı ile sınırlı tutan

<sup>173</sup> Peseschkian, a.g.e., s. 40.

<sup>174</sup> Budak, “Mecaz”, *Psikoloji Sözlüğü*, s. 501.

<sup>175</sup> İsmail Durmuş, “Mecaz”, *Türkiye Diyanet Vakfı İslam Ansiklopedisi*, C:28, s. 219.

<sup>176</sup> A.e., s. 220.

anlayışlara karşı çıkararak, onların düşünce ve davranış üzerindeki etkilerine dikkat çekmiştir.

Ona göre, geleneksel metafor incelemeleri edebiyatla sınırlandırılmıştır ve pek çok insana göre metafor poetik (şiirsel) bir imaj ve retorik (güzel söz söyleme sanatı/ belagatla oluşturulmuş) bir gösteriş aracıdır.<sup>177</sup> Hatta çoğuna göre metaforlar, sadece dilin bir karakteristiği, düşünce ve eylemlerin değil, kelimelerin bir özelliği olarak görülmektedir.

20. yy'da metafor üzerinde yapılan çalışmalar ve özellikle de Lakoff ve Johnson'un 1980 yılında yayınladıkları "Metaphors We with Live by" adlı kitapla ortaya koyduklarıyla; "Çağdaş Metafor Teorisi" olarak anılan teori ortaya çıkmıştır. Bu teori, günümüzde metafor kavramının, disiplinler arası uygulamalarla biliş/zihin (cognition) ve bildirişim (communication) çalışmalarının merkezine yerleşmesini sağlamıştır.

Bilişsel anlambilim (cognitive semantics) alanındaki bu çağdaş metafor teorisine göre metafor, sadece dilde değildir. Düşünme ve eylemde kullandığımız gündelik kavramsal sistemimizin temelinde de metaforik bir yapı vardır.<sup>178</sup> Yani çağdaş metafor incelemesine göre metafor; bir düşünce malzemesi, insan kavrayışının bir şekli olarak ve sadece bir söz figürü değil aynı zamanda bir 'düşünce figürü' olarak görmektedir. Diğer bir ifade ile metaforun özü, bir tür şeyi başka tür bir şeye göre anlamak, tecrübe etmektir.<sup>179</sup>

Bu anlayış, bilişsel ve klinik psikolojide metaforlarla ilgili çalışmalara büyük bir ilgi ortaya çıkmasına neden olmuştur.<sup>180</sup> Metaforlar, bilişsel ve tecrübî araştırma içinde, analogik düşünme ve problem çözmedeki işlevlerinin yanı sıra, zihni modelleme ve işleme sürecinde kullanılan örnekler olarak çalışılmaya başlanmıştır.

---

<sup>177</sup> George Lakoff ve Mark Johnson, **Metaforlar: Hayat, Anlam ve Dil**, İstanbul, Paradigma Yayınları, 2005, s. 25.

<sup>178</sup> **A.e.**  
**A.e.**, s. 27.

<sup>180</sup> Karin S. Moser, **Metaphor Analysis in Psychology—Method, Theory, and Fields of Application**, (çevrimiçi) <http://nbn-resolving.de/urn:nbn:de:0114-fqs0002212>, 15.05.2011.

Bu minvalde yapılan pek çok araştırma neticesinde, metaforların psikoloji üzerindeki etkileri bağlamında pek çok veriye ve özelliğe ulaşılmıştır.

Metaforlar, bilişsel bilgi işleme sürecine etki etmektedirler. Karmaşık konuların kavranmasını, tecrübelerin ve davranışların yorumlanması ve daha fazla algılanmasını sağlamaktadırlar.<sup>181</sup> Metaforlar iç-gözlem, sezgi ve bildirişim süreçlerinde değerli birer araç olmakla beraber dünyayı ve kendimizi algılamamızı etkileyen zihni ayarlamalarımızda (mind-setting) önemli fonksiyonlara sahiptirler.<sup>182</sup>

Yine onlar, zihnî çalışmalarda incelenen örtülü bilgilerin<sup>183</sup> (tacit knowledge) tanımlanmasında başarılıdırlar. Örtülü bilgiye erişilebilirlik önemli bir konudur. Bu açıdan metaforlar günlük ya da profesyonel dilde uzak durulan metaforik ifadelerle kolayca erişilebilen örtülü bilginin dilsel görünümüdür. Psikolojik güvenilirlik ölçülerindeki metodolojik standartlara göre de metaforlar kullanımda güvenilirlerdir.<sup>184</sup>

Metafor araştırmaları, geleneksel anlamda kullanılan metaforları da incelemiştir. Genel olarak dildeki geleneksel metaforlar, genel dil yeteneğinin bir parçası olarak sosyal etkileşimle öğrenilmektedirler. Bir kere öğrenilen geleneksel metafor, bilinçaltına yerleşir ve diğer dilsel vasıflardan daha fazla olarak, otomatik olarak kullanılır. Son araştırmalar göstermiştir ki, davranışları düzenlemede otomatik süreçler çok önemlidir. Onlar, hedef ve motivlerin otomatik bilinçaltı aktivasyonundan sorumludurlar.

---

<sup>181</sup> D. Gentner, "Flowing Waters and Teeming Crowds: Mental Models of Electricity", **Mental Models**, ed. D.Gentner ve A.L. Stevens, Hillsdale, Lawrence Erlbaum Associates, 1983, s. 99-129.

<sup>182</sup> V. Ottati v.d., "The Effect of Metaphor on Processing Style in an PersuasionTask: A Motivational Resonance Model", **Journal of Personality and Social Psychology**, sayı:77, 1999, s. 688-697.

<sup>183</sup> Bilinçsiz bilgi de denir. Davranışı ve/veya ruhsal durumları etkileyen, ancak normal koşullarda bilinçle açık olmayan bilgiler; açıkça öğrenilmeyen veya dışı vurulmayan, ancak bireysel yaşantılarla kazanılan bilgi. Bkz.: Budak, "Örtülü Bilgi", **a.g.e.**, s. 574.

<sup>184</sup> Ottati, **a.g.m.**, s. 688-697.

Metaforlar, ayrıca anlamanın sosyal ve kültürel süreçlerini etkilerler. Onlar, şema teorisi<sup>185</sup> ve bilişsel psikolojideki zihinsel model<sup>186</sup> (mental models) teorisine göre analogik düşünmenin<sup>187</sup> genel bilişsel gücüne sahiptirler. Aynı zamanda, bağlam duyarlıdırlar. Ve anlama ve öz-tanımlamanın (self-definition) sosyal ve kültürel süreçlerine etki ederler.<sup>188</sup>

Bu yeni araştırma verileri ve anlayışlar, çeşitli metaforlarla bezeli hikâyeleri farklı bir gözle inceleme ihtiyacını da beraberinde getirmiştir. Hikâyeleri içerdikleri metaforlar bağlamında inceleyen psikologlar, onların insanın bilişsel süreçlerinde ve tecrübe algısında önemli bir yeri olduğunu vurgulamış ve psikoterapi içinde kullanılabilir yapıda olduklarını savunmuşlardır.

Barker hikâyeleri, tarih, mitoloji, peri masalları ve ayrıca terapistin kendi hayal gücüne dayanabilen, bir çeşit terapötik mecazlar olarak tanımlamaktadır.<sup>189</sup> Terapide kullanılan metaforlar, dolaysız anlatımla hayal gücünün bir formu olarak görülmektedirler. Kişilerin yaşadıkları tecrübeler, içinde buldukları süreçler ve sahip oldukları problemleri çözmelerine yardım edecek sonuçlar hakkında hastalarla kurulan bir iletişimi ifade ederler.<sup>190</sup>

Terapötik metaforlar; hikâyeler, anekdotlar, şakalar, atasözleri, analogiler gibi anlatımlar içinde verilirler. Onlar, amaçlı olarak tasarlanmış sembolik mesaj ve iyileştiren terapötik süreçlerin bir kombinasyonudurlar.<sup>191</sup>

Sheldon Kopp; “Genel olarak, bir metafor, bir şeyin başka şeylerin terimleriyle ifade edilmesine dayanan bir anlatım şekli olarak tanımlanır. Ama

---

<sup>185</sup> Bilgilerin uzun süreli bellekte olaylar, insanlar veya nesnelere hakkındaki bilgileri örgütleyen ve yorumlayan bilişsel yapılar halinde, yani birer şema olarak saklandığı teorisi. Bkz.: Budak, “Şema Teorisi”, *a.g.e.*, s. 715.

<sup>186</sup> Dünyayı, şeylerin işleyişini anlamakta, eylemlerimizi yönlendirmekte kullandığımız içselleştirilmiş genelleştirmelerden, varsayımlardan, önermelerden, kurgulardan, hatta fiziksel gerçekliğe dayanan imajlardan oluşan bilişsel çerçeve. Bkz.: Budak, “Zihinsel Model”, *a.g.e.*, s. 856.

<sup>187</sup> Biliş psikolojisinde analogi problem çözmede önemli bir yöntem olarak değerlendirilir. Kişi, yeni karşılaştığı bir problemin çözümü için, daha önce çözülmüş olan bir başka probleme ilişkin bilgisini kullanır. Budak, “Analogik Düşünme”, *a.g.e.*, s. 66.

<sup>188</sup> Moser, *a.g.m.*, s. y.

<sup>189</sup> Barker, *a.g.e.*, s. 32.

<sup>190</sup> Burns, *a.g.e.*, s. 29.

<sup>191</sup> *A.e.*, s. 29.

burada, bu birleşme tanımlanan şeyin karakterine yeni bir ışık verir”<sup>192</sup> demiştir. Kopp’un burada anlatmak istediği şey; metaforun, yerine geçtiği gerçek anlamın ötesinde daha fazla şey ifade etme gücünün olduğudur.

Ünlü psikologlardan Carl Jung’un ‘sembol’ tanımı, sık sık tanımlanan terapötik metaforun başlıca unsurlarına çok yakın anlamlar içermektedir<sup>193</sup>:

“Bir söz ya da bir imge, onun apaçık ve en yakın anlamından daha fazla şey ihtiva ediyorsa, o semboliktir. O, asla tam olarak tanımlanmamış ve açıklanmamış olan geniş bir “bilinçaltı” yöne sahiptir. Hiç kimse onu tanımlamayı ya da açıklamayı başaramaz. Akıl sembolleri keşfederken o, aklın kavrayışının altında yatan fikirlere izin verir.”<sup>194</sup>

Vurgulandığı gibi, metaforların sunduğu imgeler, sözün söylediklerinden daha fazlasına sahiptir. Peseschkian da, ilgili kitabında konuyu İncil’den belli metaforlar içeren bir ayet kullanarak açıklamıştır:

“Hükmetmeyin ki hükmolunmayasınız. Çünkü ne hükümle hükmederseniz, onunla hükmolunacaksınız; ölçtüğünüz ölçü ile de size ölçülecektir. Ve niçin kardeşinin gözündeki çöpü görürsün de kendi gözündeki mertegi seçmezsin? Yahut nasıl kardeşine: “Bırak gözündeki çöpü çıkarayım”, dersin? İşte, mertek senin gözünde! Ey ikiyüzlü, önce kendi gözündeki mertegi çıkar, o vakit çöpü kardeşinin gözünden çıkarmak için daha iyi görürsün.”<sup>195</sup>

Peseschkian’a göre bu ayette kullanılan metafor, pek çok anlam ihtiva etmektedirler. Metaforlar sunduğu imgelerle, sözün söylediğinden daha fazlasına sahiplerdir. Ayette kullanılan “kendi gözündeki mertek” metaforu, hem bireysel ve sosyal hak gereksinimini vurgulamakta, hem de bireysel gereksinim ve suçluluk duygularını iletmektedir. Ayrıca terapötik anlamda, kişinin çevresindeki insanların sorunlarıyla alakadar olmadan önce kendi sorunlarıyla ilgilenmesi gerektiği dolaylı

---

Sheldon B. Kopp, **Guru: Metaphors from a Psychoterapist**, California, Palo Alto, 1929, s. 17.

<sup>193</sup> Burns, **a.g.e.**, s. 28.

<sup>194</sup> C. G. Jung, **Man and His Symbols**, New York, Dell, 1964, s. 20-22.

<sup>195</sup> **Matta**,7:1-5, s. 7.

olarak salık verilmektedir.<sup>196</sup> Profesyonel psikoterapi etiği açısından düşünüldüğünde de, bu metafor, eğitimi süresince psikoterapistin, hastalarını tedavi etmeden önce kendisini psikoterapiden geçirmesi anlamını da içerebilmektedir.<sup>197</sup>

Buraya kadar anlatılanlar, hikâyelere terapötik özelliği veren en önemli öğelerden birinin, insan psikolojisine dolaylı etki bağlamında pek çok önemli role sahip olduğu kanıtlanmış metaforlar olduğunu ifade etmektedir.

#### **2.4.1.2. Gizli Telkin/ Dolaylı Mesaj İçermeleri**

Psikoterapide telkin, kişinin bir düşünceyi, inancı veya tutumu eleştirel olmaksızın benimsemeye veya belli bir davranışa girmeye özendirilmesi; bu amaçla kullanılan yöntem veya malzeme anlamına gelir.<sup>198</sup> Telkin; sözlü, dolaylı veya görsel olabilmektedir.<sup>199</sup>

Telkin, pek çok psikoterapi ekolünde hastada davranış değişikliğini sağlamaya yönelik bir teknik olarak kullanılmaktadır. Önceki bölümlerde üzerinde durduğumuz Ericksoncu Terapi için de telkin ve gizli telkin, sıkça kullanılan tekniklerdendir.

Gizli telkin, benimsetilmek istenen mesajın dolaylı bir yolla iletilmesidir. Diğer bir ifadeyle, dolaylı mesaj iletimidir. Bu, bir müzik, bir sinema ya da görsel sunu içinde verilebileceği gibi, sözlü materyaller içine de yerleştirilebilmektedir. Hikâye ile tedavi yönteminde telkin, hikâyelerle yapılır.

Bu anlamda gizli telkinin ana kaynakları; analogiler, mecazlar ve hikâye anlatımıdır. Erickson, içlerine gizli telkinler serpiştirdiği hikâyeleri, bilinç ve bilinçdışının ikisini de ihtiva ederek onlara etki edebildikleri için kullanmıştır. Onlar hipnotik öğrenme kullanımı için de temel araçlardandır.

Hikâyeler içinde bulunan indirek/dolaylı mesajlar gizli telkinin araçlarıdır. Rossi, Erickson'un kullanımı çerçevesinde bu konuyu şöyle açıklar:

---

<sup>196</sup> Peseschkian, a.g.e., s. 66.

<sup>197</sup> A.e.

<sup>198</sup> Selçuk budak, "Telkin", a.g.e., s. 736.

<sup>199</sup> A.e.

“Erickson, bu mesajları, birkaç hikâye ya da anekdot içinde, günlük diyalog içine yerleştirir. Bu dolaylı mesaj içeren hikâyeler alakasız gibi gözükse de, hepsinin hastanın problemiyle ilinti ortak bir paydası veya merkezi bir çağrışımı vardır. Hasta terapistin terapi saatinde neden böyle ilginç, fakat bazen görünüşte ilgisiz bir konuşma yaptığını merak edebilir. Fakat eğer hikâye; ortak bir bağlantı, problemi ile ilgili bir yöne sahipse, hasta sürpriz bir şekilde o konu hakkında konuşurken kendini bulabilir.”<sup>200</sup>

Gizli telkinin pek çok avantajı bulunmaktadır. Örneğin, gizli telkin, açık telkinden daha etkilidir. Çünkü bilinç açıktan telkinlere direnç gösterirken, gizli telkinler dirence maruz kalmaksızın bilinçaltına akarlar. Farkında olmadan sonradan faaliyete geçerek bilinci etkilerler. Bu açıdan uygulanması ve kabulü açık telkine göre çok kolaydır.<sup>201</sup>

Bunun yanında hikâyeler dolaylı anlamlar taşırlar ve hastaya almaları gereken dersi vermenin psikoterapötik avantajını verirler ki bu yüzden, değişim, terapistin dış telkinlerinden çok hastanın içsel davranışında meydana gelir.<sup>202</sup> Ericksoncu anlayışa göre, hasta içsel arayışları kendine ait algısı ile sınırlıdır ve direkt olarak onu zorla değiştirmeye kalkmanın bir faydası ve etkisi yoktur.<sup>203</sup> Bu yüzden terapötik telkinler hastanın ilgisinden ve terapistin açık fokusundan uzakta, hikâyeler arasına serpiştirilir.<sup>204</sup>

Erickson’un karşılaştığı vakalarda sık sık kullandığı dolaylı telkine pratik bir örnek vermek konunun anlaşılması açısından faydalı olacaktır. Semptom düzeltme ve acı kontrolü üzerine makalesinde bulunan bu örneğe göre<sup>205</sup>, Erickson, ölümcül kanser hastası Joe’ya, domates fidanları hakkında destekleyici ve içinde saklı komutlar ve pek çok dolaylı telkin bulunan mecazî bir hikâye anlatmıştır.

---

<sup>200</sup> M. Erickson ve E. Rossi, *Hypnotherapy*, Irvington, New York, 1979, s. 21

<sup>201</sup> Kubilay Aktaş, *Gizli Telkinle Kuran Terapisi*, İstanbul, Elest Yayınları, 2009, s. 61.

<sup>202</sup> Zeig, *A Teaching Seminar with Milton H. Erickson*, s. 16-18.

<sup>203</sup> Heffner, *a.g.e.*, s. 6.

<sup>204</sup> Rosen, *a.g.e.*, s. 26.

<sup>205</sup> Milton Erickson, “The Interspersal Hypnotic Technique for Symptom Correction and Pain Control”, *American Journal of Clinical Hypnosis*, sayı: 8, 1966, s. 198-209.

“... biri toprağa bir domates tohumu diker. Sonra kendisini meyve sahibi yapmasıyla *memnun edecek* olan domates fidesinin büyümesini *diler*. Tohum suyu emer. Bunu yapmakta çok *zorlanmaz* çünkü yağmur *huzur, rahatlık* ve çiçek ve domateslerin büyüme zevkini *getirir*.”<sup>206</sup>

Bu örnek, Erickson’un Joe’nun bilinçaltı aklına kesin tecrübeleri telkin etmesi ve onda, etkili bir uyum yaratması için gerekli olan analogik imkânlılıkların kullanımını göstermektedir (*huzur ve rahatlık*). Ve uygun komutları kafasına sokmak, (*dilemek, hissetmek*) ve oradan da Joe için daha etkili bir yön belirleme ve uyum kurmaya yönlendirmek (*memnun etmek*) için mecazlar kullanmıştır.

Gordon, bu tekniğin, terapist, hastanın Erickson’un terapötik olarak uygun ve yararlı saydığı tecrübe ve düşünme yollarında başarı kazanmasını sağladığını ifade etmiştir.<sup>207</sup>

#### **2.4.1.3. Bilinçli Aklın Direncini Kırmaları**

İnsan kendine yöneltilen öğüt, nasihat, yapıcı direktif ve talimatlara –ne kadar iyi niyetli olduğunu bilse de– direnç gösterir. Bu, insanın yapısında olan bir özelliktir. Bu özellik, terapide de devam eder ve ruhsal bozukluk ve davranışlarda değişim sağlama amacını güden psikoterapist ve fayda sağlama amaçlı terapiye katılan danışan için olumsuz etki yaratır.

Ornstein direnç gösterme nedenlerimiz hakkında şunları söyler:

“Önkabullere dayalı olarak kurduğumuz dünya tutucudur. Kabullerimizi değiştirmemiz, yeni kanıtların zorlayıcılığına rağmen güçtür. Yeni girdilere karşı gösterdiğimiz tutuculuk ve karşı koyma, kişisel bilincimizde bir kalıcılık düzeyine ulaşma uğruna ödediğimiz bir bedeldir.”<sup>208</sup>

---

<sup>206</sup> Heffner, a.g.e., s. 14.

<sup>207</sup> Aktaran: David E. Mullen, *The Effects of Ericksonian Storytelling on Locus of Control*, The Fielding Institute, Yayınlanmamış Doktora Tezi, 1987, s. 14. (D. Gordon, *Therapeutic Metaphores*, California, Meta Press, 1979)

<sup>208</sup> Ornstein, a.g.e., s. 19.



Buna ek olarak Ornstein, dünyayı kendi kişisel bilincimizin oluşturduğunu ve yaşantımızın dış nesnel gerçekliği harika bir biçimde temsil ettiğini düşünerek bir hata yaptığımızı söyler.<sup>209</sup>

Erickson, bahsettiğimiz bu direnci, dolaylı telkin yaparak kırma yoluna gitmiştir. Hikâyeler, analogiler, mecazlar, genel geçer ifadeler, ima ve sorular yoluyla, Erickson, bilinçaltı ile iletişim kurmak için, bilinçli aklın direncini atlamaya çalışmıştır.<sup>210</sup>

Beahrs, Erickson'un insanda oluşan bu direnci kırmasını sağlayan gizli telkin kullanımı hakkında şöyle bir açıklama yapar:

“Bir hasta, direk olmaktan korkan biridir. Sağlıklı bir insan, açıktır. Problemi tanımlar, alternatifler düşünür, süreç içinde engellerle yüz yüze de gelse, istenen sonucu vermede başarılı olacağını düşündüğü yolu seçer ve yapar. Ama nasılsa, nevrotik ve rahatsız kişi, bunu yapmaktan korkar. Nevrozlular, şizofrenler gibi, davranışlarında çok dolaylıdır. Fakat Erickson'un etkileyici, derin inancı odur ki, rahatsız bir hastayla iletişim sağlamak ve ona ulaşmak için onla onun terimleri ile konuşmak gerekir. Eğer direkt olarak hastalarla yüzleşirseniz, hayatlarındaki dolaysızlığa karşı geldikleri gibi, aynı sebeplerle size karşı direnç gösterirler.”<sup>211</sup>

Peseschkian, hikâyelerin, bilinçli olarak kullanıldıklarında, hastanın kendi dünyasında olmadığı ve zayıflıklarını açığa çıkarmaya bağlı direnci harekete geçirmediği için, hastanın varolan çatışma ve problemlerine karşı tutum üretip geliştirmesine yardımcı olduklarını söyler.<sup>212</sup>

Yine ona göre, yüzme bilmeyen kişinin, yardım sandalına binmesine yardımcı olan can simidini çıkarmaktan korktuğu gibi, hasta da onu çatışma girdabına sokmasına karşın, hayatı boyunca kullandığı düşünceleri terk etmekten çekinir ve korkar. Çünkü hasta, terapistin ona sahip olduklarından daha iyilerini verip

---

<sup>209</sup> A.e., s. 30.

<sup>210</sup> Heffner, a.g.e., s. 7.

<sup>211</sup> J. O. Beahrs, “Integrating Erickson’s Approach”, *American Journal of Clinical Hypnosis*, sayı:20, 1977, s. 57-58.

<sup>212</sup> Peseschkian, a.g.e., s. 11.

veremeyeceğinden emin değildir. Bu yüzden hasta çeşitli savunma mekanizmaları ve dirençler geliştirir. Fakat psikoterapist bu savunma mekanizmalarına cepheden hücum ederse, karşılaşacağı şey cephe savunması olur.<sup>213</sup>

İşte bu noktada hikâye kullanılmasının çok uygun olacağını söyleyen Peseschkian, şöyle bir açıklama yapar:

“Yabancı düşünce ve davranışlara direnç gösteren, yeni şeylerin saldırgan ve tehlikeli olarak algılanmasına yol açan duygusal engellerin ortadan kaldırılması hikâyelerle olur. Bu duygusal engel, anlama ve kabul karşısında hemen bir savunma oluşturur. Fakat günümüzde önyargının varolan olumsuzlukları kültürlerarası hikâyelerle aşılabılır. Kişi, farklı düşünce şekillerini öğrenebilir ve belki kendi içinde benimseyebilir.”<sup>214</sup>

#### **2.4.1.4. İçsel Gücü Harekete Geçirmeleri**

İnsanlar genellikle sahip oldukları potansiyelin farkında değildirler. Bu durum, onların problemleriyle yüzleşme ve üstesinde gelmeye çalışma noktalarında pasif davranmalarına neden olur.

Terapi, olumlu değişimler sağlama amacına hizmet ettiğinden, kişinin içinde saklı bulunan değiştirebilme gücünün hastanın bilinç düzeyine çıkarılması noktası, çok fazla önem arz etmektedir.

Erickson'un bu konudaki düşünceleri de bu minvaldedir. Ona göre, hastaların problemleri vardır çünkü kullanabilecekleri kabiliyet ve gücün farkında değildirler. O, bireyleri “kendi öğrenilmiş sınırlılıklarından özgür bırakmaya” çalışmıştır.<sup>215</sup>

Ericksoncu psikoterapi, uyandırma (farkına varış) ve bu saklı potansiyelleri ortaya çıkarma kullanımından ibarettir.<sup>216</sup> Erickson, bilinçaltının, yaratıcılık ve dirençten oluşan bir depo olduğuna inanmaktadır. Bunu şu sözlerle dile getirir:

---

<sup>213</sup> A.e., s. 36-37.

<sup>214</sup> A.e., s. 39.

<sup>215</sup> Heffner, a.g.e., s.22.

<sup>216</sup> A.e.

“Hastama bir bilinç akli ve bir bilinçaltı akla sahip biri olarak yaklaşıyorum. İkisinin de bir kişide ve benimle birlikte ofisimde olmasını bekliyorum. Ve ben bilinç düzeyinde biriyle konuştuğumda, onun ayrıca beni bilinçaltı düzeyi ile dinlemesini ümit ediyorum.”<sup>217</sup>

Hikâyeler de işte bu noktada, hastanın bilinçaltı düzeyine yönelik olarak kullanılan, sezgisel yöne hitap eden araçlardır. Hasta, farkında olmadan hikâyenin iyileştirici ve eğitici yönüne maruz kalır ve içindeki saklı potansiyellerin farkına varır.

Hikâyelerin etkisi, daha çok içsel deneyimlerle kendini gösterir. Hikâyeleri duyan birçok insan, kendilerini daha fazla özgür ve yaratıcılıkla davranırken bulur. Bu, açıkça ruhsal değişimlerden kaynaklanmaktadır.<sup>218</sup>

Bir öğrencisi bu konuda Erickson’dan etkilenmesini şöyle ifade etmektedir:

“Sahip olduklarından habersiz de olsalar zengin hayat tecrübelerini kullanmak için insanların kapasitelerine duyduğunuz güvenden ve sıradan anlara bakıp, onların karmaşıklığını tanımlayış tarzınızdan son derece etkilendim.”<sup>219</sup>

#### **2.4.1.5. Sağ-Sol Beyin Araştırmaları**

Hikâyelerin insanın sezgisel yönüne etki etmesi noktasında bilimsel olarak temel oluşturan araştırmalar, sağ-sol beyin üzerine yapılan çalışmaları da kapsar. Bu konuda çok sayıda çalışma yapılmış, pek çok bilim adamı bu konu ile ilgilenerek birçok kitap telif etmiştir.

Öncelikle, beyin yapımız üzerine kısa bir bilgi vermek yerinde olacaktır. Beyin kabuğumuz iki yarım küreden oluşur. Vücudumuzun sol tarafı sağ beyinle, sağ tarafı sol beyinle kontrol edilir.<sup>220</sup> Bu, beyin asimetri teorisidir. Bu iki yarım küre, her kişide farklı uzmanlaşmalar şeklinde ortaya çıkar. Beynin iki yarısı, bilgiyi iki

---

<sup>217</sup> M. Moore, “Ericksonian Theories of Hypnosis”, *American Journal of Clinical Hypnosis*, sayı:24, 1982, s. 184.

<sup>218</sup> Rosen, a.g.e., s. 31.

<sup>219</sup> A.e., s. 18-19.

<sup>220</sup> Ornstein, a.g.e., s. 61.

farklı sistemle işler.<sup>221</sup> Sol yarımküre; analitik ve mantıksal düşünüş, matematiksel işlevler ve bilişsel iletişim bilgilerini içerir. Konuşma ve dilin merkezi olarak, fonetik analiz ve iletişimin sözel kısmından sorumludur. Doğrusal bir şekilde çalışır. Bilgiyi, ardı ardına, zincirleme olarak işler. Mantık da bu şekilde işlediği için, mantıksal düşünce biçiminin temeli buradadır.<sup>222</sup> Başarı yönelimli ikincil yetenekleri içerir ve kavrayış ile akıllı temsil eder.<sup>223</sup>

Eğer kişinin yukarıda anlattığımız sol yarımküresi uzmanlaşmamışsa, daha az baskın olan sağ yarımküresi yani; bütüncül (holistic) düşünce, kavrayış, metaforik yaklaşım ve duygulardan sorumlu tarafı uzmanlaşır. Bu yarımkürede, dil yeteneği sınırlıdır. Bu beyin tarafı; sanat çalışmaları, el işleri, vücut imajı, yüzleri tanıyıp ayırt etme gibi bütünsel analizleri, taslakları, bölümlü/tam algıları ve kıyaslanabilen iletişimi içerir. Sağ beynin önemli bir fonksiyonu da, tecrübeden algısal bütüne olan girdileri sentez edebilme yeteneğidir. Sağ yarımküre, sol yarımküreye kıyasla bilgiyi daha yaygın, bütüncül, ilişkisel ve eş-zamanlı olarak işler<sup>224</sup> ve duyguyla yönlenen birincil yetenekleri idare eder. Yani sezgi ve fantezinin yeri burasıdır.<sup>225</sup>

Modern beyin araştırmaları, insan beyni hakkındaki bu asimetri teorisini ortaya koymadan çok önce, Milton Erickson sezgisel olarak, sağ yarımküre olarak adlandırılan dilin formlarının, rasyonel açıklama ve yorumlama parlaklığına sahip sol yarımküreden, terapötik potansiyel olarak çok fazla mükemmel olduğunu anlamıştır.<sup>226</sup>

Erickson'un hikâye anlatım tekniği, bugünkü araştırma ve sağ-sol beyin ayrımını elde eden terapötik yaklaşımlarla yakından ilgilidir. Klinik ve deneysel araştırmalar, yukarıda bahsettiğimiz gibi, bilinçliliğin iki ana modeli olduğunu

---

<sup>221</sup> Peseschkian, a.g.e., s. 21.

<sup>222</sup> Ornstein, a.g.e., s. 62.

<sup>223</sup> Peseschkian, a.g.e., s. 21.

<sup>224</sup> Ornstein, a.g.e., s. 62.

<sup>225</sup> Peseschkian, a.g.e., s. 21.

<sup>226</sup> Jeffrey K. Zeig, **Ericksonian Approaches to Hypnosis and Psychotherapy**, New York, Bruner-Mazel, 1982, s. 153.

söyler: sezgisel ve rasyonel.<sup>227</sup> Biri irrasyonel ve sezgisel, diğeri ise tündengelimli ve analitiktir.<sup>228</sup> İki tez ile ilgili iken diğeri sentezle ilgilidir.

Dil ve iletişim araştırmaları ile öne çıkan, Amerikalı psikolojist ve filozof Watzlawick'in 'bir dünya imgesi' olarak tanımladığı şey budur. Watzlawick, terapistin yardımını bekleyen birinin, dünyayla yanlış bir ilişki kurmaktan dolayı acı çektiği kuramını oluşturmuştur. Ona göre kişi, dünyanın bu imgesinden, kişinin dünya imgesiyle uyması gereken yol ile beliren yol arasındaki çözülmemiş zıtlıklardan ızdırap çeker.

Watzlawick 'ikinci dereceden değişim'<sup>229</sup> üzerinde durur. O, bu değişimin, hastanın terapistte getirdiği kontrol edilmesi zor problemlerin çoğunda olması gereken değişim olduğuna inanır.<sup>230</sup> İkinci dereceden değişim, mantıksal ölçülerin basit kullanımının ötesinde, daha az mantıklı olana geçmeyi ifade eder. Bu sağ yarım kürededir. Sağ yarımküre ile kantağa geçmek için, sol yarımküre bloke edilmelidir. Watzlawick, sol yarımküreyi, önceden belirlenmiş kesin çizgiler üzerinde, kişinin problem çözme sistemini koruyan bir çeşit mantıklı bekçi köpeği olarak görmektedir. Hikâyeler, bu ikinci dereceden değişimin oluşmasını sağlayan araçlardır.

Watzlawick, dili analojik ve dijital olarak ikiye ayırır.<sup>231</sup> Dijital dil, sebep, açıklama ve yorumlamaların dilidir. Objektif, tanımlanabilir, beyinsel, mantıksal ve analitiktir ve bu yüzden psikoterapinin çoğu okulunun dili budur.<sup>232</sup> Analogik dil, söz sanatları, mecazlar, sembollerin, sentez ve bütünlüğün dilidir.<sup>233</sup> Analogik dil, hikâye anlatma, rüya ve hipnozun da dilidir.

Peseschkian şöyle der:

---

<sup>227</sup> Robert Ornstein, a.g.e., s. 14.

<sup>228</sup> J. E. Bogen, "The other side of the brain: an oppositional mind", **Bulletin of the Los Angeles Neurological Societies**, sayı:34, 1969, s. 135-162.

<sup>229</sup> Problemin bir üstündeki mantıksal seviyede gerçekleşen değişim. Bu, değişimin sistemi etkilemesini sağlar, böylece eskiden sorun olan durumun zararsız, anlamsız ya da yararlı kılar.

<sup>230</sup> Poul Watzlawick v.d., **Change: Principles of Problem Resolution**, Norton, New York, 1974, s. 35.

<sup>231</sup> P. Watzlawick, **Language of Change**, Basic Books, New York, 1978, s.15.

<sup>232</sup> A.e.

<sup>233</sup> A.e.

“Kişinin var olan yaklaşımlarında yapması istenen değişiklikler ancak sezgi ve fantezinin serbest bırakılması ile gerçekleşir. Akıl ve mantık tek başına sorunların üstesinden gelemediğinde, bu yol terapötik olarak önem kazanır. Kişi fanteziye ulaşır ve hikâyelerin sözel imgeleri içinde düşünmeyi öğrenir.”<sup>234</sup>

## **2.4.2. Davranışı Değiştirmede Etkili ve Rehber Olmaları**

Psikoterapi, insan davranışında olumlu değişimler sağlama üzerine temellenmiş bir tedavi metodudur. O, bu amaçla farklı teknik ve yöntemlerle, insan davranışında değişiklikler sağlamayı amaçlar. Hikayeler de pek çok etki ve özellikleriyle, davranış değişikliği sağlamada yardımcı olan unsurlardır. Aşağıda, hikayelerin bu açıdan sahip oldukları etkiler başlıklar halinde incelenmiştir.

### **2.4.2.1. Eğitim ve Disipline Etme Güçleri**

Hikâyeler önceki bölümlerde ayrıntılı ifade edildiği gibi, uzun süre geleneksel eğitim aracı olarak kullanılmışlar. Değer, ahlakî görüş ve örnek davranışlar hikâyeler aracılığıyla aktararak insanların bilincine yerleştirilmiştir. Bu anlamda hikâyeler, en acı dersi bile tatlandırıcı ve ilginç kılan bir kaşık şeker gibidir.<sup>235</sup>

Hikâyeler hayat dersi vermek amacı ile kullanılmıştır.<sup>236</sup> Onlarla, eğitimde iyi öğüt verme işlevi yerine getirilmiştir.<sup>237</sup> Geleneksel hikâyelerin eğitimsel işlevi üzerine yapılan çalışmalar, onların; etik, psikolojik, sosyolojik, ekonomik ve vb. olmak üzere pek çok eğitsel iletiye sahip olduğunu belirtmektedir.<sup>238</sup>

Eğitsel işlev yanında hikâyeler, davranış kontrolü ve disipline etmede de kullanılırlar. Nepal’de çocuklar, annelerin onları ağlatmak ve mutsuz etmek istememelerinden dolayı, fiziksel anlamda disipline edilmemektedirler. Onlarda, yaramaz bir çocuğa bağırma ve azarlama hoş karşılanmamaktadır. Nepalli anneler

---

<sup>234</sup> Peseschkian, a.g.e., s. 21.

<sup>235</sup> A.e., s. 3.

<sup>236</sup> A.e., s. 6.

<sup>237</sup> A.e.

<sup>238</sup> Muhsine Hekimoğlu Yavuz, **Masallar ve Eğitimsel İşlevleri**, Ankara, Kültür Bakanlığı Yayınları, 2002, s. 37.

bunun yerine, çocukların davranışlarını hikâyeler anlatarak kontrol etmektedirler. Çocuklarını yaramazlıktan alıkoymak ya da azarlamak için; insan, hayvan, hayalet ya da şeytanî ilahlar hakkında dehşete düşürücü karakterlerin korkunç hikâyelerini anlatmaktadırlar. Böylelikle onlar, terapistin de terapide yaptığı gibi, davranış kontrolünde hikâyelerin sahip olduğu gücü -teröpatik kullanımla alakalı yönlü kullanmaktadırlar.<sup>239</sup>

#### **2.4.2.2. Kendi Kendine Yardım (Self-Help)**

Aynı tür sorunları olan insanların karşılıklı yardımlaşma, destek, ya da bir sorunun çözümü için oluşturdukları dayanışma grupları, kendi kendine yardım grupları olarak tanımlanmaktadır.<sup>240</sup> Profesyonel psikoterapide hikâyelerin kullanımında, işte bu kendi kendine yardım grupları, hikâye anlatım tekniğini faydalı bir teknik olarak bulmaktadırlar. Örneğin; Alkolikler Anonimi (A.A.) derneğinde, kurtarılan alkolikler, kişisel çaba ve birlikte toparlanma hakkında hikâyeler paylaşırlar. Show'a göre, kişisel hikâyelerin paylaşımı, A.A. üyelerinin birbirlerinin paylaşılmış duygu ve tecrübeleri ile bağlantı kurmasına teşvik etmesiyle grup bağlarını kuvvetlendirir. Toparlanma hikâyeleri, ayrıca, A.A. üyelerinin ayıklıklarının sürdürmelerine de yardımcı olmaktadır.<sup>241</sup>

Bunun dışında, kişinin kendi moralini yükseltmek, rahatlamak, ya da hastalıktan kurtulmak için kendi kendine telkinde bulunmasında hikâyelerin büyük faydası olmaktadır. Ki daha önceki bölümde incelediğimiz biblioterapi, bu yönde bir tedavi şeklidir.

#### **2.4.2.3. Model Alma/Özdeşleşme Zemini Oluşturmaları**

Hikâyeler, onu okuyan ya da dinleyen insanların önüne, modeller koyarlar. Problemi olan insan, hikâye içindeki karakter, olay ve akış çerçevesinde; sorun ve çatışmasına dair yaklaşımları ve olası çözümleri görür. Mesela, bir hikâye kişiye, çatışmasının çözümünde yapılan bireysel girişimlerin sonuçlarını gösterebilir.

---

<sup>239</sup> Burns, a.g.e., s. 4.

<sup>240</sup> Budak, "Kendi Kendine Yardım Grupları", a.g.e., s. 442.

<sup>241</sup> Heffner, a.g.e., s. 5.

Hikâyeler var olan durumla ilgili birçok olası durum ve bağlantıyı içerirler. Peseschkian bu konuda hikâyenin model işlevine vurgu yaparak şunları söyler:

“Hikâyeler duygu ve düşüncelerimizdeki olağandışı çözümleri çıkarmak ve bunları çatışmalarımıza uygulamak için deneme ortamları yaratırlar.”<sup>242</sup> Bunun yanında insan, hikâyede gördüğü model aracılığıyla içinde bulunduğu duruma yeniden bakarak, durumu gözden geçirir ve tavırlarını kontrol eder.<sup>243</sup>

Hikâyeler, hastanın sahip olduğu sorun ve problemlere özdeş özellikler içeren yapılarıyla, özdeşleşme zemini oluştururlar.<sup>244</sup> İçerdikleri imgelerin çokluğu, onları egoya yakınlaştırır ve bu, onlarla daha kolay özdeşleşme kurulmasına yardımcı olur.<sup>245</sup>

Kişi gereksinimlerini hikâyeye yansıtarak hikâyenin anlamını o anda içinde bulunduğu psikolojik duruma uygun olarak oluşturur. Bu tepkilerle hikâyeler, terapötik çalışmanın nesnesi haline gelirler.<sup>246</sup> Böylece hasta, hikâyelerle kendi arasında bağlantı kurar, çatışmaları ve arzuları hakkında konuşur.<sup>247</sup> Ayrıca hikâyelerin hasta tarafından kavranılması ve kabul edilmesi, onun fantezi ve anılarına yönelmesiyle kolaylaşır.<sup>248</sup>

Günlük hayattan uzak özellikteki hikâyeler de, bilinçli kullanım sonrası hastaya çatışmalarıyla mesafeli bir ilişki kurmasında yardımcı olurlar. Hasta böylelikle hastalığının kurbanı olmaz ve çatışmasına karşı bir tutum geliştirir. Sonuçta, hikâye, yansıtan ve yansıtılan bir ayna işlevi görür.<sup>249</sup> Birey bu işlevle, yaşamın gerçeklerini daha çabuk kavrar. Düşünce ve duygularını yeniden düzenleyerek, yaratıcı gücünü kullanmaya başlar. Bu da değişimin başlangıcı anlamına gelir.<sup>250</sup>

---

<sup>242</sup> Peseschkian, a.g.e., s. 36.

<sup>243</sup> Birkan, a.g.e., s. 48.

<sup>244</sup> Peseschkian, a.g.e., s. XIII.

<sup>245</sup> A.e.

<sup>246</sup> A.e.

<sup>247</sup> A.e.

<sup>248</sup> A.e.

<sup>249</sup> A.e.

<sup>250</sup> Öner, a.g.m., s 135.



İnsanın özdeşleşme kurmasının bir diğer faydası da; bu dünyada yalnız olmadığını, problemine neden olan olayların yalnızca kendi başına gelmediğini görmesidir. Herkesin hayatında bazı travma, korku ve sorunların olabileceği gerçeğiyle karşı karşıya gelen kişi, evrende yalnız olmadığını hissederek güç ve umutla dolar.<sup>251</sup>

Hasta bazen de, kendini hikâyedeki başarılı ve güçlü bir karakterle özdeşleştirir. Böylece başarı duygusunu deneyimler. Bu duygu, onun sorunu olduğu konuya güvenle yaklaşmasına neden olur.<sup>252</sup>

Mizahi ve eğlendirici yönü olan hikâyeler de, dinleyenlere karakterlerle özdeşleşmede daha az acı verir. Zaten hikâyelerin eğlendirici özellikleri de onların eğitici amacına yöneliktir.<sup>253</sup> Hikâyelerin ders verme işlevi mutluluk ve eğlence ile yoğrulmuştur.<sup>254</sup>

Bu tür hikâyelerde karakterin başına gelen komik şey, dinleyicide bir üstünlük duygusu meydana getirir.<sup>255</sup> Ya da komik durumlara kendileri gibi, başkalarının da düştüğünü gören dinleyiciler, çaresizlik karşısında biraz daha rahatlarlar.<sup>256</sup> Kişi, kendinde hissettiklerini ya da kişiliğinin dışlanan kısmını ona atfeder. Böylece kendi iç dengesini kazanır.<sup>257</sup> Ve bu, terapötik değişime başlamak için uygun zemini oluşturur.

Hikâyedeki mizahi unsur, Freud'un da söylediği gibi, dış dünyayı unutturan bir özelliğe de sahiptir: "Benlik, kendini etkilemeye, dış gerçeklerin dayattığı acıyı yaşamayı bırakmayı reddeder; bunun da ötesinde, bu darbelerin kendisi için bir zevk alma fırsatına bile dönüşebileceklerini gösterir".<sup>258</sup>

---

<sup>251</sup> A.e., s. 134.

<sup>252</sup> Rosen, a.g.e., s. 30.

<sup>253</sup> Peseschikian, a.g.e., s. 3.

<sup>254</sup> A.e., s. 6.

<sup>255</sup> A.e., s. 52.

<sup>256</sup> Birkan, a.g.e., 46.

<sup>257</sup> Peseschikian, a.g.e., s. 53.

<sup>258</sup> Irene Fenoglio ve Georleon François, **Doğu'da mizah**, çev. Ali Berktaş, YKY, İstanbul, 2000, s. 8.

Özdeşleşmenin diğer bir faydası da şudur. Hayatta karşılaşılan zorlukları yenme, engelleri ortadan kaldırma ve kötülerin ceza bulması gibi durumlar insanda psikolojik rahatlama da getirir. Kişi uğradığı kötü durum ve haksızlıklar karşısında galip geleceğine ve düşmanlarının cezalandırılacağı gibi duygularla rahatlar.<sup>259</sup>

#### 2.4.2.4. Yeni İmkânlıklar ve Bakış Açıları Kazandırmaları

Hikâyeler, dinleyiciye, bir olay ve konu çerçevesinde, farklı bakış açısı, imkânlılık ve yaklaşımlar kazandırır. Bazı durumlarda içinde bulunulan problemi çözmek için gerekli olan, sadece daha fazla bakış açısı değişiklidir.<sup>260</sup> Hikâyeler, iyileştici ve yardım edici özellikleri içerisinde, önümüze yeni yollar açarak ve yaşadığımız olayları farklı biçimde yorumlamamızı sağlayarak birçok psikolojik yaramızı iyileştirirler.<sup>261</sup> Bu konuda Erickson, hikâye anlatmanın dinleyiciyi, hayatı için, bilinç ve bilinçaltı seviyelerde kabul ve reddetmekte özgür olduğu yeni imkânlılıklara açtığına inanmaktadır.<sup>262</sup>

Hikâyeler, hasta için rahat ve güvenli bir aralık sağlar. Kişi, hikâyeyi tam veya parçalı tanımlamak yerine, bağlamıyla daha rahat bir şekilde ilişkilendirir. Erickson, hikâyelerin sonradan, normal gelişimine devam eden davranışla birleştirilebilecek, kullanılmamış kişisel bilgiyle bağlantı kurmaya yardım ettiğine inanmaktadır. Hikâyeler, görsel uyarımları (stimuli) canlandırıcı bilinçaltı ile yeni anlamların ve bilinçliliğin daha geniş boyutlarının yönetilmesini sağlamaktadır.<sup>263</sup>

Hikâyelerde maceracı ve derinliklerine varılmaz bir yön olduğunu söyleyen Peseschkian'a göre insan, hikâye sayesinde aşına olduğu düşünce, fikir ve istekleri yeni bir bakış açısı ile görür. Bunun yanında daha önce kendine yabancı gelen düşünceler de artık ona tanıdık gelmeye başlar. O, hikâyenin en önemli işlevlerinden birinin, bakış açılarını bu şekilde değiştirmesi olduğunu söyler.<sup>264</sup>

---

<sup>259</sup> Birkan, a.g.e., s. 47.

<sup>260</sup> Peseschkian, a.g.e., s. 44.

<sup>261</sup> Öner, a.g.m., s.134.

<sup>262</sup> Rosen, a.g.e., s. 29.

<sup>263</sup> Heffner, a.g.e., s. 9.

<sup>264</sup> Peseschkian, a.g.e., s. XV.

Psikoterapi sürecinde, hastanın kavram ve değerlerine dolaysız olarak karşı gelmek yerine, bir oyun içindeymiş gibi, ona duruş noktalarında değişiklikler önerilir. Bu duruş değişiklikleri, sonunda, onun ilişkilerinde tek taraflı kavramları görmesi ve onları yeniden yorumlayarak genişletmesini sağlar.<sup>265</sup> İşte hikâyeler, kişiye bu duruş değişikliklerini sağlamada yardımcı olur.

Mantıksal düşüncenin doğrusallığı bazen bizi, sorunlardan kurtarmak için yeterli değildir. Hatta sorunu artırabilir etkiye sahiptir. Fakat hikâyeler; ‘beklenmeyen, şaşırtıcı, fakat aynı zamanda ‘gerçek’ ve ‘pozitif’ çözümler sunarlar.<sup>266</sup> Onlarda sunulan şekil ve karşıt düşünceler; bakış açısı değişikliğini, olağandışı kavram ve olası çözümleri denemeyi destekleyen yapıdadırlar.<sup>267</sup> Mantık ve gerçeklerle uyumlaşmalar bile, yaşadığımız çatışmaların çemberinden kurtulmamıza yardım ederler. Böylece, probleme paralel fakat yeni perspektifler sağlayan ya da problemi yeniden çerçeveye alıp yeniden tanımlayan hikâyelerle hastanın problemine çözümler sunulur ve böylece başarılı değişimler yakalanır.<sup>268</sup>

Bunun yanında hikâyeler, dünyaya öteki insanların gözünden bakmayı sağlayarak, empati gözlüğünün takılmasına yardım ederler. Farklı duyguların farklı şekillerde yaşanabileceği anlayan insan, kalıp yargılardan kurtulup iyileşerek gelişir.<sup>269</sup>

#### **2.4.2.5. Bireysel Sorumluluk Kazandırmaları**

Erickson’un psikoterapi anlayışına göre insan, içinde her türlü sorunun üstesinde gelecek bir potansiyel ve güce sahiptir. Buna göre, Erickson’un davranış yaklaşımının ana karakterlerinden biri, hastanın kendi sorumluluk model ve kapasitelerinin kullanılmasına yer verilmesidir.<sup>270</sup>

Erickson, her kişinin içinde bulunan ve problemleri çözmeye yarayan kaynaklara atıfla, sıklıkla hastalarına: “Sizin bilinçaltınız, geniş bir öğrenme, hafıza

---

A.e., s. XIII.

<sup>266</sup> A.e., s. 15.

<sup>267</sup> A.e., s. 44.

<sup>268</sup> Mullen, a.g.e., s. 17.

<sup>269</sup> Öner, a.g.m., s. 135.

<sup>270</sup> Heffner, a.g.e., s. 6.

ve kaynak deposuna sahiptir,<sup>271</sup> der. Sonradan o, bunu, kendi hayat ve hatıralarında hikâyeden kişisel bir anlam çıkarana ve onunla kaynak tecrübelerini zenginleştirene kadar; büyüme, gelişme, çocukluk tecrübeleri ve otomatik becerileri ile alakalı hikâyeler anlatarak kanıtlamayı sürdürmüştür.<sup>272</sup> Dahası, bunu inanç sistemi ve kişinin sert bir biçimde saplanıp kaldığı, tatmin olmamış, öz-mağlup davranışların dünya imgelerini sınırlayarak korumuştur.<sup>273</sup>

Hasta, dünya imgesini değiştirecek kaynaklara sahiptir. Ve terapist, hikâye anlatarak, hastanın kendi kaynaklarını aktive etmesi ve geliştirmesinin fırsatlarını sunar. Ericksoncu hikâye anlatım metodu, hastanın dünya imgesini değiştirme ve geliştirmede etkili bir metottur.

### 2.5.2.6. Tecrübe-Hikâye İlişkisi

Tecrübe; öğrenmeyi, kavramayı, geliştirmeyi ve bilgimizi derinleştirmeyi kolaylaştıran şeydir.<sup>274</sup> Bir kişi kendi öğrenme tecrübesini başkalarıyla hikâye anlatma ile paylaşabilir. Kişinin yeni bir şey öğrenme süreci yorucu ve uzun süreli bir aktivitedir. Bu tecrübeyi yaşayanlar, hikâyeler yoluyla diğerleriyle iletişime geçebilir ve benzer durumla nasıl karşılaşılır, durumla başa çıkmak için hangi aletler gerekir ve başarının ödülü ile nasıl zevk alınır konularında yardımcı olurlar.<sup>275</sup> Hikâyeler yoluyla, yaşamımızda duyabilme ve ulaşabilme fırsatımız olmayan pek çok yaşantıya tanık olarak yeni bilgilere ulaşma şansını elde ederiz.<sup>276</sup> Bu anlamda, hikâye ve mecazlar, diğerlerinin yolculuklarını daha kolay ve daha eğlenceli yapmaya yardım etmek için, öğrendiğimiz şeyleri paylaşma ve tecrübeler hakkında iletişim kurma metodu olarak da, etkili ve anlamlıdır.<sup>277</sup>

İlişkileri artırmak için, öğretmen ve öğrenciler de sık sık öğretici bir yöntem olarak hikâyeleri tercih ederler. Hikâyeler, gerçekten birçok tecrübenin bilgisi ile alakalıdır ve o, öncelikle bizim öğrendiğimiz tecrübeyle ilgilidir. Hikâyeyi

<sup>271</sup> Aktaran: Mullen, a.g.e., s. 12.

<sup>272</sup> S. Lankton ve J. Lankton, **The Answer Within**, New York, Brunner-Mazel, 1983, s. 18.

<sup>273</sup> Heffner, a.g.e., s. 13.

<sup>274</sup> Burns, a.g.e., s. 27.

<sup>275</sup> A.e.

<sup>276</sup> Öner, a.g.m., s. 134.

<sup>277</sup> Burns, a.g.e., s. 27.

olağanüstü öğretici bir vasıta yapan şey, bizim ondan bir şeyler öğrenmek için onu tecrübe etmemize gerek olmamasıdır. Ailelerimiz tarafından, ateşle yanma, yılan tarafından ısırılma ya da bir yabancı tarafından saldırıya uğrama konularında anlatılan hikâyeler, bu şeylerin bizim için tehlikeli olduğunu öğrenmemiz konusunda yeterlidir. Onlar hakkında bize anlatılan hikâyeler yoluyla onlardan kaçınmayı biliriz. Ve bu yüzden kişisel olarak onun acısını kendi kendimize çekmemiz gerekmez.<sup>278</sup>

Kişisel tecrübeden elde edilen öğrenme, hayatta kalma ve olgunlaşma açısından temeldir, fakat duyduğumuz hikâyeleri dinleyerek de gizli tuzaklardan uzak durabilir ve keyfimizi artırabiliriz. Annelerimizin yatağımızın başında bize okuduğu çocukluk hikâyeleri, basitçe sadece eğlence ya da uyumayı hızlandırmak için değildir. Onlar bize; insan olmayı, sıkıntılarla uğraşmayı ve mizah anlayışını öğretmişlerdir. Benzer şekilde, metaforlar, hastalara bir problemten öğrenilecek ve hayatlarının kalitesini artıracak gerekli becerileri öğrenmeleri için gerekli olan anlamı sağlayabilmektedir.<sup>279</sup>

#### **2.4.2.7. Terapiye Katkısı**

Psikoterapi içerisinde, terapist ve danışan arasındaki ilişkileri geliştirmede, bazı temel ilke ve tutumlar vardır. Farklı psikoterapi ekollerine göre farklılık arz eden bu ilke ve tutumları; saygınlık ilkesi, empatik anlayış ve saydamlık ilkesi olarak sıralandırabilmekteyiz.<sup>280</sup>

Kısaca bu ilkelerden bahsetmek gerekirse saygınlık; terapistin, danışan kişiyi olduğu gibi kabul ederek ona ne koşulda olursa olsun saygı beslemesi, hangi dünya görüşü, eğitim düzeyi, yaş, cinsiyet, sosyo-ekonomik düzeye sahip olursa olsun ona herhangi bir önyargı ile yaklaşmaması ve bu duygularını ona belli etmesidir.<sup>281</sup>

Empatik anlayış ise, terapistin, kendini danışanın yerine koyarak onun o anda sahip olduğu duyguları doğru olarak anlayabilmesi ve paylaşabilmesi, bunu

---

<sup>278</sup> A.e., s. 31.

<sup>279</sup> Burns, a.g.e., 31.

<sup>280</sup> İbrahim Ethem Özgüven, **Çağdaş Eğitimde Psikolojik Danışma ve Rehberlik**, Ankara, PDREM Yayınları, 2000, s. 180.

<sup>281</sup> A.e., s. 181.

yaparken kendi kişisel birlik ve objektifliğini de korumasıdır. Bu bir anlamda terapistin, danışanı fikrî ve duygusal düzeyde duyarak, onun karşısında değil yanında olduğunu göstermesi anlamına gelmektedir.<sup>282</sup>

Saydamlık ilkesine gelince, danışan ve danışmanın, görüşmelerinde kendilerini savunucu tutuma sokmadan, başka türlü görünmeye çalışmadan, ilişkilerinde duygu ve düşüncelerini olduğu gibi ifade etmeleri ve olduğu gibi görünebilmeleri yani saydam olabilmeleridir.<sup>283</sup>

Hangi ekolden olursa olsun psikoterapistler, danışan-danışman arasındaki ilişkinin merkezî önem taşıdığı konusunda hemfikirdirler. Güçlü terapötik ilişki ile danışan; anlaşıldığını, güvende ve emniyette olduğunu hissederek.<sup>284</sup> Terapide gerekli olan değişim, samimi ve güvenilir danışan-danışman ilişkisinde, bu etkinlikler yanında iç ruhsal değişiklikler arasındaki etkileşimle birlikte ortaya çıkar.<sup>285</sup>

Bu bağlam çerçevesinde, terapide hikâyeler, danışan ve danışman arasında iletişim kurmakta önemli bir güce sahiptirler. Onlar, ilişkide teklik ve çekim gücüne sahiptirler ki bu, anlatan ile dinleyeni birbirine bağlar ve aralarında rapport (yakınlık) kurulmasını kolaylaştırır.<sup>286</sup> Bu açıdan, hikâyeyi terapilerinde kullanan en önemli isim Erickson, terapi sırasında gelişim ve yakınlık kurmak için sık sık hikâye anlatır.

Terapilerde bulunması gereken bir diğer özellik olumlu yaklaşımdır. Çünkü bilinçaltına olumlu düşünce ile etki edilebilmektedir. Hikâyeler de terapide olumlu düşüncelerin oluşumunu güçlendirir, eksiklerin giderilmesini sağlayarak yönlendirmeler yapar. Erickson, hikâye anlatırken; karşısındaki kişiye yeni bilgiler verir, yeni duygularının uyanmasını sağlar ve ona yeni tecrübeler öngörür. Hoşgörülü bir felsefe ile verilen hikâyelerle, danışan dar dünya görüşünden uzaklaşabilmektedir.<sup>287</sup> Çoğu insan umutsuz anlarında, olumlu düşünmenin önem

---

<sup>282</sup> A.e.

<sup>283</sup> A.e.

<sup>284</sup> Rosen, a.g.e., s. 35.

<sup>285</sup> A.e., s. 36.

<sup>286</sup> Burns, a.g.e., s. 3.

<sup>287</sup> Rosen, a.g.e., s. 30.

taşıyan bir yaşam becerisi olduğunu bir hikâye aracılığıyla öğrenir. Bunlardan en önemli, belki de en meşhuru Polyanna'dır.<sup>288</sup>

Yine bazı terapistler hikâyeleri; projektif, izdüşümsel keşfin bir tipi olarak, hastaya çok bileşenli hikâyeler sağlayarak ve hangi bölümlere hastanın tepki verdiğini not ederek, tanı amaçlı kullanmışlardır.<sup>289</sup> Mesela, Erickson hikâyeleri, tanusal ve teşhis amaçlı olarak da kullanır. Hikâyelerini anlatırken o, danışanın ideamotor tepkilerine ve verdiği sözlü ifadelerine bakar. Erickson'un öğrencisi Zeig, fobik sorunlara sahip bir kadını, ona bazı hikâyeler anlatarak teşhis etmeye çalışmıştır. Anlattığı hikâyeler, benzer ve paralel sorunlara sahip diğer fobik hastalarla ilgilidir. Kadın, Zeig hikâyeler anlatırken bazen olumlu bir biçimde kafasını sallar, bazen de olumsuz tepkiler verir. Buna göre Zeig, terapinin seyrini ayarlar.<sup>290</sup> Onun gözlemleri yalnızca vücut hareketleri, nefes alış veriş ve nabız atışları (boyunda görülen) gibi basit olaylara bağlı olmayıp aynı zamanda hikâyeleri dinlediğinde hastanın gösterdiği tepkiler ile ilgilidir.<sup>291</sup> Hasta, hikâyenin bir noktasında gerginlik yaşarsa, bu hassas bir noktaya değinildiğine işaret eder. Böyle durumlarda Erickson başka bir hikâyeye geçer ya da aynı hikâyeye devam ederek hastanın tepkilerinin üzerine gider. Böylece hikâye tanı koymada yardımcı hale gelir.<sup>292</sup> Hasta, hikâye ile ilişkilendirerek kendi çatışma ve arzuları hakkında da konuşabilmektedir.<sup>293</sup>

Yine terapide hikâye kullanımında değinilmesi gereken bir diğer nokta, terapist için verilen dersin açıklanmamasının faydalı olması durumuna rağmen, farklı durumlarda, terapistin, yanlış anlamalardan uzak durmak için hikâyeyi açıklamaması ve açıkça hikâye ile davranış gerekçesini ilişkilendirmesidir. Böylelikle, terapistten elde etmek istediği sonuca daha net olarak ulaşabilmektedir.

---

<sup>288</sup> Öner, a.g.m., s. 137.

<sup>289</sup> Zeig, *A Teaching Seminar with Milton H. Erickson*, s. 4-5.

<sup>290</sup> A.e., s. 11.

<sup>291</sup> Rosen, a.g.e., s. 36.

<sup>292</sup> Rosen, a.g.e., s. 36.

<sup>293</sup> Peseschkian, a.g.e., s. XIII.

### 3. BÖLÜM:

## MEVLÂNÂ'NIN MESNEVİSİNE PSİKOTERAPÖTİK YAKLAŞIMLAR

Bu bölümde, önceki bölümlerde elde ettiğimiz veriler çerçevesinde, Mevlana'nın önemli eseri Mesnevi'ye, içerdiği hikayeler ve hikayeye dair değerlendirmeler bağlamında çeşitli psikoterapötik yaklaşımlar getirilecektir.

İlk olarak Mevlana ve Mesnevi hakkında özet bir bilgilendirme yapılacak, sonrasında İslam geleneğindeki metafor kullanımından da bahsedilerek Mesnevi'ye belli bir sistem içerisinde çeşitli psikoterapötik yaklaşımlar sunulacaktır.

#### 3.1. Mevlânâ ve Mesnevî

Mevlânâ Celâleddîn Rûmî (1207-1273), gerek Doğu, gerek Batı tarafından, kalp dili ile çağlardır insanları etkileyen büyük bir alim, düşünür, dil ustası, şair, eğitimci ve mutasavvıftır.

Tüm ömrünü; öğrenmek, faziletler kazanmak, nefsi ile mücadele etmek ve gerçeğe ulaşmak için çalışmakla geçiren Mevlânâ; mutlak varlık olan Allah'a bilgi, tefekkür, sanat, heyecan ve bunların toplamının üzerinde bir aşk ve sevgi ile varmak isteyen bir aşk ve çile insanıdır. O, insanlara, dinamik ve iyimser bir felsefeye sahip tasavvuf anlayışıyla, samimiyet, sadelik ve aşkı sürekli vurgulayarak, ahlakî davranışa ulaşmada kılavuzluk yapmakta ve sonunda, Allah'a ulaşacakları dünya hayatlarındaki içsel yolculuklarında onlara rehberlik etmektedir.

Nasr'ın dediği gibi; sufizm geleneğinde bir zirve olarak, dünyanın en büyük mistik şairi kabul edilen Mevlânâ<sup>1</sup>, saydığımız amaçlar çerçevesinde pek çok kitap telif etmiştir. İslamî tasavvuf birikiminin mahsulleri olarak, altmış bin beytin üzerinde olan manzum eserleri<sup>2</sup>, geçmişten günümüze güncelliklerini yitirmeden, insanların büyük teveccühüne mazhar olmuştur.

---

<sup>1</sup> Aktaran: İbrahim Emiroğlu, *Sufî ve Dil: Mevlânâ Örneği*, İstanbul, İnsan Yayınları, 2002, s. 28.

<sup>2</sup> Emine Yeniterzi, "Mevlânâ'nın Eserlerinde Öğreticilik ve Öğüt Anlayışı", *Mevlânâ Panellerinde Sunulan Bildiriler 1*, Konya, Selçuk Üni. Araştırma Merkezi Yayınları, 2000, s. 119.



Mevlânâ'nın eserlerinin, dünyanın pek çok yerindeki insanlara ulaşmasında, şüphesiz onun insan psikolojisini çok iyi tanması ve yazdığı eserlerde bunu en usta şekilde yansıtması büyük rol oynamaktadır. Mevlânâ, yaptığı derin ruhî tahlillerle; insanın kaygı, sıkıntı, sevgi, nefret gibi duygularıyla, kendini gerçekleştirme ve kendini aşma gayretlerini en şairane üslupla şerh ederek, insanın psikolojik dünyasını ne kadar iyi tanıdığını sıklıkla gösterir.<sup>3</sup> Bunun yanında o, psikolojik rahatsızlık ve ruhi gerilimlere dair tanımlamalar yaparak, insanı bu sıkıntılardan uzaklaştıracak manevî reçeteyi kitaplarında hece hece işlemiştir.

Tasavvufa gönül vermiş bu büyük şahsiyetin eserlerinin, insan psikolojisi ile bu kadar iç içe bir hal arz etmesi, tasavvufun, İslamî ilimler içinde psikoloji ile en çok ilgilenen ilim olmasıyla yakından ilgilidir. Tasavvuf ilminin de, psikoloji gibi ana konusu ruhtur. Tasavvufun; nefis, benlik, kişiliğin tekâmülü, arzu ve isteklerin kontrol altına alınması, niyetlerin tahlili gibi, psikoloji biliminin inceleme sahası altına giren daha pek çok konu ile yakînen ilgilendiği bilinmektedir.<sup>4</sup>

Müslüman alimler ve bunlar içinde sufizm anlayışını benimseyen mutasavvıfların, ruha dair yorum ve görüşlerinin, psikoloji ilmine olan katkısı oldukça fazladır. Günümüzde yapılan pek çok araştırma bu fikri destekler niteliktedir.<sup>5</sup> Özellikle manevi psikoloji (spiritual psychology) ve transpersonal (benötesi) psikoloji gibi alanlar, tasavvuf kültüründeki veri ve bilgilerden oldukça yararlanmaktadırlar.<sup>6</sup> Bu bağlamda, biri geleneksel, diğeri modern olarak nitelendirebileceğimiz bu iki ilim arasında, karşılaştırmalı ve ortak dillerine vurgu yapıcı pek çok eser kaleme alınmıştır.<sup>7</sup>

Bu karşılaştırmalı eserlerde genel olarak; manevi psikoloji vurgusu üzerinden insanın, tasavvufun sunduğu yol ve yöntemlerle, iç huzuru sağlayıcı derin

---

<sup>3</sup> Süleyman Derin, "Mevlânâ'nın Mesnevî'sine Psikolojik Yaklaşımlar", **Uluslararası Mevlânâ Sempozyumu Bildirileri (8-12 Mayıs 2007)**, İstanbul, 2010, s. 345.

<sup>4</sup> Derin, **a.g.m.**, s. 346.

<sup>5</sup> Bkz.: Hayati Hökekleli, "İslam Geleneğinde Psikoloji Kültürü", **İslami Araştırmalar**, sayı:3, 2006, s. 409-421.

<sup>6</sup> Derin, **a.g.m.**, s. 346.

<sup>7</sup> Bkz.: Mustafa Merter, **Dokuz Yüz Katlı İnsan; Tasavvuf ve Benötesi Psikolojisi (Transpersonal Psikoloji)**, İstanbul, Kaknüs Yayınları, 2008; Lynn Wilcox, **Sufizm ve Psikoloji**, çev. Orhan Düz, İstanbul, İnsan Yayınları, 2001.

ve daimi değişimi, modern psikolojinin ortaya koyduğu bilimsel gerçeklikler sonucu elde edilen vasıtalardan daha hızlı ve kolay bir biçimde elde ettiği vurgulanmaktadır. Bununla alakalı olarak, Bakırköy akıl ve sinir hastalıkları uzmanı olan Dr. Mehmet Tevfik, şöyle der: “Şunu da söylemek isteriz ki, sinir ve ruh hastalıkları ve hatta daha başlangıç devreleri ruhi davranış bozukluk hallerinde, ruhi tedavi için, zaruri ilaçlar yanında yapılacak tek şey manevi psikoterapidir”.<sup>8</sup>

Tasavvuf ilmi ile psikoloji arasındaki bu ilişki, mutasavvıf yazarlar arasında özellikle Mevlânâ'nın eserlerinde kendini fazlasıyla hissettirmektedir. Büyük bir dil ustası olan Mevlânâ, insan ruhu üzerine yaptığı tahlil ve değerlendirmeleri, kullandığı lirik şiirsel anlatımıyla çekici ve etkileyici bir tarzda sunarak, sahip olduğu bilgelik ve dehasal yaratıcı imgelem gücünü gözler önüne sermektedir. Bu sebeptendir ki insanlar onun, ruhsal dünyalarına hitap eden büyüleyici anlatımından etkilenmekte ve onda, ruhlarını serinletici damlalar bulmaktadırlar.

Mevlânâ'nın kaleme aldığı eserlerden, insan psikolojisi bağlamında en üzerinde durulanı, şüphesiz Mesnevî'dir. Mesnevî'deki insan ve ruhsal durumları üzerine yapılan önemli değerlendirmeler, insanların Mesnevî'ye olan ilgilerini cezpt etmektedir. Tez konumuzun örneğini oluşturan Mesnevî adlı eserin psikolojik bağlamına geçmeden önce, onun şekil ve içeriği hakkında bilgi vermek yerinde olacaktır.

### 3.1.1. Mesnevî; İçerik, Üslûp ve Şekilsel Özellikleri

Mesnevî, Mevlânâ'nın, altı cilt ve 25618 beyitten oluşun<sup>9</sup>, tasavvuf edebiyatında değeri çok büyük olan şaheseridir.<sup>10</sup>

Mesnevî adını yazılış şeklinden almaktadır.<sup>11</sup> Divan edebiyatında Mesnevî; birbiriyle kafiyeli<sup>12</sup>, ikişerli mısradan (beyit) müteşekkil, vezin bakımından birlik

<sup>8</sup> Mehmet Tevfik, **Ruhi Bunalmırlar ve İslam Ruhiyatı**, İstanbul, Güven Matbaası, 1985, s. 33.

<sup>9</sup> Nail Tan, “Mevlânâ'nın Mesnevîsi'nin Hikâye Yönünden Zenginliği”, **Nail Tan: Derlemeler/Makaleler**, 2.bs., Ankara, Anonim Edebiyat, C:II, 2007, s. 176.

<sup>10</sup> Şefik Can, **Mesnevî; Hayatı, Şahsiyeti Eserleri**, İstanbul, Ötüken Yayınları, 1995, s. 373.

<sup>11</sup> A.e.

<sup>12</sup> Mehmet Zeki Pakalın, **Osmanlı Tarihi Deyimleri ve Terimleri Sözlüğü**, İstanbul, MEB Yayınları, C:2, 1993, s. 488.

gösteren ve kafiye bakımından başka başka olan<sup>13</sup> bir nazım şeklini ifade eder.<sup>14</sup> Genelde uzun eserlerin yazımında tercih edilen bu türün seçilme nedeni, beyit sınırı olmamasından kaynaklanmaktadır.<sup>15</sup> İslamî edebiyatta şairler; uzun aşk hikâyeleri ve destanları, bu nazım türü ile dile getirirken; mutasavvıflar, tasavvufla alakalı konuların anlatım ve öğretiminde mesnevî türünü kullanmışlardır.<sup>16</sup>

Bu nazım türü, eski çağlardan beri özellikle Farsça eserlerin yazımında kullanılmakta ve Beydebâ'nın Kelile ve Dimne'si, Ebuşekur'un Arifinname'si gibi pek çok ünlü eser, bu türün ürünleri olarak karşımıza çıkmaktadır.<sup>17</sup> Fakat Mevlânâ Celâleddîn Rûmî, Mesnevî'sini kaleme aldıktan ve dibacesinde "Bu kitab Mesnevî kitabıdır"<sup>18</sup> diyerek adını işaret ettiğinden beri, Mevlânâ ve Mesnevî arasında güçlü bir çağrışım oluşmuştur. Bu sebeple, yazıldığından günümüze, 'mesnevî' denildiğinde akla, Mevlânâ'nın Mesnevî'si gelmektedir.<sup>19</sup>

İçeriğinde kişisel ve sosyal hemen her türlü konunun işlendiği Mesnevî; dil, muhteva estetiği ve mânâ derinliği bakımından eşsizliğini korumakta ve tüm dünya insanlarına, manevî rehberliği ve engin fikirleriyle hizmet etmektedir.<sup>20</sup>

Mesnevî, beraberlik bilinci içinde bir formda; Allah ve peygamber sevgisini, saygı ve hoşgörüyü insanların kalplerine yerleştirmeyi amaç edinmektedir. Din ve hayatın aşkla yaşanması gerektiği fikri, Mesnevî'de önemle işlenmektedir. Mesnevî'de Mevlânâ, aşk ve ayrılık hisleriyle çevrili hayatını, tasavvufî yaklaşımıyla en güzel ve samimi bir biçimde ifade ederek onu, insanlara 'bir yolda olma rehberi'

---

<sup>13</sup> B. Füzanfer, **Mevlânâ Celâleddîn**, Konya, Konya Valiliği İl Kültür ve Turizm Müdürlüğü Yayınları, 2005, s. 186.

<sup>14</sup> Halil Toker, "Mesnevî", **Türkiye Diyanet Vakfı İslam Ansiklopedisi**, C:29, s. 320.

<sup>15</sup> Cengiz Gündoğdu, "Mevlânâ'nın Mesnevî'sinde Mânâ Dili", **Tasavvuf İlmî ve Akademik Araştırma Dergisi: Mevlânâ Özel Sayısı**, sayı: 14, 2005, s. 221.

<sup>16</sup> A.e.

<sup>17</sup> Füzanfer, **a.g.e.**, 186.

<sup>18</sup> **Mesnevî**, C:I, s. 37.

<sup>19</sup> Gündoğdu, **a.g.m.**, s. 221.

<sup>20</sup> Gülten Erkek, **Mevlânâ'nın Mesnevî'sinden İlköğretim Okulları için Seçilen Öykülerin Eğitsel Yönünün İncelenmesi**, Basılmamış Yüksek Lisans Tezi, Dokuz Eylül Üniversitesi Eğitim Bil. Enstitüsü, İzmir, 2008, s. 43.

olarak hediye etmiştir. Mesnevî ayrıca, insanın hayat ve hayat içindeki durumları, nasıl algılayıp yorumlaması gerektiğini açıklamaktadır.<sup>21</sup>

Mevlânâ, Mesnevî’de vermek istediği mesajı, sade bir şekilde anlatma yolunu seçmiştir. Bunu yapmasının çeşitli sebepleri olmakla beraber, belki de en önemlisi, tüm insanlara hitabı seçmesi ve herkesin yazdıklarını anlamasını istemesidir.<sup>22</sup> Bu anlamda; konuşma ve yazmayı, şiir ile nesri bir arada, bir üslup birliği içinde kullanmaktadır. Fakat bu sadelik onun, ibarelerini şairane bir biçimde süslemesine engel değildir ve bunu en güzel bir biçimde yapmıştır. Okuyucular bu sanatsal yönü hissetmekle beraber, sadeliği de en güzel haliyle görürler. Bir anlamda o, kitabında sadelik ve sanatı birleştirmiştir.

Mesnevî, içeriğindeki düşünceleri açıklarken ayet, hadis, hikâye, fıkra ve özdeyişler gibi dilsel formları sık sık kullanmaktadır. Mecazî anlatıma umumiyetle yer verirken, konunun daha çabuk ve kolay anlaşılması için teşbihlere de başvurur. Doğa, hayvan, böcek ve çeşitli aletler gibi günlük hayattan ve ayrıca tarihten sayısız örnek vererek, sade anlatımıyla anlaşılır olmaya çalışmaktadır.<sup>23</sup> Bu da onun geniş kitlelere hitap amacına hizmet etmektedir.

Bunun yanında anlatımına dirilik ve canlılık katmak için bazı yerlerde soru-cevap tekniğini kullanmakta ve bu, verilen örneklerin anlaşılması ve okuyucunun ikna edilmesinde önemli rol oynamaktadır.<sup>24</sup>

Mesnevî; samimi, heyecan dolu ve içsel yönleri ağır basan bir üslupla yazılmıştır. Mevlânâ’nın ‘ruhların aynası’ olduğunu söyleyerek psikolojik yönünü işaret ettiği eseri Mesnevî’de<sup>25</sup>, insanları manevi hastalıklardan, kötü huylardan ve sapık inançlardan koruyacak ilaçlar verilmiştir. Bu acı ilaçlar, hikâye ve fıkralar vb. içine gizlenip tatlandırılarak ruhi hastalıklara şifa vermektedir.<sup>26</sup> Çelebi’nin ifade

---

<sup>21</sup> Zübeyde Şenderin, “Mesnevî’de Sûret-Mânâ Çatışması Ekseninde Anlatım Yöntemine Bir Bakış”, *Mevlânâ Araştırmaları-1*, ed. Adnan Karaismailoğlu, Ankara, Akçağ Yayınları, 2007, s. 448.

<sup>22</sup> Emiroğlu, *a.g.e.*, s. 24.

<sup>23</sup> *A.e.*, s. 21.

<sup>24</sup> *A.e.*, s. 22.

<sup>25</sup> Firuzanfer, *a.g.e.*, s. 187.

<sup>26</sup> Can, *Mesnevî; Hayatı, Şahsiyeti Eserleri*, s. 374.

ettiği gibi, “Mevlânâ’nın psikolojisinde esas, tamamiyle hasbi bir hakikat araştırması değil, fakat inşirah ve sükûnunu kaybetmiş olan ruhlara selamet vermek ihtiyacıdır”.<sup>27</sup> Bir sonraki bölümümüzde Mesnevî’nin bu psikolojik yönü, derinlemesine incelenecektir

### 3.2. Mesnevî’ye Psikoterapötik Yaklaşımlar

Mevlânâ’nın insan ruhuna yönelik beyanat ve değerlendirmeleri, günümüz psikologlarının da ilgisini çekmiş, bu amaçla, eserlerindeki psikolojik zenginlikler, modern psikoloji verileri bağlamında karşılaştırmalı olarak okunmaya başlanmıştır. Dr. Faik Özdengül’ün ‘Aşkın Terapi’ adını verdiği psikoterapi tekniği, Mevlânâ’nın bu yönünü başarılı bir şekilde ortaya koyan önemli bir psikoterapötik yaklaşımdır. Özdengül, yaklaşımının detaylarını, ‘Rumî ve Aşkın Terapi’<sup>28</sup> isimli kitabında ortaya koymaktadır.

Transpersonel psikoloji üzerine çalışmalarıyla dikkat çeken psikolog Mustafa Merter de, “Dokuz Yüz Katlı İnsan” isimli eserinde, Mevlânâ’nın görüşlerinden oldukça faydalanmıştır. Bunun yanında pozitif psikoterapinin kurucusu, İran asıllı, Avusturyalı psikoterapist Nossrat Peseschkian da, terapilerinde Mesnevî hikâyelerini sıklıkla kullanmaktadır. Burada ismini zikretmediğimiz yerli yabancı pek çok psikolog, Mevlânâ’nın eserlerine psikolojik yaklaşımlar getirerek, onlarda ortaya konan psikolojik zenginliklerden faydalanmaktadırlar.<sup>29</sup>

Tezimiz de, bu psikologlarla aynı amaç doğrultusunda, içeriğindeki hikâyelerin ve Mevlânâ’nın hikâye kullanımının, insan psikolojisi üzerindeki etkilerini araştırmaktadır. Bu amaçla aşağıda, İslam düşüncesindeki metafor ve hikâye kullanımından hareketle, Mesnevî’deki hikâye anlatım tarzı psikoterapötik açıdan incelenecektir.

---

<sup>27</sup> Asaf Halet Çelebi, **Mevlânâ ve Mevlevilik**, İstanbul, Hece Yayınları, 2002, s. 69.

<sup>28</sup> Bkz.: Mevlânâ Celâleddîn Rûmî, **Rûmî ve Aşkın Terapi**, haz. Faik Özdengül, Konya, Konya Büyükşehir Belediyesi Kültür Yayınları, 2005.

<sup>29</sup> Derin, **a.g.m.**, s. 351.

### 3.2.1. İslam Düşüncesi'nde Metafor

İnsanın akıl ve ruh tedavisi, insanoğlunun varoluşundan günümüze, gelmiş geçmiş tüm medeniyetlerin temel sorunlarından biridir. Tarih boyunca çeşitli kültürler, bu sorunların çözümü için farklı pek çok tedavi yöntemi geliştirmişlerdir. Önceki bölümlerde belirtildiği üzere insanlar, bu sorunların temelinde, kötü ruhlar, vücut sıvılarının dengesizlikleri vb. nedenler olduğunu ileri sürmüşlerdir.

Ortaçağa gelindiğinde Avrupa'da, ruhsal rahatsızlıkların tedavisinde; şeytan çıkarma, cadı avlama gibi aşırı tekniklere başvurulduğu görülmektedir. Aynı çağlarda doğulu hekimlerin, günümüz bilişsel-davranışçı tekniklerini hatırlatan; müzik terapisi, hikâye anlatımı gibi modern psikolojik tekniklere paralel yöntemler kullandıkları bilinmektedir.<sup>30</sup>

Hikâye kullanımı ve metaforik anlatım, tarih boyunca özellikle doğu medeniyetinde bir gelenek olarak sürdürülmüştür. Fakat bu metaforik dil, bilhassa İslam düşüncesi içerisinde kendine özel bir yer edinmiştir.<sup>31</sup>

Eski Ahid ve İncil'de mevcut hikâye ve metafor kullanımı, Kuran-ı Kerim'in önemli bir anlatım metodu olarak karşımıza çıkmaktadır. Kıssalar ve darb-ı meseller, Kuran-ı Kerim'in yarısından fazlasını meydana getirmektedir.<sup>32</sup> Kur'an'ın bu yönü, tefsir usulü kitapları içerisindeki özel bölümlerde incelenmektedir.

Kuran'ın, İslam Medeniyeti içindeki merkezi rolü göz önüne alındığında, ondaki bu sembolik anlatım tarzının, İslam düşünce dünyasındaki yansımaları daha belirgin fark edilecektir.<sup>33</sup> Bu açıdan, İslam'ın ikinci kaynağı olan hadislerde ve genel olarak İslam kültürü içinde, sembolik ve metaforik ifade tarzına dair pek çok örneğe rastlamak mümkündür.

---

<sup>30</sup> Aracı, a.g.e., s. 92.

<sup>31</sup> Svitlana Nesterova, *Mevlânâ'nın Mesnevî İsimli Eserinde Metaforik Anlatımın Metafizik Boyutu*, Basılmamış Doktora Tezi, Ankara Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara, 2011, s. 42.

<sup>32</sup> Hüseyin Güllüce, *Mevlânâ ve Mesnevî Gerçeği*, Ankara, Akçağ Yayınları, 2007, s. 173.

<sup>33</sup> Sadık Kılıç, *İslam'da Sembolik Dil*, Ankara, Kılıç Yayınları, 1991, s. 7-25.

İslam filozofları ve mutasavvıflar, metaforik anlatım yolunu sıklıkla tercih etmişler ve bu alanda zengin örnekler sunmuşlardır.<sup>34</sup> Özellikle tasavvuf içinde, sıklıkla sembolizme başvurulduğu görülmektedir. Kullanılan teşbih, kıyas, metafor ve analogiler, bahsettiğimiz sembolik düşünce geleneğinin yansımalarıdır. Onlar, fikirlerini şerh ederken bilhassa hikâyeleri sıklıkla kullanmaktadırlar.<sup>35</sup>

Tasavvufta kullanılan sembollerin, belli başlı ayırt edici özellikleri vardır. Onlar öncelikle, kişiye metafiziği anlama ve kavrama olanağı sunmaya hizmet ederler. Mutasavvıflara göre, istiare ve resimlendirmeler, metafizik ve felsefenin soyut terimlerine göre kalbe daha fazla nüfuz etmektedir.<sup>36</sup>

Sûfiler, tecrübelerini anlatırken sık sık sembollere başvururlar ve hakikatleri ‘meczaz’ elbisesi altında sunarlar. Sembol ve ima, onlar için bilgi aktarma araçlarıdır.<sup>37</sup> Kendi tecrübelerini istiare ve sembollerle, diğer insanlar için algılanabilir şekle sokarlar.<sup>38</sup> Onlara göre; bir algı, duygu, hayal, düşünce ve benzeri biliş hallerinin, dinleyende öznel bilgi veya yaşanan tecrübe niteliğine ulaşabilmesi için, belli bir kavramsal çerçeve ile ifadesi gerekmektedir.<sup>39</sup> Fark ettiğimiz üzere bu anlayış, tecrübe-hikâye ilişkisinde hikâye ve metaforları, ruhsal değişim sağlama amaçlı terapilerinde kullanan Erickson’un yaklaşımına benzer nitelikler taşımaktadır.

Tabidir ki mutasavvıflar, bunu yaparken belli maslahatlar gözetirler. Onlar, tahsilli-tahsilsiz, yaşlı-genç, erkek-kadın, Müslüman-gayrimüslim vb. değişik grupları etkilemek için hikâyeleri etkili bir araç olarak kullanmaktadırlar.<sup>40</sup> Okuyucu ya da dinleyicinin konuyu kavraması, zor noktaları anlaması hikâye vasıtasıyla daha kolay olmaktadır. Böylelikle okuyucu, olgulardan hareketle, kendi kendine sonuçlar da çıkarabilmektedir.<sup>41</sup> Hikâyeler, kişilere belli bir davranışın olası neticelerini gösterir. Bazen de onlar, kişilerin olası sonları kendi başlarına bulmaları için kapı

<sup>34</sup> Nesterova, a.g.e., s. 42.

<sup>35</sup> Gholam Hosein Yousofi, “Bir Hikâyeci Olarak Mevlânâ”, *Tasavvuf İlimi ve Akademik Araştırma Dergisi: Mevlânâ Özel Sayısı*, çev. Ramazan Muslu, sayı: 14, 2005, s. 645.

<sup>36</sup> Müfit Selim Saruhan, *İslam Düşüncesinde İstiare (Metafor)*, Ankara, y.y., 2005, s. 66.

<sup>37</sup> Emiroğlu, a.g.e., s. 177.

<sup>38</sup> Saruhan, a.g.e., s. 66.

<sup>39</sup> Nesterova, a.g.e., s. 77.

<sup>40</sup> A.e.

<sup>41</sup> A.e.

aralamaktadır.<sup>42</sup> Mutasavvıfların gözettiği bu yararlar, davranışçı psikoterapinin, hikâyelerin ‘modelleme’ yoluyla öğrenme olarak ifade ettiği psikoterapötik faydası ile paralellik arz etmektedir.

Sufî hikâyelerinde, öykülerin sadeliği, işlenen konuların sıradanlığı ve günlük hayata yakınlığı dikkat çekicidir.<sup>43</sup> Bu basitlik, hikâyede verilmek istenen mesajın, okuyucuya daha kolay ulaşmasına hizmet etmektedir. Ayrıca hikâyeler, sıradan olaylara bilgece yaklaşımlar getirerek okuyucunun, basitlik üzerinden zor noktalara temasını kolaylaştırmaktadırlar. Sufî gelenek içerisinde hikâyeler, günlük hayattan o kadar çok beslenirler ki, okuyanlar hikâyelerin içinde kendi hayat ve tecrübelerine dair izler bularak hikâyedeki ana temaya, daha içselleştirilebilir bir yoldan varmaktadırlar.

Hikâyeler, kültürel araçlar olarak, bilgi, değer ve ahlakî tutumları, yeni nesillere aktarmada, sözlü iletişimin bir parçası olarak da görev alırlar. Bu onların, eğitim-öğretim işlevine sahip başka bir yönleridir.<sup>44</sup>

Hâkim Senâî (1072-1131)’nin İlahi-name’si, Ferîdüddîn Attar (1119-1131)’ın Mantıku’t-Tayr ve Esrâr-nâme’si, Sadî Şirâz’i (1213-1193)’nin Bostan ve Gülistan’ı ve ana konumuz olan Mevlânâ’nın Mesnevî’si, hikâye ile anlatım tarzının etkili ve yoğun bir şekilde kullanıldığı önemli tasavvuf eserlerindedir. Bu eserlerin içerdikleri hikâyeler, Ortadoğu İslam tasavvufunun, büyük öneme haiz, ruhsal değişim sağlayıcı araçları olarak karşımıza çıkmaktadır. Buradan hareketle, Batı dünyasının son dönemlerinde keşfettiği hikâye anlatımının iyileştirici etkisini, insanların yüzyıllar önce bu eserler ve bu eserlerin verdiği anlayışla deneyimlemekte olduğunu kolaylıkla ifade edebilmekteyiz.

Buradan hareketle, bir sonraki başlıkta, Mesnevi’ye psikolojik bazı yaklaşımlar getirilerek, içeriğindeki hikayelerin psikoterapötik özellikleri bağlamında bazı tespitler ortaya konmaya çalışılacaktır.

---

<sup>42</sup> Aracı, a.g.e., s. 92-93.

<sup>43</sup> A.e.

<sup>44</sup> A.e., s. 123.



### 3.2.2. Mesnevî Hikâyeleri ve Psikoloji

Mesnevî, iç içe geçmiş, katmer katmer açılarak birbirini yorumlayan, büyüleyici pek çok hikâye içeren bir derleme<sup>45</sup>, ilginç bir koleksiyondur<sup>46</sup>. O bir hikâye kitabı olmamakla beraber, onu oluşturan unsurların en önemlisi içerdiği hikâyelerdir.

Mevlânâ, Mesnevî’de ele aldığı farklı alanlardaki konu ve düşünceleri paylaşırken, hikâyelerden oldukça faydalanmıştır. O kadar ki, her düşünce ve öğüdünü, onları destekleyen ve onlarla bağlantılı, uygun hikâye ve metaforlar kullanarak aktarma yolunu seçmiştir.<sup>47</sup> Ahlakî kurallar, psikolojik tahliller ve yaptığı açıklama ve değerlendirmeler arasına mutlaka çeşitli hikâye ve metaforlar serpiştirmiştir.<sup>48</sup> Mesnevî üzerine pek çok önemli çalışmalara sahip Bediüzzaman Füzûzanfer, bazısı birkaç beyit, bazısı sayfalarca süren çeşitli uzunluklardaki bu hikâyelerin sayısının, toplamda 275 olduğunu söylemektedir.<sup>49</sup>

Mesnevî’nin yazılış amacı; ilahi aşkı, tevhidi, gerçek imanı anlatmak, insanları sapık inançlardan, İslamî olmayan düşüncelerden uzaklaştırmak ve Allah’ın yardımı ile cennete, dünyada kavuşmayı sağlamaktır.<sup>50</sup> Kendine sadece Kuran-ı Kerim ve vahiy elçisi Hz. Muhammed (s.a.v.)’i rehber edinen<sup>51</sup> Mevlânâ’nın Mesnevî’si, tabidir ki İslam dinine hizmet maksadı taşır. Bu konuda Mevlânâ şunları dile getirmektedir:

---

<sup>45</sup> Nezihe Araz, “Çağdaş Kavramların Işığında Bazı Mesnevî Hikâyelerinin Yorumu”, **Uluslararası İkinci Mevlânâ Semineri Bildirileri**, Konya, Konya Mevlânâ Enstitüsü, 15-17 Aralık 1976, s. 16.

<sup>46</sup> Yousufi, a.g.m., s. 646.

<sup>47</sup> Kadir Özköse, “Mevlânâ Düşüncesinde Firkat ve Vuslat”, **Tasavvuf İlmî ve Akademik Araştırma Dergisi: Mevlânâ Özel Sayısı**, sayı:14, 2005, s. 235.

<sup>48</sup> Gönül Ayan, “Mesnevî ve Kısa Hikâyecilik”, **5. Milli Mevlânâ Kongresi**, Konya, Selçuk Üni. Yay., 1991, s. 59.

<sup>49</sup> Aktaran: Adnan Karaismailoğlu, “Mesnevî Hikâyelerinde Şekil ve İçerik”, **Nüsha: Şarkiyat Araştırmaları Dergisi**, sayı:18, 2005, s. 130.

<sup>50</sup> Can, **Mesnevî; Hayatı, Şahsiyeti Eserleri**, s. 375.

<sup>51</sup> “Ben Kur’an’ın kuluyum. Kölesiyim, ben Hz. Muhammed (s.a.v.)’in ayağının bastığı yerin toprağıyım.” Aktaran: Can, **Mesnevî; Hayatı, Şahsiyeti Eserleri**, s. 374.

“Bizden sonra, Mesnevî şeyhlik eder. Hakikati isteyenlere mürşid olur. Onları yüksek makamlara sevk eder. Asıl maksada çekip ulaştırır.”<sup>52</sup>

Bu anlayışa göre âlimler, Mesnevî'nin Kuran-ı Kerim'in hikâyeler aracılığıyla yapılmış bir tefsiri, bir yorumu olduğunu dile getirmektedirler.<sup>53</sup> Hatta Mevlânâ, hikâye anlatmanın küçümsenmemesi gerektiğini, çünkü Allah'ın da bu yöntemi kullanarak kıssa anlattığını ve örnekler verdiğini söylemektedir.<sup>54</sup>

Mevlânâ, bu irşad vazifesini yerine getirirken, bu vazifenin de bir gereği olarak, dünya içindeki mutsuz, bıkmış insanı rahatlatmak ve onun ruhunda oluşmuş hastalıkları iyileştirmek istediğini ifade etmektedir. Tezimizin ana savını da oluşturan bu nokta, Mevlânâ'nın Mesnevî'sinin ve bilhassa hikâyelerinin, insandaki ruhsal yaralara şifa vererek, olumlu yönde ruhî değişimler sağlamada, modern psikolojik verilerin de desteklediği işlevsel yönünü işaret etmektedir.

Mevlânâ, Mesnevî'sinde insanların hikâyelere kulak vermelerini isteyerek, hikâyenin iyileştirici yönüne şöyle vurgu yapmaktadır:

*“Anlat hikâye dermanlar olsun. Anlat canlara merhem olsun.”*<sup>55</sup>

Mevlânâ, anlattığı hikâyelerin, insanların ruhlarına şifa olduğunu düşünmekte ve ruhsal sorunlarına çare arayanları, Mesnevî'nin pek çok yerinde anlattığı hikâyeleri dinlemeye çağırmaktadır:

*“Hikâyesi üzüntünü gidersen diye sana Halîme'nin sırrının hikâyesini anlatacağım.”*

*“Ey oğul! Nefsin sûretini görmek istersen, yedi kapılı cehennem hikâyesini oku.”*<sup>56</sup>

*“Ey nadir hikâyeler arayan sen! Âşıkların hikâyelerini oku.”*<sup>57</sup>

---

<sup>52</sup> Aktaran: Can, **Mesnevî; Hayatı, Şahsiyeti Eserleri**, s. 376.

<sup>53</sup> Yousufi, **a.g.m.**, s. 646.

<sup>54</sup> **Mesnevî**, C. III, (b. 2115), s. 354.

<sup>55</sup> **Mesnevî**, C:I, (b. 1364), s. 81

<sup>56</sup> **Mesnevî**, C:I, (b. 780), s. 63.

<sup>57</sup> **Mesnevî**, C:VI, (b. 1775), s. 777.

Mesnevî'deki hikâyelerin içerdikleri derin mânâlar, insanları içerisinde buldukları dünyadan alarak, ruhî deneyimler yaşayabilecekleri bir atmosfer içine sokmaktadır. Mesnevî bu bakımdan, modern dünyanın dışlıları arasında ezilen, hayat şartları içinde mücadele ederek kendini harcamaya doğru giden ve sonuç olarak manevi ve ruhsal yönü bu koşullar altında ölen, robotlaşmış günümüz insanının ruhuna bir devadır.

Mevlânâ, anlattığı hikâyeler ve işaret ettiği hakikatlerle, insanın bu ruhsal problemlerini çözmeye yardımcı olur. Onun anlattığı hikâyeler, insan ilişkilerini ve davranışlarını ayarlar, farkında olmadan insana bir şey öğretir ve doğru yolu işaret eder.<sup>58</sup> Hasta bir çocuğun acı tadından dolayı sevmediği ilacı, doktorun tatlı şerbet ile karıştırıp vermesiyle içerek iyileşmesi gibi<sup>59</sup>, Mevlânâ'nın hikâyelerini dinleyenler de, kabul etmeyerek direnç gösterdikleri, kendileri için önem arz eden gerçeklikleri; rahatlatıcı, eğlendirici ve ilgi çekici yapılarıyla hikâyelerden alarak, olumlu yönde ruhsal değişim kazanabilmektedirler.

Tezimizin ikinci bölümünde, hikâyelerin psikoterapötik özellikleri üzerinde durmuştuk. Şimdi bu özellikler çerçevesinde Mesnevî'yi incelemek yerinde olacaktır.

Hikâyeler, kavramayı kolaylaştırmaları yönünden insanın ruhsal değişimine olumlu yönde etkide bulunurlar. Emiroğlu, kapsamlı araştırmaları neticesinde, Mevlânâ'nın, Mesnevî'deki anlatım üslubunda sıkça kullandığı hikâye, efsane, mesel vb. metaforik araçlara, konuya sadelik getirerek ona açıklık ve akıcılık kazandırmak için başvurduğunu söylemektedir.<sup>60</sup> Bu üslup, okuyucuya örnek ve benzetmeler yoluyla; konuyu yorumlama, daha derin bir şekilde anlama ve detaylı bir biçimde kavrama şansını vermekte ve soyut fikirler, hikâyenin somutluğuyla pekiştirilerek, canlı semboller olarak insanların önüne konmaktadır. Mevlânâ, sunduğu bu

---

<sup>58</sup> Nezihe Araz, "Çağdaş Kavramların Işığında Bazı Mesnevî Hikâyelerinin Yorumu", **Uluslararası İkinci Mevlânâ Semineri Bildirileri**, Konya, Konya Mevlânâ Enstitüsü, 1976, s. 16.

<sup>59</sup> Yeniterzi, **a.g.m.**, s. 119-120.

<sup>60</sup> İbrahim Emiroğlu, "Mevlânâ'nın Üslubu, Metodu ve Edebiyatımızdaki Yeri", (çevrimiçi), [http://akademik.semazen.net/author\\_article\\_detail.php?id=838](http://akademik.semazen.net/author_article_detail.php?id=838), 15.08.2011.

örneklerin verilmiş amacının, aklın idrakine fayda sağlamak olduğunu şu sözlerle dile getirmektedir:

*“O şey, örnektir, onun misli değil. Bu örneği de donmuş kalmış akıl, bunu anlasın diye getirirler.”*<sup>61</sup>

*“Ey oğul! O mânâ ve bu dağ, sûret olsa da –konuyu- senin anlamana daha yakınlaştırır.*

*Üzüntü dikene benzetilir, o değildir; ancak uyarı yapılır.*

*Katı gönle taş denir, münasip değildir; bir örnek olarak verilir.*

*Onun kendisi tasavvura girmez; göz önüne getirmeyi ayıplama, onu olumsuz bilme.”*<sup>62</sup>

*“Buna bir misal vereyim de anlaşulsın...”*<sup>63</sup>

Mesnevî’de, zamanın içinde seçilip verilen herhangi bir tarihi örnek, olağanüstü unsurlar içeren bir hayvan masalı veya günlük hayattan alınmış bir olay, insanın yönlendirilerek, doğru ve yanlış ayırt edebilmesini sağlamada yeterli bir araç olabilmektedir.<sup>64</sup> Mevlânâ örnekle anlatımın etkisi konusunda şunu söyler:

*“Söz, misal vermekle aydınlanır...”*<sup>65</sup>

Mevlânâ, hikâyeler dizisi şeklinde vücuda getirdiği eserinde kullandığı bu üslubuyla, günümüzdeki yapısalcı ve postmodernist düşünürlerin vardıkları sonuca benzer olarak; anlamının ancak hikâyeye yani anlatı (narrative) şeklinde algılanabileceği ve yorumlanabileceğini, yüzyıllar önce fark etmiştir.<sup>66</sup> Mevlânâ’ya göre, yalnızca soyut anlatım yeterli değildir, çünkü insanlar bir süre sonra bundan

---

<sup>61</sup> Mesnevî, C:VI, (b. 118), s. 299.

<sup>62</sup> Mesnevî, C:V, (b. 2745-2748), s. 663.

<sup>63</sup> Fîhi Ma Fîh, s. 309.

<sup>64</sup> Şenderin, a.g.m., s. 449.

<sup>65</sup> Fîhi Ma Fîh, s. 309.

<sup>66</sup> Nesterova, a.g.e., s. 140.

sıkılmakta<sup>67</sup> ve bu, kavrama eşiklerinin düşmesine neden olmaktadır. Hikâyeler, dikkatleri taze tutmada yardımcı olurlar.

Hikâyelerin önceki bölümde işlediğimiz iyileştirici ve dönüştürücü psikoterapötik özelliklerinden bir diğeri, çarpıcı ve hatırlanabilir yapıda olmalarıdır. Mesnevî'deki tahkiye üslubu da, insanoğlunun merakını uyandırarak, konuların dinleyicinin zihninde daha kolay kalmasını<sup>68</sup> ve kişinin duygusal olarak harekete geçerek konuya karşı ilgisini artmasını<sup>69</sup> sağlamaktadır.

Ayverdi, hikâyeleri bu yönleriyle, insanoğlunun dikkatini gerçeklikler üzerine çekmek için hazırlanmış latif tuzaklar olarak nitelendirmektedir.<sup>70</sup> Onlar, bağların, bostanların etrafını çeviren dikenli çitler gibi, yanından ve etrafından geçenlerin eteklerine takılıp kendine çeker. Böylece onlar, kişiyi bir süre de olsa gerçeklikler üzerinde düşünmeye sevk eder.<sup>71</sup>

Mevlânâ, Mesnevî'de bir hikâye anlatmaya başlar. Sonra oradaki hayvan veya insanı konuşturur. Sonra birden kendi konuşmaya başlar. Böylelikle okuyucunun dikkati bir an olsun dağılmaz. Coşkulu hitabı ile genellikle sade ve sıradan olan hikâye birden canlanır. Hikâyeleri, kısa ya da uzun olsun, insanları etkisi altına alır ve okuyan kişi, sonuca gelene kadar gözünü ondan alamaz.

Mesela; Mesnevî'de geçen “Bir köylünün bir şehirliyi çok rica ve ısrarla davet ederek aldatması”<sup>72</sup> adlı uzun hikâyesi böyledir. Ondaki karakterler, çeşitli olaylar ve farklı diyaloglar insanın ilgisini çeker niteliktedir. Hikâyede; düşüncesiz, istediği şeyi elde etmek için her yola başvuran, inatçı ve ısrarcı, sözüne güvenilmeyen, bildiğinden şaşmaz bir köylü ile; maddi açıdan güçlü, manevi açıdan zayıf, dürüst olmayan, şüpheli, tedbirli ve ihtiyatlı, korkak, kendine aşırı güven duyan ve şekli önemseyen bir şehirli olmak üzere iki ana karakter mevcuttur.

---

<sup>67</sup> Safi Arpaguş, **Mevlânâ'nın Dini Anlatım Metodu**, Basılmamış Doktora Tezi, M.Ü. Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul, 2001, s. 133.

<sup>68</sup> Yakup Şafak, “Mesnevî'deki Hikâye Üslubuna Dair”, (çevrimiçi) [http://akademik.semazen.net/author\\_article\\_print.php?id=816](http://akademik.semazen.net/author_article_print.php?id=816), 15. 08. 2011.

<sup>69</sup> Güllüce, a.g.e., s. 174.

<sup>70</sup> Semiha Ayverdi, “1959 ŞEb-i Aruz Konferansı”, **Mevlânâ ile İlgili Yazılardan Seçmeler**, haz. Vedat Genç, Ankara, MEB Yayınları, 1994, s. 41-42.

<sup>71</sup> A.e.

<sup>72</sup> **Mesnevî**, C:3, (b. 235-281), s. 294.

Mevlânâ bir hikâye içerisinde, karakterlerin psikolojik pek çok özelliğini bir arada vererek, bu özelliklere sahip olanların davranışlarını ve sonuçlarını titizlikle ortaya koymaktadır.

Mesnevî hikâyeleri, Mevlânâ'nın insanın doğası ve psikolojik kavrayışı hakkında ne kadar derin bir bilgiye sahip olduğunu da göstermektedir. Hikâyelerde oluşturduğu karakterlerle, insanın zayıf ve güçlü yönleri en güzel şekilde ifade edilmektedir.<sup>73</sup> Zamanının, insanı konu alan ilmî yaklaşımlarına vakıf birisi olarak, psikososyal açıdan insan davranışlarını en iyi şekilde betimleyen Mevlânâ, onların farklı karakterlerini değişik misallerle ele almaktadır.<sup>74</sup>

Genel olarak karakter seçimi, hikâyenin ana unsurlarındandır. Mevlânâ, hikâyelerinde çok sayıda karakter kullanarak, pek çok psikolojik tahlili de bir arada vermektedir. Mesnevî'de; peygamberler, halifeler, padişahlar, vezirler, mutasavvıflar, tacirler, orta ve daha aşağı tabakalardaki insanlar, tarihi şahsiyetler, öğretmenler, öğrenciler, dürüst ve hain kişiler, çeşitli memurlar, erkekler, kadınlar, oğlanlar ve kızlar, esirler ve dalkavuklar gibi geniş bir çeşitlilik arz eden karakterler karşımıza çıkmaktadır.

Karakterlerin içinde oldukları durum ve görünüşleri dışında Mevlânâ, onların psikolojik ve duygusal dünyalarını da detaylı bir biçimde resmetmektedir. Okuyanın hislerini harekete geçiren ve hikâye atmosferine daha kolay girmesini sağlayan da budur. Örnek olarak; susuz kalan kişinin duygularının anlatılışı, papağanı ölen tacirin üzüntüsü<sup>75</sup>, bir aşğın sevdiğinden ayrıken hissettikleri<sup>76</sup>; çalgıcının pişmanlığı<sup>77</sup>, aslanın tavşana sinirlenmesi<sup>78</sup>, Nasuh'un yakalanma korkusu ve endişesi<sup>79</sup> ve köpeklerin kendilerini kandırmaları<sup>80</sup> vb. tasvirleri verebiliriz.

---

<sup>73</sup> Yousofi, a.g.m., s. 648.

<sup>74</sup> Özdemir, a.g.m., s. 419.

<sup>75</sup> Mesnevî, C:I, (b. 1692-1719), s. 91-92.

<sup>76</sup> Mesnevî, C:III, (b. 4747-4777), s. 438.

<sup>77</sup> Mesnevî, C:I, (b. 2072- 2103), s. 103-104.

<sup>78</sup> Mesnevî, C:I, (b. 1151-1162), s. 74.

<sup>79</sup> Mesnevî, C:V, (b. 2228-2325), s. 645-648.

<sup>80</sup> Mesnevî, C:III, (b. 2884-2894), s. 378.

Mevlânâ bu çeşitlilik arz eden karakterleriyle, herkesin aşına olduğu konuları ele almayı tercih eder. Konuları yan konularla çerçeveleyerek kişinin çeşitli bağlantılar yapmasını sağlar. Bu bağlantılar, onun vermek istediği mesajı pekiştirir. Bazen ilgisiz gibi görünen bir ayrıntı, konunun kavranması ve mesajın iletimi için kilit görevi görebilmektedir.<sup>81</sup> Bu duruma Erickson'un psikoterapilerinde de sık rastlanmaktadır. Erickson başta alakasızmış gibi duran bir hikâye ya da metafor kullanmakta ve danışan, aldığı telkinin bilincine daha sonra varabilmektedir.

Mevlânâ'nın hikâye anlatımı o kadar canlıdır ki, okuyan kişi o atmosferi derinlemesine yaşar. Etkileyici sahnelerden bazıları; Hz. İsa'nın ahmaklardan kurtulmak için dağın yukarısına kaçması<sup>82</sup>, kadınlar hamamının tasviri<sup>83</sup>, sarhoşluğun anlatılışı<sup>84</sup> vb.dir.

Mevlânâ'nın bu etkileyici üslubu, ifadelerindeki sadelik ve kolay anlaşılabilirlik, onun her kültür ve biliş seviyesindeki insana hitap edebilmesini sağlamıştır. Muhataplarının kavrayış seviyelerini iyi bilen Mevlânâ, bu yüzden somut örneklerle açık bir hitap tarzı tercih etmiştir.<sup>85</sup> 'Fîhi Mâ Fîh' adlı eserinde bu konuda şunları söyler:

*"Biz de sözü herkesin anlayacağı, kavrayacağı ölçüde söylüyoruz. Çünkü, Peygamber: "İnsanlarla, onların akılları nispetinde konuş" buyurmuştur. Tanrı en iyisini bilir."*<sup>86</sup>

Aynı konuda Mesnevî'de "Akıllar ölçüsünde alt seviyede söylüyorum. Ayıp değildir. Peygamberin işi buydu."<sup>87</sup> diyen Mevlânâ, tahkiye türünde basit ifade tarzı seçimiyle, aslında anlaşılır olmaya çalışmaktadır.

---

<sup>81</sup> Mustafa Necati Sepetçioğlu, "Mevlânâ Celâleddîn Rûmî'de Hikâye", **II. Milletlerarası Mevlânâ Kongresi**, Selçuklu Araştırmaları Merkezi Yay., Konya, 1990, s. 38.

<sup>82</sup> **Mesnevî**, C:III, (b. 2569-2598), s. 368-369.

<sup>83</sup> **Mesnevî**, C:V, (b. 2230-2270), s. 644-646.

<sup>84</sup> **Mesnevî**, C:V, (b. 3583-3590), s. 691.

<sup>85</sup> Ceylan, a.g.md., s. 329.

<sup>86</sup> Mevlânâ Celalettin Rûmî, **Fîhi Ma Fîh**, çev. Meliha Ülker Anbarcıoğlu, İstanbul, M.E.B. yayınları, 1991, s. 160.

<sup>87</sup> **Mesnevî**, C:I, (b. 3811), s. 157.

O, Mesnevî’de, “*Baba, akli dünyaları ölçse de küçük çocuğu için ti ti der.*”<sup>88</sup> diyerek, bir babanın, çocuklarına ders verirken, onların anlayacağı seviyede konuşması gerektiğine işaret eder. Yani ona göre, konuşurken muhatabın seviyesi dikkate alınmalıdır. Bunun sebebi de, onun sadece kültürlü çevrelere değil, bilhassa geniş halk kitlelerine hitap etme isteğinden ileri gelmektedir.<sup>89</sup> Bu konuda şöyle der:

*“... Ancak bunu açıkla ve iyice anlat.*

*Bilgili ve fuzulî kişilerin kulağına eriştiğinde kabul edeceği şekilde.*

*Halkın aklının da yarar sağlayacağı şekilde söz içerisinde onu açıkla.*

*Olgun konuşmacı sofraya açılınca sofrasında her türlü yemek bulunur.*

*Hiçbir konuk yiyeceksiz kalmaz; herkes yemeğini ayrı olarak bulur.*

*Yedi kat mânâsı bulunan Kuran gibidir; herkesin yemeği içindedir.”*<sup>90</sup>

Metafor ve hikâye vasıtalarıyla anlatım; ortak kültür, birikim ve değerlere sahip olmayan ve birbirlerini anlamakta zorluk çeken insanların iletişim kurmalarında da büyük öneme sahiptir. Ortak tesirli metaforlarla iletişim rahatça kurulabilmekte ve insanların his dünyalarına daha rahat hitap edilebilmektedir.<sup>91</sup> Bu yaklaşım, hikâye ile psikoterapinin önemli isimlerinden Peseschkian’ın ‘kültürlerarası yaklaşım’ olarak ifade ettiği pozitif psikoterapi elemanlarından. Peseschkian hikâyeleri, farklı kültürlerden insanları ortak paydada buluşturarak, birbirlerini anlayabilecekleri bir düzleme indirgeyen araçlar olarak görmektedir.

Mevlânâ da, hikâyeleri dahil tüm ifadelerinde, milliyet ve uyruğa vurgu yapmadan, ırk ayrımı gözetmeksizin, tüm insanlara hitap etmektedir. Onun bu özelliğini Okuyucu şu satırlarla ifade eder: “Hiçbir derya, bir ülkenin sınırları içinde kalamaz. Mevlânâ da her ülkenin sahillerine vuran böyle bir okyanustur.”<sup>92</sup>

---

<sup>88</sup> Mesnevî, C:II, (b. 3301), s. 268.

<sup>89</sup> Nihat Keklik, “Mevlânâ’da Metafor Yoluyla Felsefe”, (çevrimiçi) [http://akademik.semazen.net/article\\_detail.php?id=501](http://akademik.semazen.net/article_detail.php?id=501) (01.09.2011).

<sup>90</sup> Mesnevî, C:III, (b. 1891-1896), s. 347.

<sup>91</sup> Nesterova, a.g.e., s. 50.

<sup>92</sup> Aktaran: Erkek, a.g.e., s. 49.



Buraya kadar, hikâyelerin psikoterapötik özellikleri çerçevesinde, Mesnevî'nin yapısal özelliklerine dair bazı değerlendirmelerde bulunduk. Bu değerlendirmeler, Mesnevî'nin psikoterapötik yönüne giriş niteliğindedir. Bir sonraki bölümde, Mesnevî ve içeriğindeki hikâyeler, ikinci bölümde ortaya koyduğumuz; hikâyelerin sezgisel ve davranışsal etkileri bağlamında daha detaylı olarak incelenecektir.

### **3.2.3. Hikâyelerin Psikoterapötik Etkileri Bağlamında Mesnevî**

#### **3.2.3.1. Sezgisel Düşünme Üzerindeki Etkileri Bakımından Mesnevî Hikâyeleri**

Doğu psikolojileri, gerçeğe sezgisel bir yol aracılığıyla ulaşılabileceğini iddia eden bir yaklaşıma sahiptirler.<sup>93</sup> Tasavvuf ve mistik öğretilerin en önemli özelliklerinden biri; gerçek bilginin, gönül ile dolaysız olarak kavranabileceği iddiasıdır.<sup>94</sup> Bu açıdan tasavvuf, akıldan daha çok duyguya, sezgiye ve hal tecrübesine dayanmaktadır.

Aynı şekilde Mevlânâ da, aklî ve naklî ilimlere fazlasıyla vakıf olmakla beraber, temel felsefesini, duygu ve sezgi üzerine temellendirmiştir.<sup>95</sup> Özellikle Mesnevî'si, onun bu yoğun his ve sezgi üzerine kurulu dünyasının güzel bir aksi olarak karşımıza çıkmaktadır.

İnsanın kendini bilmesinin, “iç görü, iç aydınlanma ve iç deneyim” ile gerçekleştiğini söyleyen Mevlânâ<sup>96</sup>, bu yolda insanları aydınlatmak için didaktik olmayan fakat alegorik ve simgesel bir üslupla, sezgiye dayalı bir metot kullanmaktadır.<sup>97</sup> Bu metot içerisinde kullandığı sezgisel biçimin simgesel ve örtük araçlarından biri de hikâyelerdir.

<sup>93</sup> Ornstein, a.g.e., s. 7.

<sup>94</sup> Nesterova, a.g.e., s. 176.

<sup>95</sup> Hasan Özdemir, “Mesnevî’de Rasyonellik ve Sezgisellik Çerçevesinde İnsan”, **Uluslararası Düşünce ve Sanatta Mevlânâ Sempozyum Bildirileri**, Konya, Rûmî Yayınları, 2006, s. 419.

<sup>96</sup> Özdemir, a.g.e., s. 423.

<sup>97</sup> A.e.

Ornstein'e göre de suffi anlayış içerisinde kullanılan hikâyeler, "kişinin başka türlü bir yoldan ulaşamayacak yanıyla bağlantı kurma ve kişinin içinde, bilinen boyutlarımızın alışılmış sınırlarının ötesinde söze dökülmemiş gerçek iletişimi sağlama"<sup>98</sup> işlevleriyle; akli, bilimsel ve doğrusal olmayan, sezgisel anlayış ve kavrayışa ulaştırırlar. Ve sembolik dil, sezgisel olarak hayal ve vicdan vasıtalarıyla akılla iletişime geçtiği için, diğer anlatım tarzlarına göre daha etkileyici ve kullanışlıdır.<sup>99</sup>

Mevlânâ'ya göre, sezgisel bilginin dayandığı temellerden biri sezgiye dayalı simgesel anlatımdır. İnsan sezgisel olarak, içsel his-hayal-hatırlama yetilerini, bize göre hikâyeler yardımıyla, belli bir konu üzerine yoğunlaştırarak, sezme ve zihin uyanıklığına bağlı bir duyuşsal kavrayışa erişir. Bu farklı bir bilme biçimi olan sezgisel biliştir.<sup>100</sup>

Mevlânâ ve tasavvuf anlayışının işaret ettiği bu noktalar, modern psikolojik yaklaşımlarla aynı paralellikte gözükmektedir. Metafor ve hikâyelerin, insanın kavrayışının sezgisel yönü üzerinde etkili araçlar olarak işlev gördüğünü ikinci bölümde ifade etmiştik. Şimdi de, Mevlânâ'nın yaklaşımında çerçevesinde, hikâyenin insanın sezgisel yönü üzerindeki etkisini detaylı olarak incelemek yerinde olacaktır.

Mevlânâ Mesnevî'de, görüş ve düşüncelerini paylaşırken yoğun olarak metafor kullanmıştır. "Ne Batı'da ne de Doğu'da Mevlânâ kadar zengin ve parlak metaforlar kullanan bir kimseye rastlamak mümkün değildir"<sup>101</sup> diyen Kara'ya göre, Mevlânâ'yı diğer şair ve bilgelerden farklı kılan özelliği, eserlerinin metaforlarla dolu olması ve sembol, kinaye (üstü kapalı anlatım) ve remizleri (işaretle anlatım) eserlerinde ustalıkla kullanmasıdır.<sup>102</sup>

---

<sup>98</sup> Ornstein, a.g.e., s. 169-170.

<sup>99</sup> Nesterova, a.g.e., s. 86.

<sup>100</sup> Özdemir, a.g.m., s. 428.

<sup>101</sup> Kerim Kara, "Mevlânâ'nın Mesnevî'sinde Kalp-Gönül", *Tasavvuf İlimi ve Akademik Araştırma Dergisi: Mevlânâ Özel Sayısı*, sayı:14, Ankara, 2005, s. 485.

<sup>102</sup> A.e.

Mevlânâ, hitap ettiği insanların kavrayış seviyelerini dikkate alarak, bilhassa soyut konulardan bahsederken, metaforların somutlaştırıcı özelliklerinden oldukça faydalanmış<sup>103</sup>, böylelikle hem açıkladığı konuların anlaşılmasındaki güçlükleri gidermiş, hem de her kesimden ve her biliş seviyesinden insanın onu anlamasını sağlamıştır. Zaten, metaforik anlatımın, sufi gelenek içerisinde eğitici yönüyle kullanılmasının nedeni, teorik olanı basit bir şekilde, örnekleme yoluyla aktarması ve nesnenin pratik olarak kolaylıkla anlaşılmasını sağlamasıdır.

Mevlânâ, anlatımında zengin bir metafor sistemi oluşturmuş, pek çok varlığı sembolleştirme yoluna gitmiştir. O, “hayvanlar, bitkiler ve meyveler, değerli taş ve madenler; coğrafi öğeler, gök cisimleri, insan eliyle yapılan mekânlar, gündelik yaşamda yararlanılan araç ve gereçler”<sup>104</sup> gibi pek çok varlığa yeni anlamlar yükleyerek sembolleştirmiştir. Büyük-küçük ayrımı yapmadan, hayatın her alanından; deve, fare, saman çöpü dahil her şeyi, metaforik anlatım malzemesi olarak çekinmeden kullanmıştır.<sup>105</sup>

O, kitabının fatihası olarak nitelendirilen<sup>106</sup> ve Mesnevî'nin konusunu ve ne olduğunu anlattığı ilk on sekiz beyite, ‘ney’ sembolizmi<sup>107</sup> ile başlamaktadır. Mevlânâ'nın eserine, daha ilk beyitlerinden metaforlarla ve bir hikâyeyle başlaması, metaforik anlatıma ne kadar önem verdiğini ve Mesnevî'sini bunun üzerinden şekillendirdiğini işaret etmesi bakımından manidardır.

Mesnevî'nin bahsettiğimiz ilk beyiti aşağıdaki gibidir:

“*Dinle bu ney nasıl şikâyet ediyor; ayrılıkları anlatıyor.*”<sup>108</sup>

“*بشنو این نی چون حکایت می کند*” ( *Bişnev in ney çün hikâyet mîkoned* )

İkinci mısradaki, “hikâyet mîkoned” fiilinin tercih edilmesi ilgi çekicidir. Hikâye kelimesi, ilgili bölümde de ifade ettiğimiz gibi, bir olayı doğrudan ya da

<sup>103</sup> Nihat Keklik, *Felsefede Metafor*, İstanbul Üni. Edebiyat Fak. Yayınları, İstanbul, 1990, s. 110.

<sup>104</sup> Nesterova, *a.g.e.*, s. 93.

<sup>105</sup> Annemarie Schimmel, *Ben Rüzgarım Sen Ateş*, çev. Senail Özkan, İstanbul, Ötüken Neşriyat, 2003, s. 67-68.

<sup>106</sup> Güllüce, *a.g.e.*, s. 167.

<sup>107</sup> *Mesnevî*, C:I, (b. 1-18), s. 39.

<sup>108</sup> *Mesnevî*, C:I, (b. 1), s. 39.

dolaylı, hikâye yollu anlatmayı kapsar. Sonraki beyitlerde ney, başından geçenleri dolaylı bir yolla anlatmaktadır:

*“Ney kanlı yolu anlatıyor; Mecnun’un aşk hikâyelerini anlatıyor.”*<sup>109</sup>

Fakat insanlar, olayların heyecan verici yanlarıyla ilgilenmekte ve asıl verilmek istenen mesajı görememektedirler. Bu sebeple ney hitabına şöyle devam eder:

*“Ben her toplulukta ağladım; iyilere ve kötülere eş oldum.*

*Herkes kendi düşüncesine göre bana arkadaş oldu, içimdeki sırları araştırmadı.*

*Sırrım ağlayışımдан ayrı değil, (her) göz ve kulağın o ışığı yok.”*<sup>110</sup>

Anlaşıldığı üzere, Mesnevî, daha ilk cümlelerinden itibaren bize konusunun temsil ve hikâye olduğunu söylemektedir. Bunun yanında yukarıdaki son beyitten de anlaşıldığı gibi, hikâyelerin bir amaç çerçevesinde anlatıldığı dile getirilmektedir. Ney, beni dinleyenler, anlattıklarımın dış yüzüyle ilgilendiler fakat vermek istediğim mesajı almadılar diyerek sitem etmektedir.

Buradan hareketle Mevlânâ'nın hikâye ve metaforları, psikoterapideki kullanıma benzer, araçsal bir işlevle kullandığını görmekteyiz. Zaten bunu, “Mecaz, hakikatin köprüsüdür”<sup>111</sup> diyerek ve onların araçsal önemine vurgu yaparak da dile getirmektedir.

Mevlânâ, insanların hikâyelerde anlatılan olayla yetinmemesi gerektiğine dikkat çekerek, onda verilmek istenen bir mesaj olduğunu işaret etmektedir. “Akıllı kişiye bir işaret yeter”<sup>112</sup> diyen Mevlânâ, hikâyeleri limana ulaşıncaya kadar yolu aydınlatan fenerlere benzetir.<sup>113</sup> Ayrıca onlar, insanlara edebî olan bir bahçenin

<sup>109</sup> Mesnevî, C:I, (b. 13), s. 39.

<sup>110</sup> Mesnevî, C:I, (b. 5-7), s. 39.

<sup>111</sup> Aktaran: Güllüce, a.g.e., s. 167.

<sup>112</sup> Mesnevî, C:V, (b. 1892'den önceki başlık), s. 633, C:V, (b. 3023'den önceki başlık), s. 672.

<sup>113</sup> Aktaran: Schimmel, a.g.e., s. 57.

kokusunu haber veren meyveler mesabesindedirler.<sup>114</sup> Ve onlar başka bir benzetmeyle, gerçekliğe uzanan kapılardır.<sup>115</sup>

Bu açıdan baktığımızda hikâyelerin iki yüzünün olduğunu görmekteyiz. Bunlardan ilki hikâyenin dış yüzünü oluşturan olay ve kahramanlar, diğeri hikâyenin mesajını içeren amacıdır. Mevlânâ da, hikâyeyi bu şekilde, iki taraflı olarak tarif eder. Hikâyenin zahîrî yüzü olan olay ve kahramanları, kendi ifadesiyle (صورت حکایت) sûret-i hikâyet; hikâyenin şekli olarak tanımlarken, hikâyenin amacını (معنى حکایت) ma'niyi hikâyet; hikâyenin mânâsı şeklinde tanımlamaktadır.<sup>116</sup>

Mevlânâ bir hikâyeyi, psikoterapideki araçsal kullanımdaki gibi, belli bir amaç için anlatmaktadır. O, Mesnevî'nin sadece söz, şiir ve hikâyeden oluşmadığını, gerçek arzu edilenin, hikâyenin şekline odaklanması değil, okuyucunun mânâyaya ulaşması olduğunu kitabının farklı yerlerinde şöyle dile getirir:

*“Şimdi hikâyenin sûretini dinle, ama dikkat et! Taneyi samandan ayır.”*<sup>117</sup>

*“O, (Mesnevî) mânâdır, fe'ûlün, fâilât değildir.”*<sup>118</sup>

*“Ey kardeş! Hikâye, bir ölçü kabı gibidir, içindeki mânâ da tahıl tanesi gibi.*

*Akıllı kişi mânâ tanesini alır, götürülse de ölçü kabına bakmaz.”*<sup>119</sup>

*“Ne zamana kadar testinin sûretiyle aşk oynayacaksın? Testinin sûretini geç, su ara.”*<sup>120</sup>

İfadelerden de anlaşıldığı üzere, hikâyelerin kullanımında amaç, arkalarında yatan mânâyı, iç yüzü iletmeye yaramaları sebebiyledir. İnsan onlara bu gözle bakmalı ve asıl anlamın peşine düşerek onu anlayıp kavramaya çalışmalıdır. Ayan'ın belirttiği gibi, birçok araştırmacı, Mesnevî'deki hikâyelerin görünürdeki zarflar

<sup>114</sup> A.e.

<sup>115</sup> Akteran: Arpagus, a.g.e., s. 133.

<sup>116</sup> Karaismailoğlu, a.g.m., s. 85.

<sup>117</sup> Mesnevî, C:II, (b. 200), s. 175.

<sup>118</sup> Mesnevî, C:VI, (b. 160), s. 723.

<sup>119</sup> Mesnevî, C:II, (b. 3608-9), s. 278.

<sup>120</sup> Mesnevî, C:II, (b. 1017), s. 199.

olarak nitelendirmekte, asıl önemli olan şeyin, içerdikleri mânâ ve öz, yani mazruf olduğunu söylemektedir.<sup>121</sup>

Fakat buradan Mevlânâ'nın, mânâyı iletme aracı olarak kullandığı hikâyeleri, önemsiz şeyler olarak gördüğü sanrısı doğmamalıdır. Şekle bakanların asıl verilmek istenen mesajı alamayacağını söyleyen Mevlânâ, mesajın da ancak şekil vasıtasıyla verilebileceğini söylemektedir.<sup>122</sup> Şekil, yani hikâye ve metaforlar önemsiz şeyler değildir, bilakis dış kalıp önemlidir. Çünkü insana rehberlik eden, öze ulaştırıcı vasıta; gerçek bilîşe götüren araçlar hikâye ve metaforlardır. Bunu Mevlânâ şu beyitleriyle dile getirir:

*“Bunu bırak, hikâyenin sûretini al; inci tanesini bırak, sen buğday tanesini al.*

*İnciye yol yoksa dikkat et, buğday al; ona doğru yolun yoksa bu tarafa sür.*

*Zahir/dış görüntü eğri uça da zahirini al; sonuçta zahir, içe doğru götürür.*

*Her insanın ilk durumu bizzat sûrettir, daha sonra can; o da huy güzelliğidir.*

*Her meyvenin öncesi sûretten başka nedir? Ondan sonra lezzet; o da onun mânâsıdır.”<sup>123</sup>*

*“Sûrete bağlı olanlar mücevherlere sarılmış; mânâ sahipleri mânâ denizini bulmuştu.”<sup>124</sup>*

*“Hikâyenin sırrı bu yem ve tuzak olsa da, hikâyenin sûretini şimdi tam olarak dinle,*

*Mânâyı anlatış kafi olsaydı, dünya halkı işsiz ve mânâsız olurdu.”<sup>125</sup>*

Bahsettiğimiz bu sûret-mânâ ikiliği, Mevlânâ'nın hayatı tanımlamada kullandığı temel kavramsal dayanaklardan biri olan ‘zıtlık’ kavramını akla

<sup>121</sup> Ayan, a.g.m., s. 59.

<sup>122</sup> Aktaran: Ceylan, a.g.md., s. 326

<sup>123</sup> Mesnevî, C:III, (b. 521- 528),s. 505.

<sup>124</sup> Mesnevî, C:1, (b. 2742), s. 124.

<sup>125</sup> Mesnevî, C:I, (b. 2523-4), s. 121.

getirmektedir. Hayat, Mevlânâ'ya göre zıtlıklar üzerine kurulmuş bir birliktir<sup>126</sup> ve Mesnevî'nin temelinde, hayatın ikililikler ve zıtlıklar üzerine bina edildiğine dair birçok beyit bulunmaktadır:

*“Bu nedenle padişahlığına bir ayna olması için gönül sahibi bir halife yarattı.*

*Sonra ona sınırsız berraklık verdi; daha sonra ona karanlıktan bir zit oluşturdu.*

*İki bayrak dikti, beyaz ve siyah: biri Adem, diğeri yoldaki İblis.*

*O iki büyük ordugâh arasındaki mücadele ve savaşta olan oldu.”<sup>127</sup>*

*“Öyleyse mahlûkatın yapısı zıtlar üzerindedir”*

*“Sen her bir zıddı zıddıyla bil.”<sup>128</sup>*

*“Hayat, zıtların barışıdır. Ölüm ise zıtlar arasında savaş kopmasıdır.”<sup>129</sup>*

Mevlânâ'nın zıtlıklar konusundaki düşüncelerini burada detaylandırmadan, onların konumuzla alakalı mânâ-sûret ikiliği bağlamından bahsetmeyi yeterli buluyoruz. Mesnevî'de zıtlık üzerine olan mülâhazalar, her seferinde sûret-mânâ ikililiğine dönmektedir. Şenderin'in tespitine göre; Mevlânâ'nın hayatın içinde tespit ettiği her unsurda, sûret-mânâ ikililiği gizlidir.<sup>130</sup> Her ikililik de içinde çatışma bulundurur ve bu noktada Mevlânâ “Sûretten kurtul asla yönel” önerisinde bulunur<sup>131</sup>:

*“Ey sûrete tapan! Git, mânâyâ çalış. Zira mânâ, sûret bedenine kanattır.”<sup>132</sup>*

*“Görünen sûret yok olur; bil ki, mânâ alemi ebedi olarak kalır.”<sup>133</sup>*

*“Sûretten ve addan vazgeç; lakaptan ve isimden mânâyâ kaç.”*

---

<sup>126</sup> Şenderin, a.g.m., s. 452.

<sup>127</sup> Mesnevî, C:VI, (b.2153-7), s. 789.

<sup>128</sup> Mesnevî, C:I, (b. 1865), s. 96.

<sup>129</sup> Mesnevî, C:I, (b. 1294), s. 78.

<sup>130</sup> Şenderin, a.g.m., s. 452.

<sup>131</sup> A.e.

<sup>132</sup> Mesnevî, C:I, (b. 711), s. 60.

<sup>133</sup> Mesnevî, C:II, (b. 1016), s. 199.

Bu ikilik-zıtlık kavramı bizi, Ornstein psikolojisinde bulunan ‘dualite’ kavramına götürmektedir. İkinci bölümde, üzerinde durduğumuz hakikat-mecaz ikiliği ve sağ-sol beyin araştırmaları kapsamında elde ettiğimiz veriler, Mevlânâ’nın Mesnevî’inde işaret ettiği sûret-mânâ ikililiği ile benzerlik göstermektedir.

Ornstein, doğu hikâyelerini; “Suya sabuna dokunmaz öykülere ilişkin kitapların çoğu geleneksel batınî psikolojileri anlatmak için kaleme alınmıştır,”<sup>134</sup> şeklinde tanımlayarak, onların insanın sezgisel yanına hitap ettiğini söylemekte ve onları sağ-sol beyin araştırmalarıyla beraber incelemektedir. Önceki bölümde ifade ettiğimiz gibi, genel olarak, analitik düşünce ve sözel yetenek sol yarımkürenin yetenekleriyken, mecaz ve bağlam kurma yetenekleri, sağ yarımkürenin ihtisasındadır.<sup>135</sup> Bu yüzden Ornstein, sol-sağ beyin yarımküreleri hakkındaki araştırmalarında; analitik düşünme-sezgisel düşünme ayrımında metaforik ve simgesel anlatımları sebebiyle hikâyelerin, insanın sezgisel düşünmesi üzerinde etkili olduğunu söylemektedir.<sup>136</sup>

Ornstein psikolojisi verilerinden yola çıkan Atalay da, sol-sağ beyin dualitesi ile, iki yarım kürenin de ikinci bölümde ifade ettiğimiz özellikleri bağlamında sırasıyla; hakikat-mecaz, analitik düşünme-sezgisel düşünme (mistik düşünce), rasyonelite-sezgisellik, akıl-duygu vb. dualiteler arasında izdüşümsel bir bağ olduğunu dile getirmektedir.<sup>137</sup>

Mistik düşünce ve mecaz arasındaki ilişki ve bunun insanın psikolojik açıdan sezgisel düşünmesi üzerindeki etkisi, konumuz açısından önem arz etmektedir. Mistik düşünce ve mecaz, aralarında ortak birçok özellik taşımaktadırlar. İkisi de soyut, dolaylı, sezgi ve duyguya dayalıdır<sup>138</sup> ve bu yönleriyle beynin sağ yarımküresi üzerinde etkiye sahiptirler.

Mevlânâ da *Divan-ı Kebir*’deki şu ifadesi ile, bu dualiteye işaret etmektedir:

---

<sup>134</sup> Ornstein, a.g.e., s. 169.

<sup>135</sup> Mehmet Atalay, *Akıl ve Sezgi: Psikoloji ve Dinde Akıl-Sezgi İkiliği: İmam Rabbanî Örneği*, İstanbul, İz Yayıncılık, 2009, s. 227.

<sup>136</sup> Ornstein, a.g.e., s. 169.

<sup>137</sup> Atalay, a.g.e., s. 239.

<sup>138</sup> Atalay, a.g.e., s. 237.



“Duygu kitabı sol elde, akıl kitabı sağ elde.”<sup>139</sup>

Beynin sağ yarımküresinin bedenini sol tarafını, sol yarımküresinin de sağ tarafını idare ettiği bilgisine sahip her birey, Mevlânâ'nın bu sözünün yukarıda ifade ettiğimiz dualite yaklaşımlarına ne kadar paralel bir yorum içerdiğini görebilmektedir.

Biz de bu bilgiler ışığında, bahsettiğimiz dualitelerle, Mevlânâ'nın hikâye ve metaforların çift yönlü hallerini ifade etmek için kullandığı sûret-mânâ ikiliği arasında paralellikler görmekteyiz. Sûret; analitik düşünme, hakikat ve akılla benzerlikler göstermekle beraber, mânâ da; sezgisel ve mistik düşünce, mecaz ve duygu ile benzerlikler taşır ve ona yöneliktir.

Şenderin, makalesinde sûret-mânâ ikiliğinin kapsayıcı yönünü, alıntıladığımız şu paragrafta açıklamaktadır:

“Mesnevî’de en çok sûret/mânâ, varlık/yokluk, can/beden, öz/kabuk olarak adlandırılabilir yaratılışı temellendiren dört ana “zıtlık” üzerinde durulur. Metindeki hemen bütün hikâyelerde de mesaj, bu zıtlıklar üzerine dizelerle yol alır. Yani ikilikler, sûret/mânâ zıtlığının Mesnevî’deki görünümüdür. “Beden-yokluk-kabuk” olarak eşleştirdiğimiz kavramlar yaratılış denkleminin ‘sûret’e işaret eden yönünü, “varlık-can-öz” kavramları ise ‘mânâ’ya işaret eden diğer yönünü oluşturur. Bütün zıtlıklar bir kabuk veya bir nitelik ise, nitelikleri asıl, ‘sûret/mânâ’ zıtlığıdır.”<sup>140</sup>

Sûret-mânâ ikililiğinin görünümleri olan hikâyeler, mânânın dolaylı bir yolla verilmesi noktasında, bir gizli telkin-dolaylı mesaj aracı işlevine sahip olmaları bakımından da önemlidirler. Mevlânâ, anlattığı her hikâyeyi telkin etmek istediği fikre tatbik amaçlı kullanmaktadır.<sup>141</sup> O, hikâyelerinde doğruya ve güzele ulaştırmak üzere verdiği öğütleri, bazen açıkça ifade ederken, bazen de hikâyenin öğelerini

<sup>139</sup> Mevlânâ Celâleddin Rûmî, *Divan-ı Kebir*, çev. Abdülbâki Gölpınarlı, İstanbul, Türkiye İş Bankası Kültür Yayınları, 2007, C:VI, s. 10.

<sup>140</sup> Şenderin, *a.g.m.*, s. 454.

<sup>141</sup> M. Nazif Şahinoğlu, “Mesnevî”, *Türk Dili ve Edebiyatı Ansiklopedisi*, İstanbul, Dergah Yayınları, 1998, C:6, s. 286.

oluşturan karakter ve olay yardımıyla ‘sezdirerek’ vermektedir.<sup>142</sup> Bu ifadeler, modern psikoloji içinde kullanılan ‘gizli telkin’ aracı olarak hikâyelerin de tanımını oluşturmaktadır.

Mevlânâ, mesaj ve öğüdü verirken, onun en uygun şeklini seçmeye çalışmıştır. Öğüdün veriliş tarzı ve bunu alan kişinin tepkileri konusunda pek çok değerlendirmede bulunan Mevlânâ<sup>143</sup>, insanı etkileyebilecek bir yolla nasihat vermenin zor olduğunu söyler.<sup>144</sup> Öğüdün, kişiyi sıkmadan, uzatmadan, az ve öz bir lisanla ve ona hissettirmeden verilmesi gerektiğini söyleyen Mevlânâ<sup>145</sup>, bu noktada model davranışı ortaya koyarak, dolaylı bir şekilde doğruyu işaret eden hikâye kullanımını, ruhu daha çok etkileyen ve insanın dikkatini daha çok çeken yönleriyle en uygun yollardan biri olarak görmektedir.<sup>146</sup>

Mevlânâ, hikâyelerin dolaylı bir yolla, bilinçli aklın direncini kırmaları yönüyle, okuyucunun gurur, kıskançlık, baskı ve küçük görme gibi tehlikeleri hissetmeden, verilmek istenen mesaj ve öğüdü kolaylıkla aldığını söyler.<sup>147</sup> Ayrıca mesaj, başkalarının hikâyeleri içinde sezdirilmeden verildiğinde, dirence uğramadan yerine rahatlıkla ulaşır. Bunu Mevlânâ, şu beyitiyle dile getirir:

*“Ona dedim: “Sevgilinin sırrının gizli olması, daha hoştur. Sen bizzat hikâyenin içindekine kulak ver.*

*Dilberlerin sırlarının, başkalarının hikâyesinde anlatılması daha hoştur.”<sup>148</sup>*

*“Şu kapalı sırdan bir koku almak için tarih anlatandan bir hikâye dinle.”<sup>149</sup>*

Mevlânâ, fayda sağlamak adına, hikâye içindeki dolaylı mesaja karşı duyarlı ve dikkatli olunması gerektiğini şu şekilde dile getirmektedir:

---

<sup>142</sup> Erkek, a.g.e., s. 70.

<sup>143</sup> Bkz.: A.e., s. 48.

<sup>144</sup> Aktaran: A.e.

<sup>145</sup> A.e.

<sup>146</sup> Aktaran: Güllüce, a.g.e., s. 172.

<sup>147</sup> Erkek, a.g.e., s. 49.

<sup>148</sup> Mesnevî, C:I, (b. 135-6), s. 43.

<sup>149</sup> Mesnevî, C:III, (b. 976), s. 319.

“*Sen Sebâhuların hikâyesini okumadın veya okudun ama sesten başka bir şey görmedin.*”<sup>150</sup>

“*Sana bir hikâye söyleyeceğim; tamahın, kulağı kapadığını bilmen için akıllıca dinle. Kimin tamahı varsa, dili peltek olur. Tamahla göz ve gönül nasıl aydın olur?*”<sup>151</sup>

“*Bu sözün sonu yoktur. Dikkat et, aklını tavşan hikâyesine ver. Eşek kulağını sat, başka kulak satın al. Çünkü bu sözü eşek kulağı anlamaz.*”<sup>152</sup>

Mesnevî hikâyelerindeki karakterlerin dış gerçeklikleri ve görünüşleri dışında, Mevlânâ'nın onları örnek olarak vermekle işaret ettiği bazı alt anlamlar bulunmaktadır.<sup>153</sup> Bu alt anlamlar da, dolaylı telkin amacına hizmet etmektedir. Hikâyelerdeki veli, hırsız, padişah, hayvan vb. karakterler, hikâye içindeki kimlikleriyle değil, hikâye içerisinde buldukları pozisyon bağlamındaki davranış, meziyet ve zaaflarıyla dikkate alınmayı beklerler. Çünkü Mevlânâ, onlarla, bizim psikolojik durumlarımızı resmeder. Onlar vasıtasıyla aslında, kibrin, kıskançlığın, bencilliğin, hırsın ya da iyiliğin, alçak gönüllülüğün, fedakârlığın duygusu verilir.<sup>154</sup> Hikâyelerde anlatılan kişiler, tasavvufun insanın ruhsal yapısını tanımlamada kullandığı terimleri veyahut bir ruhsal durumu simgelerler.<sup>155</sup> Mevlânâ'nın insanın iç dünyasını simgelerken kullandığı metaforların anlamını verdiği birkaç örnek aşağıdadır:

“*Kaz, tavus, karga ve horoz, insanlardaki dört huyun örneğidir.*

*Kaz hırstır; horoz şehvettir; makam tavus gibidir; kargaysa arzu.*”<sup>156</sup>

“*Bu dünya denizdir; beden balık, ruh da sabah ışığında saklı Yunus.*”<sup>157</sup>

<sup>150</sup> Mesnevî, C:III, (b. 282), s. 297.

<sup>151</sup> Mesnevî, C:II, (b. 575), s. 186.

<sup>152</sup> Mesnevî, C:I, (b. 1028-1029), s. 70.

<sup>153</sup> Erkek, a.g.e., s. 70.

<sup>154</sup> A.e.

<sup>155</sup> Şenderin, a.g.m., s. 451.

<sup>156</sup> Mesnevî, C:V, (b. 42-4), s. 570.

<sup>157</sup> Mesnevî, C:II, (b. 3126), s. 263.

Görüldüğü gibi, bu başlık altında, Mesnevi hikayeleri, sezgisel düşünme gücüne etkileri bağlamında çeşitli açılardan incelenmiş ve bazı tespitler ortaya konmuştur. Bir sonraki başlıkta, aynı yöntem kullanılarak, Mesnevî hikayelerinin davranış değişiklikleri sağlama ve rehber olma noktalarındaki etkileri, psikolojik verilerle karşılıklı okunarak ortaya konmaya çalışılacaktır.

### 3.2.3.2. Davranışı Değiştirmede Etkileyici ve Rehber Olmaları Açısından Mesnevî Hikâyeleri

Bilişsel süreçler ve etkileri ne kadar önemliyse, insanın onlar sonucunda harekete geçip, ruhsal durumunun yansıması olarak, ortaya olumlu davranışlar koyması da o kadar önemlidir. Genel olarak psikoterapilerin amacı da bu çerçevede, çeşitli teknikler aracılığı ile ruhsal dengesizlik durumlarının düzeltilmesine yardımcı olarak, olumlu davranış değişiklikleri sağlamaktır.

Mevlânâ da bu değişimi önemseyerek, bu anlayışı eserlerine yansıtmıştır. Mevlânâ, Mesnevî'sinde geçen ilk hikâyeye olan "Padişah ve hasta cariye"<sup>158</sup> hikâyesinde, çağlar öncesinden, günümüz psikoterapi yöntemleriyle aynı paralellikte yaklaşımlar sunmaktadır. Hikâyede, psikoterapinin en önemli yaklaşımlarından biri olan psikanalize ve kullandığı metotlara paralel uygulamalar görülmektedir.<sup>159</sup>

Hikâyeye göre, bir padişah bir av sırasında gördüğü bir cariyeye aşık olur. Hemen onu satın alır; fakat cariye bir süre sonra hastalanır. Bu duruma çok üzülen padişah, hekimleri toplayarak onu iyileştirene büyük mükâfatlar vereceğini söyler. Hekimler ne yaparlarsa yapsınlar cariye iyileşmez; hatta hastalığı daha da artar. Keder ve üzüntü içinde dualar ederken uykuya dalan padişaha, rüyasında, bir hekim gönderileceği müjdelendir. Padişahın büyük sevinçle karşıladığı hekim gelir ve hastayı muayene eder; nabzını sayar, idrarını kontrol eder. Hikâye şöyle devam eder:

*"Dedi ki: "Öbür hekimlerin çeşitli tedavileri yararlı ve şifalı tedaviler olamamış, iyi edecek yerde, hastayı harap etmişler ve zayıf düşürmüşler."*

<sup>158</sup> Mevlânâ Celâleddîn Rumî, *Mesnevî Hikâyeleri*, haz. Şefik Can, İstanbul, Ötüken Neşriyat, 2010, s. 17-22.

<sup>159</sup> Derin, a.g.m., s. 351.

*Hekim hastalığı anladı. Gizli hastalık ona belli oldu. Fakat anladığını, bildiğini gizledi, padişaha söylemedi.*

*Hüznünün, melâlinin çokluğundan cariyenin gönül hastası olduğunu anladı. Çünkü onun vücudu sağlamdı, fakat gönlü yaralı ve vurgundu.*

*Hekim dedi ki: “Akrabayı da, yabancıyı da uzaklaştırmak sûretiyle, sarayı boşalt, içerde kimsecikler kalmasın.*

*Ben bu hasta cariyeden bir şeyler soracağım, koridorlarda, köşe bucakta kimse bulunup da bizi dinlemesin.*

*Ev boşaltıldı. İçinde hekim ve hastadan başka kimse kalmadı.”*

*Hekim, tatlılıkla ve yumuşak bir sesle, hastaya; “Nerelisin?” diye sordu. Her memleket halkının ilacı başka başkadır.”<sup>160</sup>*

Psikoterapilerde, danışan ve danışman arasındaki ilişki çok önemlidir. Karşılıklı güven, terapide sağlıklı iletişimin sağlanması için gereken önkoşullardan biridir.<sup>161</sup> Hikâyede hekim, hastayla arasında güven tesis etmek için, yalnız kalacakları bir ortam oluşturmaya çalışmaktadır. Çünkü hasta, güvende hissedeceği bir ortamda kendini açacaktır.<sup>162</sup> Psikoterapötik ilişkide, bahsettiğimiz bu ‘baskısız (permissive) danışma atmosferi’ni oluşturmak çok önemlidir. Böyle bir ortamın oluşturulmasında amaç; hastanın, sosyal ve psikolojik baskılardan bağımsızlaşarak, tüm duygu, düşünce, davranış, inanç, algı ve yaşantılarını özgür bir biçimde ortaya koyabilmesini sağlamaktır.<sup>163</sup> Hekim bu tavrı ile, işte bu modern zaman uygulamalarına paralel bir davranış sergilemiştir.

Ayrıca hekim, hastayla yumuşak bir sesle ve tatlılıkla konuşarak, danışma ilişkilerinin diğer bir özelliği olan ‘yakın ilişki (rapport) kurulması’nı kolaylaştırmaktadır. Rapport kurma, danışan ve danışman arasında, yakın, sıcak,

<sup>160</sup> Can, *Mesnevî Hikâyeleri*, s. 19-20.

<sup>161</sup> (çevrimiçi) <http://www.allpsychologycareers.com/topics/counselor-client-trust.html>, 05.09.2011.

<sup>162</sup> Derin, *a.g.m.*, s. 353.

<sup>163</sup> Hasan Tan, *Psikolojik Yardım İlişkileri: Danışma ve Psikoterapi*, İstanbul, MEB Yayınları, 1989, s. 94.

dostane, dürüst, gerçekçi, samimi ve insancıl bir ilişkinin oluşturulmasıdır.<sup>164</sup> Bu özellik de yukarıda bahsettiğimiz, hastanın kendini açması amacına hizmet eder. Bunlara ek olarak, günümüzde üzerinde önemle durulan, hasta haklarına riayet ilkesine de uyulduğu görülmektedir.<sup>165</sup> Hikâye şöyle devam eder:

*“O şehirde akrabandan kimler var? Kime yakınsın? Bağlı olduğun, özlem duyduğun arkadaşın var mı?”*

*Elini cariyenin nabzına koydu. Feleğin cevr ü sefâsını, başına gelen dertleri, belaları birer birer sordu.*

*Bir kimsenin ayağına diken batınca, ayağını dizinin üstüne kor. Önce iğne ucu ile dikenin başını arar, bulamazsa, diken batan yeri tükürüğüyle ıslatır.*

*Ayağa batan diken böyle güç bulunursa, gönüle batan diken nasıl bulunur? Cevabını sen ver.*

*Eğer gönüllere batan dikenleri herkes görebilseydi, insanlara gamlar, kederler gelebilir miydi?*

*Gönüllere batan manevi dikenleri çıkaracak o hekim, çok mahirdi, çok üstaddi. Cariyenin üstünde elini gezdiriyor, onu dikkatle muayene ediyordu.”<sup>166</sup>*

Mevlânâ, buraya kadar olan satırlarda psikolojik tedavilerin ne kadar zor olduğundan ve bu hastalıkları herhangi birinin iyileştiremeyeceğinden bahsetmektedir Aşağıdaki satırlarda da cariyenin bilinçaltına ulaşmak için hekimin yaptıklarından söz edilmektedir.<sup>167</sup> Bu yöntemin, Freud psikanalizindeki serbest çağrışıma benzer yanları mevcuttur:

*“Laf olsun diye, hikâye yolu ile cariyeden, dostlarının, arkadaşlarının halini, ne iş yaptıklarını sordu.*

*Cariye, evine, memleketine, efendilerine, hemşehrilerine ait bazı vak'aları açıkça hikâye etti.*

---

<sup>164</sup> Tan, a.g.e., s. 92.

<sup>165</sup> Derin, a.g.m., s. 353.

<sup>166</sup> Can, Mesnevî Hikâyeleri, s. 20.

<sup>167</sup> Derin, a.g.m., s. 354.

*Hekim bir taraftan cariyenin anlattıklarını dinliyor, bir taraftan da, nabzına ve nabzının atışına dikkat ediyordu.*

*Hastanın nabzı, hangi isim söylendiği zaman hızlanırsa, dünyada canının o kişiyi istediği anlaşılacaktı.*

*Cariye, memleketini, dostlarını saydıktan sonra, başka bir şehir ismi söyledi.*

*Hekim: "Kendi memleketinden nasıl çıktın? Daha evvel hangi şehirde idin?" diye sordu.*

*Cariye bir şehir adı söyledi ve geçti. Yüzünün rengi ile nabzında bir değişiklik olmadı.*

*Efendilerini ve şehirde bulunanları birer birer anlattı. Oturup tuz ekmek yediği yerleri söyledi.*

*Şehir şehir, ev ev anlatıp durduğu, hikâye ettiği halde cariyenin ne nabzı hızlandı, ne de yüzü sarardı.*

*Hekim çok hoş bir şehir olan Semerkand'dan soruncaya kadar, cariyenin nabzı, sağlıklı bir insanın nabzı gibi, normal halde atıyordu.*

*Fakat Semerkand adı geçince, nabzın atışı arttı. Yüzü kızardı, sarardı. Çünkü o, Semerkand'lı bir kuyumcudan ayrı düşmüştü.*

*O hekim hastadan bu sırrı öğrenince, onu yatağa düşüren derdin, belanın asıl sebebini bulmuş oldu.*

*Hekim, cariyeye; "Senin hastalığının ne olduğunu şimdi anladım, seni bu hastalıktan kurtarmak için elimden geleni yapacağım ve Allah'ın inayeti ile seni kurtaracağım." dedi.<sup>168</sup>*

Hekim, usta bir şekilde cariyenin hastalığını teşhis etmiş ve daha sonra gelen beyitlerde anlatıldığı üzere onu tedavi etmiştir. Derin'e göre, Mevlânâ'nın asıl amacı tasavvufî manaları vermek olsa da; hikâye, psikoloji ilmi çerçevesinde

---

<sup>168</sup> Can, *Mesnevî Hikâyeleri*, s. 20-21.

incelendiğinde, içerdiği uygulama ve tekniklerin günümüzdekilere olan benzerliği kolaylıkla ayırt edilebilmektedir.<sup>169</sup>

Mevlânâ, eserlerini, davranış değişiklikleri sağlamada bir rehber olarak insanlığa sunmuştur. O, Mesnevî'deki bilgilerin alınarak yansımaları olan davranışları göstermemenin bir anlamı olmadığını, “İlaç yerinde durdukça iş görmez”<sup>170</sup> diyerek ifade eder ve etkisini göstermesi için söze uyulması gerektiğini vurgular.

Mevlânâ hikâyelerden, eğitsel anlamda da sıklıkla faydalanmıştır. Yaşadığı dönemin iyi bir eğitimcisi olarak nitelendirilen Mevlânâ<sup>171</sup> eğitimciliğini, medrese, cami ve meclislerde fiili olarak yürütmekle kalmamış, eserleriyle de manevi bir eğitimcilik vazifesi yerine getirmiştir. Ona göre eğitimin amacı, insanın eksikliklerini gidererek, yeteneklerini en mükemmel hale getirmesine yardımcı olmaktır.<sup>172</sup> Hikâyeler de bu noktada insanı, üzerinde önemle durduğu ‘hamlık’ ve ‘noksanlık’lardan kurtararak<sup>173</sup>, iyileştirici ve eğitici yönde desteklemektedir.

Mevlânâ, her hikâyeyi, telkin etmek istediği fikre uygun olarak seçmiştir. Onlar; değerlerin, ahlakî görüşlerin ve örnek fiillerin insanların bilincine aktarılmasında sahip oldukları rolle, eğitsel açıdan önemlidirler. Eserlerinde, karakter eğitimi ve terbiyeye ayrı önem veren Mevlânâ, verdiği örnek ve hikâyelerle bunu pekiştirmeyi hedeflemiştir. O, hikâyelerinde daima, iyiyi, güzeli ve doğruyu işaret eder, insanlara doğru yolu göstermek amacı taşır ve bunu sık sık ifade eder:

“Mesnevî'deki kelimelerin şeklinden de surete bağlı bir saptırıcı ve manevî bir yol gösterici vardır.”<sup>174</sup>

Hikâyeler, kişiye içinde yaşadığı manevi gerçekliği anlama konusunda yol gösterirler.<sup>175</sup> Mevlânâ'nın önceki bölümde zikrettiğimiz “Bizden sonra Mesnevî

<sup>169</sup> Derin, a.g.m., s. 355.

<sup>170</sup> Mesnevî, C:VI, (b. 2247), s. 792.

<sup>171</sup> Sâmîha Ayverdi, Abide Sahsiyetler, Milli Eğitim Basımevi, İstanbul, 1976, s. 24.

<sup>172</sup> Usta, a.g.e., s. 146.

<sup>173</sup> Şerif Keskinoglu, İlköğretim Beşinci Sınıf Öğrencilerine Uygulanan Mesnevî Temelli Değerler Eğitimi Programının Ahlakî Olgunluğa ve Saldırganlık Eğilimine Etkisi, Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Yeditepe Üni. Sos. Bil. Ens., İstanbul, 2008, s. 39.

<sup>174</sup> Mesnevî, C:VI, (b. 655), s. 740.

<sup>175</sup> Ceylan, a.g.md., s. 329.



*şeyhlik edecek, arayanlara doğru yolu gösterecek*<sup>176</sup> ifadeleri de, bu minvalde değerlendirilmelidir.

Mevlânâ'nın hikâyeleri eğitici yönde kullanmasındaki sebeplerden bir diğeri, insanların onlardan ders almalarını sağlamaktır. Kültürümüzde, "kıssadan hisse almak" deyimini ile ifade edilen anlayışı destekleyen Mevlânâ, Mesnevî'de bunu sıklıkla dile getirmektedir:

*"Kelile"den şu hikâyeyi araştır ve bu kıssadan hisse al.*<sup>177</sup>

*"Sözümün sırrından hisse almak için, bunu açıklama hususunda bir hikâye dinle."*<sup>178</sup>

Mevlânâ, hikâyelerin içerdikleri bilgi ve tecrübelerle yol gösterdiğini ve insanların, muhakeme ve mukayese yaparak onlardan ders almaları gerektiğini söyler. Yoksa hikâye anlatmak, sadece birilerinden haber vermek, ya da insanları eğlendirmek için değildir<sup>179</sup>:

*"Maksat kıssadan hisse almaktır, yoksa sana hikâye anlatmak değil."*<sup>180</sup>

*"Bu kitap (Mesnevî), masal diyene masaldır. Fakat bu kitapta halini gören, bu kitapla kendini anlayan kişi de erdir."*<sup>181</sup>

Son beyitte, okuyan kişinin hikâye ile kendini bağdaştırması, kendini onla anlaması gerektiği söylenmektedir. Bu anlayış, ikinci bölümde tespit ettiğimiz hikâyenin terapötik etkilerinden 'model alma-özdeşleşme zemini oluşturmaları' etkisiyle aynı paralelliktedir.

Mevlânâ, hikâyeden alınacak ders ve çıkarımın, insanın düşüncelerini yoğunlaştırarak, hikâyedeki karakterle özdeşleşmesi yoluyla olacağını söyler:

---

<sup>176</sup> Feridun bin Ahmed-i Sipehsalar, **Mevlânâ ve Etrafındakiler**, çev. Tahsin Yazıcı, İstanbul, 1977, s. 75.

<sup>177</sup> **Mesnevî**, C:I, (b. 900), s. 66.

<sup>178</sup> **Mesnevî**, C:I, (b. 1390'dan sonraki başlığın dipnotu: "Yazmada başlığın iki yanındaki boşluğa yazılı beyit"), s. 82.

<sup>179</sup> Yeniterzi, **a.g.m.**, s. 120.

<sup>180</sup> Mevlânâ Celaleddin Rumi, **Mesnevî-i Şerif**, terc. Süleyman Nahîfî, İstanbul, Timaş Yayınları, 2010, C:II, (b. 3000), s. 240.

<sup>181</sup> Mevlânâ Celaleddin Rumi, **Mesnevî**, çev. Veled İzbudak, Konya, Konya Büyük Şehir Belediyesi Kültür Yayınları, 2004, C:IV, (b. 32), s. 21.

“Bu hikâye öncelerde olmuştur diye Musa’yı anış gönüllere bağ olmaktadır.

*Musa’yı anış gizlemek içindir; ama Musa’nın nuru senin için hazırdır. Ey iyi adam!*

*Musa ve Firavun senin varlığındadır; bu iki kişiyi kendinde aramalısın.”<sup>182</sup>*

Özdeşleşme yoluyla, hikâyedeki karakter egoya yakınlaştırılarak, ruhsal ve davranışsal değişim kolaylaşmaktadır. Hikâyedeki karakter ile kendini karşılaştıran kişi, belli muhakemeler ve kıyas sonucunda, içinde bulunduğu durumu değerlendirip sağlıklı davranışlarda bulunabilmektedir. Kıyas; bilinenden hareketle bilinmeyene ulaşmayı ifade eden bir terim olarak<sup>183</sup>, iki kavram arasındaki benzerlikleri bulmaya, aynı zamanda bu kavramları karşılaştırıp farklılıkları tespit etmeye yarar.<sup>184</sup> Hikâyeyi dinleyen kişinin kıyas yapmasını isteyen Mevlânâ şunları söyler:

*“Ey gevher tanıyan kişi, bir hikâye dinle de meydanda ve apaçık olan şeyi kıyastan fark et.”<sup>185</sup>*

Mesnevî’de, insanların karakterlerle aralarında benzerlikler bulup özdeşim kurmaları kolaydır. Çünkü onda, içinde her türden karakterin bulunduğu hikâyeler mevcuttur. Davranışçı psikoterapideki gözlem yoluyla öğrenmenin ‘model alma’ elementine göre, hikâyedeki karakterin, okuyana benzer ve yakın özellikler taşıması önemlidir. Mesela, Mesnevî’de; padişah, kadı, esnaf vs. sosyal sınıf ve tabaka ayrımı yapmadan herkesin hata yapabileceğini işaret eden hikâyeler vardır.<sup>186</sup> Karakterlerin de hata yapabildiklerini gören okuyucu, onları kendine yakın hissederek daha kolay özdeşim kurabilmektedir.

Davranışçı psikoterapinin, hikâyelerin davranışı değiştirmedeki işlevlerini açıklarken kullandıkları ve duygusal tepkileri canlandırmaya yardımcı olduklarını söyledikleri dil elementi ‘işlem yapma’dır. Buna göre, benzerliklerin ötesinde, okuyucunun karakterle özdeşim kurması, duygu yoluyla olur. Mevlânâ da,

<sup>182</sup> Mesnevî, C:III, (b. 1250-1252), s. 327.

<sup>183</sup> H. Yunus Apaydın, “Kıyas”, *Diyanet İslam Ansiklopedisi*, C:25, s.525.

<sup>184</sup> Nesterova, a.g.e., s. 164.

<sup>185</sup> İzbudak, *Mesnevî*, C:II, (b. 111), s. 20.

<sup>186</sup> Aracı, a.g.e., s. 125.

Mesnevî’de karakterlerin duygusal derinliklerini derinlemesine verip şairane üslubuyla onu yorumlayarak, olayı ve karakteri içimizde hissetmemizi sağlar. Gündoğdu bu konuda, Mevlânâ’nın, kendini anlatmak ve duygularını okuyuculara hissettirmek için, onları aynı ıstırapı çekerek, aynı duyguları tatmaya davet ettiğini söyler.<sup>187</sup> Mesnevî’nin ney sembolizmiyle başladığı daha ilk satırlarında bunu: “İştihak derdini anlatmak için, ayrılıktan parça parça olmuş sine istiyorum,”<sup>188</sup> şeklinde ifade etmektedir. Mesnevî, anlatımıyla kişiyi dünyası içine çekerek duygu yoğunluğu içine sokmakta ve bu, olumlu ruhsal değişimi kolaylaştırmaktadır.

Karakterlerle özdeşleşme noktasında, Mevlânâ’nın çeşitli yönleriyle yararlandığı hikâye türlerinden biri de mizâhî hikâyelerdir. Mizâhî hikâyelerin, psikoterapiler içinde kullanıldığından bahsetmiştik. Bu türdeki hikâyeler, dinleyenlerin karakterle özdeşleşmesini kolaylaştırmaktadır. Bir karakterin başına gelen komik bir durum, dinleyicide üstünlük duygusu meydana getirmekte ve kötü şeylerin herkesin başına gelebilir olduğunu idrak etmesini sağlamaktadır. Karakterle bu sayede duygusal bir yakınlık da kuran birey, hikâyede verilmek istenen mesajı daha rahat almaktadır.

Mevlânâ, Mesnevî’de çok sayıda mizâhî hikâye anlatmış ve bunların sadece insanı güldürmek için değil öğüt verme niyeti ile anlatıldığına işaret etmiştir:

*“Şaka ve latife, bir şey belletmeye yarar. Onu ciddi gibi dinle; görünüşte latife oluşuna kapılma!*

*Her ciddî şey, maskaralara göre maskaralıktır, şakadır. Fakat akıllılara göre de latifeler, ciddidir.”*<sup>189</sup>

*“Benim şiirim şiir değildir. İklimdir. Benim mizahlarım mizah değildir, talimdir.”*<sup>190</sup>

---

<sup>187</sup> Gündoğdu, a.g.m., s. 228.

<sup>188</sup> Mesnevî, C:I, (b. 3), s. 39.

<sup>189</sup> İzbudak, Mesnevî, C:IV, (b.3558-3559), s. 276.

<sup>190</sup> Aktaran: Ceylan, a.g.m., s. 329.

Görüldüğü gibi Mevlânâ, mizahın, gülerek düşünme biçimi olduğunun farkındadır. Şimşek, onun bu yönünü, davranış ve iyi özellikler kazandırması açısından şu şekilde yorumlamaktadır:

“Mevlânâ, sırf insanları güldürmek, kahkaha attırmak için değil aksine onları güldürürken düşündürmek, uyarı ve ikazlarda bulunmak, sevgi, saygı, hoşgörü, adalet, feraset, tevekkül, tevazu, dostluk, huzur, mutluluk, barış, kardeşlik gibi güzel hasletleri kazandırmak ve kendini beğenmek, iki yüzlülük, yalan söylemek, hurafe ve batıl inançlara bağlanmak, dünya malına hırs, tama’ göstermek, nefsi hevâ ve heveslerin peşine koşmak, körü körüne bir şeyi taklit etmek, bilmediği bir şeyin ardına düşmek, yersiz söz ve davranışlarda bulunmak, insanların kusur ve ayıplarını araştırmak gibi kötü huylardan uzaklaştırmak için latife ve nükteler söylemiş ve yapmıştır.”<sup>191</sup>

Mevlânâ, verdiği mizahi hikâyelerle, kendi ifadesiyle bir ayna misali, insanların oradaki hata ve durumlardan ders çıkarmalarını ister. Bunu, başka bir eserinde, mizâhî bir hikâye anlattıktan sonra şu şekilde dile getirir:

“... Alem ayna gibidir, kendi nakşını onda görürsün... O ayıbı kendinden izâle et! Zirâ incindiğin şey sendedir. Bir fili su içmek için pınara getirirler. Suyun içinde kendini görünce ürktü. Hâlbuki o, başkasından ürktüğünü zannetti; kendisinden ürktüğünü bilemedi. Sende zulüm, kin, hased, hırs, merhametsizlik ve kibir gibi bütün ahlak-ı zemîme olduğu halde, bundan münfail değilsin. Bunları başkasında görünce münfail olup, ondan ürkersin. Binaenaleyh bil ki, kendinden incinir ve ürkersin. Bir adamın kendi noksanı ve çıbanı kendisine çirkin görünmez. Yaralı eliyle yemeği yer ve parmağını yalar; ve asla onlardan midesi bulanmaz. Fakat başkasında bir çıban veya yara görse, o yiyecekten iğrenir ve hazm edemez. Kötü huylar da, noksanlık ve çıbana benzer. Bir adamın kendinde olunca, ondan rencide olmaz. Ancak başkasında onlardan bir parça görse, incinir ve nefret eder.”<sup>192</sup>

---

<sup>191</sup> Selami Şimşek, “Mevlânâ’da Mizah ve Nükte”, **Tasavvuf İlmî ve Akademik Araştırma Dergisi: Mevlânâ Özel Sayısı**, sayı: 14, Ocak-Haziran 2005, s. 546.

<sup>192</sup> Mevlânâ Celaleddin Rumi, **Fîhî Mâ Fîh**, çev. Ahmed Avni Konuk, İstanbul, İz Yayıncılık, 1994, s. 24-25.

Mevlânâ, insanın bu çıkmazını, hikâyeler bağlamında, Mesnevî’de şu şekilde ifade eder:

“*Sen gece gündüz hikâye arar durursun.*”<sup>193</sup>

“*Firavun’da olan yok mu? Sende de var. Fakat senin ejderha kuyuya hapsedilmiş!*

*Yazıklar olsun. Bunların hepsi senin ahvâlin. Fakat sen, onları Firavun’a isnad etmek istersin.*

*Senin halinden bahsettiler mi canın sıkılır, başkasından bahsettiler mi sana masal gelir.*”<sup>194</sup>

Mevlânâ’nın bu yaklaşımı bize, Erickson’un hikâye anlatımını temellendirmede dayandığı hikâye-tecrübe ilişkisini hatırlatmaktadır. Erickson, hikâyelerin tecrübelerin temsili sûretleri olduğunu, kişinin hikâyeyi dinlediğinde onda, o hikâyeyi gerçekten yaşadığında hissedebileceği duygular uyandıracak bir görüntünün oluştuğunu ve bu halin, onun tecrübe ile öğrenme gibi çok zaman ve imkân isteyen öğrenmeyi, hikâye vasıtası ile hissederek yaşayabildiğini söyler. Mevlânâ da, sunduğu hikâyelerin belli tecrübeler sunarak bizi anlattığını, onlardan bir şeyler öğrenmemiz gerektiğini ve bu yüzden onları dikkatlice dinlememiz gerektiğini şöyle ifade eder:

“*Ey dostlar! Dinleyiniz. Bu hikâye bizzat bizim gerçek durumumuzu ortaya koymaktadır.*”<sup>195</sup>

“*Allah’a sığınırım, bu hikâye değildir. Dikkat et! Bu bizim ve senin halinin kendisidir. Güzelce bak.*”<sup>196</sup>

“*Bizim şimdiki halimiz olan hikâyeyi burada tamamlarsan münasıptır.*”<sup>197</sup>

“*Tekrar hikâyeye geldik. Biz o hikâyeden zaten ne zaman çıktık?*”<sup>198</sup>

---

<sup>193</sup> İzbudak, *Mesnevî*, C:VI, (b. 1796), s. 142.

<sup>194</sup> İzbudak, *Mesnevî*, C:III, (b. 971-973), s. 89.

<sup>195</sup> *Mesnevî*, C:I, (b. 35), s. 40.

<sup>196</sup> *Mesnevî*, C:II, (b. 2899), s. 129.

<sup>197</sup> *Mesnevî*, C:IV, (b. 37), s. 446.

Anlattığı hikâyeyi büyük bir gerçeklik duygusu ile sunan Mevlânâ, hikâyeyi öncelikle kendisi yaşıyormuş ve olay yaşanıyor gibi anlatarak hikâyeye ile bütünleşmektedir. Dinleyenler de Mevlânâ gibi hikâyeye ile bütünleşerek, ortaya konan gerçeklik ve tecrübeye ortak olmaktadır. Mesela bir aşğın hikâyesini anlatırken, arada başka şeylerden bahsedip konu uzayınca, Mevlânâ, o kişi yanındaymış ve başka şeyler anlattığı için beklerken üzülyormuş gibi şöyle der<sup>199</sup>:

*“Burada ibret almak için bir hikâye var; ancak Buharalı beklemekten âciz kaldı.”*<sup>200</sup>

Bunun gibi pek çok örneğin bulunduğu Mesnevî'nin gerçekçi anlatım ve tasvirlerini önceki bölümde incelemiştik. Mevlânâ, benzeşme ve analogi yoluyla okuyanı tecrübe alemine çekme özelliğine sahip hikâyeleri bilinçli olarak kullandığını şöyle ifade eder:

*“Onun için senin halini ancak, başkalarının hallerini anarak remiz ve kinayeye söylerim”*<sup>201</sup> (anlatma perdesi altında dile getiriyorum<sup>202</sup>)”

Kullandığı örnekler bu yüzden pratikte yaşanabilecek olaylardan seçilmekte ve anlaşılır şekilde okuyucuya sunulmaktadır. Bu yüzden o, anlattığı hikâyelerin canlandırıcı özelliklerine dikkat çekerek, dinleyenlerin, onları hissî tecrübelerle canlandırması gerektiğini vurgulamaktadır:

*“Mesnevî'ye geniş otlak ver; onun resim gibi örneklerine ruh ver.”*<sup>203</sup>

Sufî hikâyelerin biblioterapi bağlamında incelenmesi üzerine yapılmış bir tez çalışması<sup>204</sup> verilerine göre de, hikâyelerin dinleyiciler tarafından ‘rol oynama’ çalışması olarak dramatizasyonu; bireylerin, gerçek bir yaşam tecrübesi olarak hikâyeye ile iletişime geçmelerine ve hikâyedeki karakterlerle özdeşim kurarak, kendi

<sup>198</sup> Mesnevî, C:I, (b. 1510), s. 85.

<sup>199</sup> Karaismailoğlu, a.g.m., s. 130.

<sup>200</sup> Mesnevî, C:III, (b. 4603), s. 433.

<sup>201</sup> İzbudak, Mesnevî, C:VI, (b. 191), s. 30.

<sup>202</sup> Mesnevî, C:VI, (b. 191), s. 725.

<sup>203</sup> Mesnevî, C:IV, (b. 184), s. 724.

<sup>204</sup> Bkz.: Ulaş Aracı, **Sûfî Hikâyelerinin Kullanıldığı, Bilişsel-Davranışçı Yaklaşımla Bütünleştirilmiş Biblioterapinin İşlevsel Olmayan Düşünceler ve Kendini Gerçekleştirme Üzerindeki Etkisi**, Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tez, Ankara Üni. Eğitim Bil. Enstitüsü, Ankara, 2007.

bakış açılarını deneyimleyebilmelerini sağlamaktadır. Böylece kişiler, kendi davranışlarına karşı farkındalık geliştirebilmektedirler.<sup>205</sup>

Bunun yanında okuyucu, hikâyeye edindiği tecrübe sonucunda farklı bakış açıları kazanabilmektedir. Hikâyelerin ‘yeni imkânlıklar ve bakış açıları kazandırmaları’ etkisine uygun olarak dinleyenler, hikâye aracılığıyla sağladıkları alternatif bakış açılarıyla, içinde buldukları ruhsal problemlere farklı kapılardan bakabilmeyi öğrenebilmektedirler.

İkinci bölümde üzerinde durduğumuz etkilerden bir diğeri, hikâye anlatımının ‘terapiye katkıları’ üzerineydi. Mevlânâ’nın, hikâyeler üzerine yaptığı bazı değerlendirmelerde, bu etkiyle uyusabilecek bazı söylemlerde bulunduğunu fark ettik ve burada işlemeyi uygun gördük.

Terapilerde hikâyeler, genellikle terapist tarafından veya -eğer grup terapisi ise- danışanlardan biri tarafından okunmaktadır. Bu noktada söyleyebiliriz ki genel itibari ile danışan, dinleyici konumundadır. Dinleme gözlerimiz ve görsel sistemimiz üzerindeki ağırlığı kaldırarak ve dengeyi kulaklara vermemizi sağlaması noktasında önemlidir. Dinleme, örneğin bir hikâye için, olayları uzaydaymışız gibi resmetmemize olanak tanır. Ayrıca dinleme, sesin alçalıp yükselerek beynin tonlamaya duyarlı noktaları ile iletişim kurmayı sağlar.<sup>206</sup>

Tasavvufta da sesli okuma ve dinleme, eğitim amacıyla kullanılmış olan bir yöntemdir. Mevlânâ da, Mesnevî’sine, “Dinle (bişnev)!” çağrısıyla başlamış ve dinlemeye özel bir önem vermiştir.<sup>207</sup> Mesnevî’de, dinlemenin öneminden aşağıdaki beyitteki gibi pek çok yerde bahsedilmektedir:

*“Anadan sağır doğan ise hiç dinlemediği için dilsiz olur; nasıl dile gelsin?  
Çünkü söz söylemek için önce dinlemek gerektir. Söze, kulak verme yolundan gir.”<sup>208</sup>*

Psikoterapide danışanın, bahsettiğimiz gibi, bir dinleme faaliyeti söz konusudur. Fakat danışan dinlemek için öncelikle gönüllü olmalıdır. Psikoterapide

---

<sup>205</sup> A.e., s. 127.

<sup>206</sup> Ornstein, a.g.e., s. 170.

<sup>207</sup> Nesterova, a.g.e., s. 238

<sup>208</sup> Mesnevî, C:I, (b.1623-1627), s. 130.

danışanın, gönüllülük ilkesi kapsamında terapiye katılması gerekmektedir. Yani o, kalbi ve aklıyla, terapi seansında kendi hür iradesi ile bulunmalıdır. Terapi, ancak bu şekilde başarıya ulaşır ve beklenen değişim ve iyileşme görülür.

Mevlânâ da, öğüt ve yönlendirmenin etkili olabilmesi için muhatabın, iç kabul ve yakınlık üzere olarak doğruya yönelme hissine sahip olması gerektiğini söyler<sup>209</sup>:

*“İçeriden bir tasdik ve kabul olmadıkça, bin söylesen bir faydası olmaz.”*<sup>210</sup>

*“Bil ki, içinde azıcık bir aydınlık bulunmayana, dışarıdan verilen öğüt fayda vermez. Ama içinde ıstık bulunan kişinin kulağına ariflerin sözleri girer, içindeki ıstıkla bağdaşır. Hani, gözünde görüş ıstığı bulunmayana güneşin aydınlığı fayda vermez. Ama gözünde ıstık olan kişiye güneş ıstığı fayda verir. Güneş ıstığı onun gözündeki görüş ıstığı ile birleşir. Çünkü gün ıstığı da aynı cinstendir. ıstık, ıstığın bulunduğu yere gider.”*<sup>211</sup>

Yine Mesnevî’de şöyle der:

*“Dinleyen susuz ve istekli olursa, öğüt veren ölü de olsa söyleyici olur.*

*Dinleyen canlı ve diri olursa, dilsiz bile söylemekte yüz dilli olur.”*<sup>212</sup>

Psikoterapideki hikâye anlatımında, hikâyenin danışan tarafından anlaşılamadığı durumlar olabilmektedir. Bu durumlarda psikoterapist, hikâyeyi, işaret ettiği noktaları belli eder bir biçimde açıklamaktadır. Mevlânâ da, çoğu hikâyenin başında, sonunda ya da bitirmeden arada, hikâye hakkında değerlendirmelerde bulunarak, hikâyeyi hangi amaçlarla anlattığını söylemektedir. Bazen derin tahliller yaparak, okuyucuyu hikâyeyi nasıl anlaması gerektiği noktasında yönlendirmektedir.

Son olarak değinmek istediğim bir diğer nokta, Mevlânâ’nın, hikâye anlatımında hikâyeleri birbiri içine geçirerek kullanması konusudur. O, çoğu zaman hikâyeleri, parça parça, birbirleri içine geçirerek anlatmaktadır. Mesela bir hikâyeyi

---

<sup>209</sup> Emiroğlu, a.g.e., s. 67.

<sup>210</sup> *Fîhi Mâ Fîh*, s. 88.

<sup>211</sup> Mevlânâ Celâleddîn Rûmî, *Macâlis-i Sab’a* (Yedi Meclis), çev. Abdulbâki Gökınarlı, Konya, Konya Turizm Derneği, 1965, s. 38-39.

<sup>212</sup> *Mesnevî*, C:I, (b. 2379-2380), s. 113.



anlatırken yarıda bırakıp ikinci bir hikâyeye geçmekte ve tekrar ilk hikâyeye dönüp onu tamamlamaktadır. Ya da bazen, ikinci hikâyeyi de bitirmeden üçüncü bir hikâyeye geçmekte ve hikâyeleri sarmal bir şekilde sona erdirmektedir.

Çalışmamız sırasında, Ericksoncu Psikoterapi yaklaşımı içerisinde ‘Çoklu İç İç Geçmiş Metafor Kullanımı’ adında bir hikâye anlatım tekniği olduğunu gördük.<sup>213</sup> Bu yöntem, terapötik hedeflere ulaşmada kullanılan etkili yöntemlerden biri olarak nitelendirilmektedir. Bu metoda göre bir hikâye diğerinin veya diğerlerinin içerisine yerleştirilerek danışana sunulur ve seans süresinde çok sayıda terapötik hedefe ulaşılmasında yardımcı olur. Mevlânâ’nın hikâye anlatımına benzer özellikteki bu tekniği daha yakında inceleyerek, Mesnevî’deki bu kullanımın terapötik yönünün ortaya çıkarılması gerektiğini düşünmekteyiz.

Buraya kadar, Mevlânâ ve Mesnevî’nin psikoterapötik yönünü, çağdaş psikoterapinin verileriyle karşılıklı olarak okuyarak ortaya koymaya çalıştık. Bir sonraki başlıkta, Mevlânâ’nın Mesnevî’sinden örnek bir hikâyenin, modern psikoterapi yaklaşımlarındaki kullanımları hakkında bilgi verilerek, onun psikoterapötik yönlerini açıklamaya çalışacağız.

#### 3.2.4. Örnek Hikâye Tahlili: Karanlık Oda ve Fil Hikâyesi

Bu bölümde, Mesnevi hikayelerinin psikoterapötik özelliklerini

*“Bir fil karanlık bir ahırda bulunuyordu. Hindliler onu halka göstermek için getirmişlerdi.*

*Fili görmek için o karanlık yere bir çok kişi toplanmıştı.*

*Karanlıkta fili gözle görmeye imkân olmadığı için, herkes ellerini sürüyor, o şekilde onu anlamaya çalışıyordu.*

*Meraklılardan birinin eli filin hortumuna geçti. O adam; “Fil bir oluğa benziyor!” dedi.*

*Başka birinin eli filin kulağına dokundu. Fil ona yelpazeye benzer zannını verdi.*

---

<sup>213</sup> Bkz.: Zeig, Ericksoncu Psikoterapi I: Temel Yapılar, s. 213.

*Birisi elini filin ayağına sürdü. O adam da; “Filin şeklini direk gibi gördüm.” dedi.*

*Böylece herkes filin bir yerine dokundu; neresine dokundu ise, onu nasıl sandı ise, dili ona göre anlatmaya çalıştı.*

*Onların sözleri; dokunuşları, sanışları yüzünden birbirine aykırı düştü. Birisi ona “dal” dedi, öbürü “elif” adını taktı.*

*Eğer onların her birinin elinde bir mum, yani hidâyet nûru bulunsa idi, sözlerindeki ayrılık, aykırılık olmazdı.*

*Duygu gözü, elin avucuna benzer. İnsanın avucu, filin her tarafını birden kavrayabilir mi?”<sup>214</sup>*

Mevlânâ, tasavvufî açıdan bu hikâyesinde, insanların büyük bir kısmının, zâhirî işlerle ilgilendikleri için aleme gaflet içinde baktıklarını, nesnelere yansıttığı hakikat ve gerçekliği bu yüzden anlayamadıklarını ifade etmektedir. Bu tür insanlar, tek bir bakış açısına sahiptirler; o yüzden metafor olarak verilen ‘fil’in tamamını göremezler. “Can içinde canı, bedendeki ruhu fark edemezler, derinleşemezler.”<sup>215</sup> Böylece bu insanlar, karanlıkta fili tanımaya çalışan ancak başarılı olamayan kişilere benzerler.

Psikoloji verileri bağlamında incelendiğinde; bu hikâyede anlatılan ana tema, insanların gerçeğin küçük bir kısmından yola çıkıp genel hükümlere varma yanlılığı içine düşmeleridir.<sup>216</sup> Hikâyeyi özellikle, Gestalt Psikolojisi’nin temel yaklaşımı çerçevesinde incelediğimizde karşımıza çıkan; karanlıktaki insanların, geçmişteki algılamaları ile o an sahip oldukları tecrübe arasında ilişkilendirme yaptıkları ve parçanın özelliklerini bütüne hasrederek yanlışa düştükleridir.

Bu hikâyeye, insanların yalnızca kendi idraklerinin doğru olduğuna inandırarak yaptıkları genel yanlışa da işaret eder. Çoğu insan, hayatlarındaki durum ya da olayları, sadece bir bakış açısıyla tecrübe ettiklerinin farkında değildir. Onlar, ancak

---

<sup>214</sup> Can, *Mesnevî Hikâyeleri*, s. 218.

<sup>215</sup> Serpil Yılmaz, *Mesnevî’de Geçen Hayvan Metaforlarının Tasavvufî Yorumu*, Selçuk Üniversitesi Sosyal. Bil. Enstitüsü, Konya, 2011, s. 46.

<sup>216</sup> Aracı, a.g.e., s. 126.

kendi tecrübe ettiklerinin ‘doğru’ olduğunu sanırlar. Hikâyenin en ilgi çeken noktası, adamlardan hiçbirinin filin tamamını kendi başına tanımlayamamasıdır. Tamamını anlamının tek yolu, diğer her birinin idraklerini paylaşarak birbirine eklemekten geçebilir. Eğer her adam bunu yapabilseydi, filin tam resmi anlaşılabilirdi. Fakat, onların gerçeğin kendilerinde olduğuna dair ısrarları, hiç birinin tam resmi görememesine neden olmuştur.<sup>217</sup>

Aşağıda, getirdiğimiz bu yaklaşımlar çerçevesinde, iki farklı psikoterapistin ‘Karanlıktaki Fil’ hikâyesini, psikoterapilerinde nasıl kullandıklarına dair örnekler bulunmaktadır.

### **Psikoterapi Uygulaması 1:**

Mesnevî’de geçen yukarıdaki hikâye, Pozitif Psikoterapi’nin kurucusu Nossrat Peseschkian tarafından ‘Doğu Hikâyeleri ile Psikoterapi’ adlı kitabının ikinci bölümünde; ‘Uygulamada Hikâyeler’ kısmında geçmektedir.<sup>218</sup> Bu bölümde Peseschkian, hikâyelerin psikoterapide kullanımına dair vaka örnekleri vermektedir.

Peseschkian, yukarıda geçen hikâyeyi, psikolojik takıntıları olan bir hasta üzerinde uygulamıştır.<sup>219</sup> Elli yaşlarında bir işçi olan hasta, evliliğinde ve mesleğindeki sorunlar sebebiyle Peseschkian’a başvurmuştur. Hasta, takıntılara sahiptir ve eşini evliliğinde sadece bir yönüyle görmektedir. Peseschkian, hastaya pozitif psikoterapi metotları ile yaklaşarak ona yukarıdaki hikâyeyi anlatır.

Hasta, terapi seansı ve sonrasında, hikâye hakkında derinlemesine düşünür ve bunu sözel olarak ifade eder. Birkaç hafta sonra hasta, Peseschkian’a, eşinin bir özelliğine saplanarak onun kişiliğini ikinci plana attığını fark ettiğini söyler. “Ziyaretçilerin filin sadece bir parçasını görmeleri ve onu beklentileri doğrultusunda şekillendirmeleri gibi, karımın bütünlüğü benim gözümde kaybolmuştu.”<sup>220</sup> der.

Peseschkian hastanın, gerekli olan stratejiyi belli bir biçimde kendinin oluşturduğunu, bu stratejinin de amaçlarının bir uzantısı olduğunu ifade etmektedir.

---

<sup>217</sup> (çevrimiçi) [http://www.powertothrive.com/Blind\\_Men\\_and\\_Elephant.html](http://www.powertothrive.com/Blind_Men_and_Elephant.html), 01.08.2011.

<sup>218</sup> Peseschkian, a.g.e., s. 59-202.

<sup>219</sup> A.e., s. 105-108.

<sup>220</sup> A.e., s. 107.

Ve hastanın o andan sonra, karısını, çevresini, iş arkadaşlarını ve meslektaşlarını yeni bir gözle görmeyi denediğini söyler. “Bu onun için bilinmeyen bir ülkeye yolculuk gibiydi” diyen Peseschkian, hastanın ilerleyen süreçte bu yeni anlayışıyla olumlu yönde pek çok davranışsal ve ruhsal değişim sağladığını da ifade etmektedir.<sup>221</sup>

### **Psikoterapi Uygulaması 2:**

‘Karanlıktaki Fil’ hikâyesinin psikoterapideki kullanımına dair diğer örneklerimizi, Ohio Üniversitesi’nde profesör olan Sana Loue’nin “Transformative Power of Metaphor in Therapy”<sup>222</sup> adlı kitabında geçen vakalar oluşturmaktadır.

Loue’nin, terapi seanslarında anlattığı hikâye ve metaforların, hastalardaki olumlu ilerlemelere olan katkısını aktardığı bu kitabı, on iki ana başlıktan oluşmaktadır. Her başlıkta farklı rahatsızlıklara karşı kullandığı hikâyeler veren Loue, kitabın beşinci bölümünde, yukarıda aktardığımız Mesnevî hikâyesini kullanmıştır.

Loue, hikâye ve metaforları, bilişsel-davranışçı terapi çerçevesinde kullanmaktadır. Ona göre, hikâyeler, bilişsel-davranışçı terapi tekniklerini birleştirici özelliğe sahiplerdir.<sup>223</sup>

Karanlıktaki fil hikâyesini de bu açıdan inceleyen Loue, hikâyenin, hastanın içinde bulunduğu duruma ve ona getirdiği tepkilere, çeşitli yönlerden bakmasını sağlamada kullanılabileceğini söyler. Hikâyede, fili tek yönleriyle tanımlamaya çalışan adamlar; hastanın, içinde bulunduğu duruma (fil) karşı tepkisinin altında yatan yanlış anlayışları temsil ederler. Terapi seansında, hikâye yardımıyla, her kör adamın, gerçeği gören bir adamla yer değiştirmesi, hastanın bütün fili (durumu), olduğu gibi görebilmesine ve ona uygun şekilde tepki vermesine izin verir.<sup>224</sup>

Loue, bu açıklamayı yaptıktan sonra, kurmaca bir örnek verir. Çalıştığı ofiste, birine sıcak bir selam veren ve karşılık alamayan bir hasta düşünmemizi ister. Hasta üzgündür, çünkü o kişinin ondan nefret ettiği için ona selam vermediğini

---

<sup>221</sup> A.e., s. 107-108.

<sup>222</sup> Bkz.: Sana Loue, *The Transformative Power of Metaphor in Therapy*, New York, Springer Publishing Company, 2008.

<sup>223</sup> A.e., s. 154.

<sup>224</sup> A.e.

düşünmektedir. Hastaya hikâye anlatılır. Hastanın tepkisi, filin tek tarafını -mesela kulağını- gören adam ile benzerlikler taşır. Terapi sürecinde hastanın, -kulağa da sahip- daha büyük, bütün bir filin varlığını anlaması önemlidir. Çünkü filin diğer yönleri (duruma getirilebilecek farklı düşüncelerin), onun düşüncesinin altında yatan algısını değiştirebilir. Metaforun iletisi, hastayı, o kişinin selamına karşılık vermemesi konusunda alternatif açıklamalar aramaya teşvik eder. Her türlü açıklama, özde, filin farklı bir yönünü içerir. Hastanın tanımladığı diğer tüm açıklamalar, filin gerçek haline onu daha yaklaştırır. Diğer açıklamalardan bazıları; kişinin kötü bir gününde olduğu, dalgın olup onun selamını duymadığı, bir görüşme ya da toplantıya geç kaldığı için durmak istememesi, ya da bir bluetooth aygıtıyla telefonda görüşmesi ve hastanın bunu görmemesi şeklinde çoğaltılabilir.<sup>225</sup>

Bu şekilde kurmaca bir vaka ile, hikâyenin kullanılabilirliğini gösteren Loue, daha sonra bunu, gerçek hayatta karşılaştığı vakalarla örneklendirmiştir.

Vakalardan biri, bipolar bozukluk ve depresyon hastası bireylerden oluşan bir grupta tedavi alan, yirmili yaşlarda bir şarkıcı olan Delilah hakkındadır. Delilah, anksiyetenin ileri seviyelerindedir. Terapi seansında, akşamları evine geldiğinde, dairesinde kendiyile baş başa kaldığında çektiği sıkıntıları anlatır. Sessizlik ve yalnızlığın onu hayal alemine götürdüğünü ve gece boyu 'yemek yeme' ve 'yürüme' faaliyetleri içinde, hiç uyuyamadığını söyler. Mesnevî'de geçen yukarıdaki hikâye anlatılır. Delilah ve diğer grup üyeleri, fil metaforunu, Delilah'nın anksiyetesinin derecesini düşürmek için kullanabilecekleri farklı mekanizmaları tanımlamak için kullanırlar. Şöyle ki, filin her parçasını, belirli bir stratejiyi göstermek için kullanırlar. Örnek olarak, filin hortumunu, vakumlu temizleyici hortuma benzetirler. Böylece Delilah, zamanını üretici bir şekilde dairesini temizlemek için kullanır. Filin kulaklarının, Delilah'nın kulakları olduğuna dair bir bilinç oluşturulur. Delilah, kulaklarını onu sakinleştirecek ve uykuya dalmasını sağlayacak rahatlatıcı müziği dinlemek için kullanır.<sup>226</sup>

---

<sup>225</sup> A.e.

<sup>226</sup> A.e., s.69

Loue'nun paylaştığı vakalardan bir diğeri, genç Afro-Amerikalı bir genç olan Leon'un vakasıdır. Leon, ilişkilerden ve insanın partnerini belirlemede kullandığı kriterlerden bahsedilen bir seansta, anlatılan fil hikâyesini, farklı bir şekilde yorumlamıştır. O, önceki ilişkisinde, sevgilisinin kötü muamelesiyle nasıl acı çektiğinden bahseder. Bu kötü muameleye rağmen o, sevgilisinin hala onu sevdiğine inanıyor ve ilişkisine son vermiyordur. Filin çeşitli yönleri, Leon'a göre, bu saplantıdan kurtulmasında ve kendini bu zor ilişki içinden çıkarmada kullanması gereken farklı stratejilere benzemektedir.<sup>227</sup>

Görüldüğü gibi hastalar, 'karanlıktaki fil' hikâyesini, çeşitli durumlarda (uykusuzluk ve anksiyete, ilişkilerin sonlandırılması gibi) kullanabilecekleri stratejileri tanımlamada kullanmışlardır. Onlar bu metafordan, bütünü 'görememeleri'nin üstesinden gelerek, 'görme kabiliyetlerini' tekrar kazanmada kullanmışlardır. Fili tanımlayan adamlardan her birinin 'rolü'; içinde oldukları durumun farklı perspektiflerini sunmaktadır ve farklı perspektifler hastaya, durum ya da olayı anlamasında bir çerçeve oluşturmaktadır.

---

<sup>227</sup> A.e.

## SONUÇ

Hikâyeler, geçmişten günümüze; kültürel, sanatsal, eğitsel vb. işlevleriyle kullanılan önemli araçlardır. Onlar, insanın varoluşundan bu yana, ‘insan’la birlikte vardılar. Dünya üzerinde, insanın hikâyesi devam ettikçe, onlar da var olmaya devam edeceklerdir.

Hikâyeler, insanlar tarafından, psikolojik ve sosyolojik pek çok amaç çerçevesinde kullanılırlar. Onlar; kültürel öğeleri gelecek nesillere aktarma, nesiller arası iletişimi sağlama, özellikle geçmişte, insanların bir arada vakit geçirmeleri, eğlenmeleri ve fikirlerini paylaşmaları için zemin hazırlama, toplumsal bilinç oluşturma ve halkın eğitime katkı sağlama gibi önemli sosyolojik işlevlere sahiptirler. Bunun yanında onların, insan psikolojisi üzerinde önemli etkileri vardır. Çalışmamızın temelini de onların bu yönü oluşturmaktadır.

Çalışmamız, hikâyelerin insan psikolojisi üzerindeki iyileştirici ve olumlu yönde değiştirici özelliklerini konu almaktadır. Hikâyelerin bu yönlerini araştıran bir gözle tarihe baktığımızda onların, kültürler ve dinler içinde, psikolojik işlevleriyle kullanıldıklarını görürüz. Mesela onlar, farklı kültürler içerisinde, benzer pedagojik amaçlar çerçevesinde kullanılmaktadırlar. Dinler için de durum farklı değildir. Başta uzak doğu din öğretileri olmak üzere, dünya üzerinde en fazla takipçiye sahip üç büyük dinin kutsal kitapları, çok sayıda metafor ve hikâye içermektedir. Dinler, hikâyeleri; ahlakî ve dînî mesajlarını takipçilerine iletmek ve mesajlarının daha iyi kavranmasını sağlamak için kullanmışlardır.

Modern döneme baktığımızda, hikâyelerin bu amaçlarla okunduğunu, dinlendiğini ve anlatıldığını görüyoruz. Bugün milyonları peşinden sürükleyen görsel medya araçları (sinema filmleri, televizyon dizileri vb.), temellerinde bir hikâyeyi barındırır ve insan üzerinde, psikolojik pek çok etkiye sahiptirler. Hikâyelerdeki karakterlerle özdeşim kuran ve onları rol model alan pek çok insanın duygu, düşünce ve davranışları, hikâyedeki akışa göre şekillenebilmektedir.

Modern psikoloji de, hikâyelerin bahsettiğimiz kullanımlarının sonuçlarına tepkisiz kalmamış, onların insan psikolojisi üzerindeki etkilerini temellendirmek

üzere pek çok araştırma yapmıştır. Çalışmamızda, bu temellendirmeleri yaparak, hikayeleri psikoterapilerinde, değişim sağlamaya yardımcı araçlar olarak kullanan yaklaşımlar bir bir incelenmiş ve bu yaklaşımların ortaya koyduğu özellik ve etkiler bir araya getirilmiştir. Sonuç olarak; sezgisel düşünme gücüne etkileri ile davranışı değiştirmede etkileyici ve rehber olmaları bakımından hikayelerin etkileri, psikoterapiler arası eklektik bir yöntemle bir araya getirilmiştir.

Bu faaliyet, tezimizin örneğini oluşturan Mevlana'nın Mesnevi'sine, elde ettiğimiz modelle daha sistematik bir biçimde yaklaşmamızı sağlamıştır. Böylece Mesnevi'deki hikayeler ve hikayeye dair yapılan değerlendirmeler, elde ettiğimiz verilerle karşılıklı olarak okunarak, daha kapsamlı olarak yorumlanmış ve tez olarak ortaya koyabileceğimiz bazı tespitlere varılmıştır.

Bu tespitlerimizin özellikle temel iki noktada önemli olduğunu düşünmekteyiz. Birincisi, Mevlana'nın hikaye kullanımı konusundaki değerlendirme sistemidir. Çalışmamız sonucunda Mevlânâ'nın, hikâye kullanımı hakkında yaptığı açıklama ve değerlendirmelerin, günümüz psikoterapi yaklaşımlarının ortaya koyduklarıyla paralel anlamlar içerdiği görülmüştür. Mevlânâ, hikâyelerin iyileştirici, kavramayı kolaylaştırıcı, özdeşleşme sağlayıcı özelliklerine vurgu yapmış; mecazî yönleri ve sahip oldukları suret-mana ikiliğinden hareketle, onların sezgisel ve ruhsal yönümüze olan etkilerine işaret etmiştir. O, dolaylı anlatımlar olarak hikâyelerin, içerdikleri tecrübî bilgilerle insanlara rehber olduklarını söyleyerek onların davranışları değiştirme bağlamındaki etkilerinden söz etmiştir.

İkinci olarak tespit ettiğimiz şey, Mevlânâ'nın anlattığı hikâyelerin özellikleriyle alakalıdır. Mesnevî hikâyeleri; canlı, dikkat çekici fakat sade ve anlaşılır anlatımlarıyla okuyucuyu etkilerler. İlgi çekici olaylar, her türden karakterin bulunduğu hikâyelerde, sanatsal bir üslupla anlatılmıştır. Mevlânâ, hikâyelerinde yaptığı derin rûhi tahlillerde; insanın güçlü ve zayıf yönlerini bir psikolog edasıyla ortaya koymaktadır. Muhataplarının seviyelerini gözetererek seçtiği hikâye anlatımını, her kültür ve ırktan insanı kucaklar şekilde, kültürlerarası bir düzlemde kullanmıştır. Bu özellikler, Mevlânâ'nın hikâyelerinin, psikoterapilerde kullanılabilir oldukları izlenimini vermektedir. Son bölümdeki örnek hikâye tahlili ve psikoterapi uygulamaları da, bu tespitimizi destekler niteliktedir. Örnek olarak sunduğumuz iki



farklı psikoterapi uygulamasında psikoterapistler, Mesnevi’de geçen bir hikayeyi farklı psikolojik rahatsızlıkların tedavisinde yardım edici unsur olarak kullanmış ve olumlu sonuçlar aldıklarını ifade etmişlerdir.

Kanaatimizce psikoterapistlerin, Mesnevî hikâyelerinin hangi durumlarda ve rahatsızlıklarda yardımcı bir araç olarak kullanabileceğini tespit edebilmelerine ihtiyaç bulunmaktadır. Konunun önemine binaen, farklı çalışma alanlarındaki araştırmacıların da bu konu üzerine eğilmeleri gerektiğini düşünüyoruz. Türkçede bu konuda birkaç çalışma vardır. Biri, önceki bölümlerde bahsettiğimiz, Faik Özdengül’ün, ‘aşkın terapi’ adını verdiği ve Mevlânâ’nın felsefesini ve Mesnevî öğütlerini terapilerde kullanmayı teklif eden terapötik yaklaşımıdır. Bunun dışında sûfî hikâyeleri’nin biblioterapi kullanımındaki psikolojik etkileri konusunda Ulaş Aracı tarafından yapılmış empirik bir yüksek lisans çalışması bulunmaktadır. Ancak bu sayı oldukça yetersiz gözükmektedir.

Mesnevî hikâyelerinin, sahip oldukları psikoterapötik yönlerle, değerler ve din eğitimi çerçevesinde, psikolog ve psikoterapistler koordinatörlüğünde ve din psikologları ile tasavvuf uzmanlarının katılımıyla çocuk, genç ve yetişkin eğitiminde işlevsel ve olumlu yönde kullanabileceğini düşünmekteyiz. Bu yönde gerekli çaba ve gayretin verilmesi gerekliliğini ifade etmemiz, ortaya çıkaracağı sonuçlara olan güvenimizden kaynaklanmaktadır.

Değinmek istediğimiz bir diğer nokta, bu çalışmayla, Mesnevî hikâyelerinin sadece terapötik amaca hizmet ettiğini iddia ettiğimiz gibi bir fikrin ortaya çıkmaması gerektiğidir. Bu hikâyelerin tek tek psikoterapötik açıdan incelenmesi gerekli olmakla beraber, Mesnevî’deki hikâyeler, bir bütün olarak tasavvufî süreçleri ifade etmek amacına hizmet ederler. Fakat geçmişimizden yansıyan zengin miraslar olarak İslâmî eserlerimizi ve özelde Mesnevî’yi, farklı perspektiflerden ele alarak okumak ve onlardaki derinlikleri farklı ilmî boyutlarla incelemek de, onların çok yönlülüklerini ve zenginliklerini göstermesi açısından önem taşımaktadır.

Tezimiz ortaya koyduğu modellerle, İslam kültüründe örneğine sıkça rastlanan hikaye anlatımına dayanan kitapların, modern psikoloji ilmi çerçevesinde incelenmesi noktasında bir örnek oluşturmaktadır. Kültürümüz içerisinde ortaya

ıkan ve izini yitirdiğimiz bu kaynakları, günümüzde batı merkezli bir yönlenme ile yeniden hatırlamamız üzüntü vericidir. Bu yüzden kendi kaynaklarımız üzerinde çalışmayı, kültürel ve ahlakî bir görev olarak addetmekteyiz. Değerli bir miras niteliğinde sahip olduğumuz bu kaynakları, aynı zamanda psikoloji literatürü çerçevesinde yeniden okuyarak günümüzde de istifade edilecek bir düzleme taşmamız büyük gereklilik arz etmektedir. Bu yüzden, özellikle din psikolojisi alanında çalışan kişilerin, bu yönde çalışmalarının büyük gereklilik arz ettiğini düşünüyoruz.

Sonuç olarak, din psikolojisi alanında, ‘hikaye’ üzerine çalışmaların kısıtlı olduğunu da söylemeliyiz. Biz bu çalışmamızla, gerek din psikolojisi ve gerek din eğitimi alanında; Kur’an-ı Kerim’de, hadislerde ve İslam geleneği içinde öneme sahip pek çok eserde sıklıkla kullanılan hikâyeler için, psikolojik açıdan; ‘Hikâyeler insan psikolojisi üzerinde etkilidir’ şeklindeki yzeyssel yorumun bir adım ötesine geçtiğimizi düşünüyoruz. Çalışmamızın bu açıdan da, din psikolojisi alanına katkı sağladığını mit ediyoruz.

## KAYNAKÇA

- Adams, R. ve Chadbourne, L.:“Ericksonian Approaches to Storytelling”, **Journal of Personnel and Guidance**, sayı:24, 1982.
- Akıncı, Adem: **Din Eğitiminde Etkili Bir Yöntem: Hikâye**, İstanbul, Feza Gazetecilik,2001.
- Aktaş, Kubilay: **Gizli Telkinle Kuran Terapisi**, İstanbul, Elest Yayınları, 2009.
- Alim, Ahmet: **Hadislerle Kıssalar ve İbret Sahneleri**, İstanbul, Erkam Matbaası, 2002.
- Altunel, İbrahim: “Edebiyatımızda Kıssa, Kıssahanlık Geleneği ve Meddahlıkla Münasebeti Üzerine”, **Türk Araştırmaları Dergisi**, sayı:1, 1994.
- Altunel, İbrahim: “Kıssahanlık”, **Türkiye Diyanet Vakfı İslam Ansiklopedisi**, Ankara, Türkiye Diyanet Vakfı Yayınları, 1992, C:25.
- Anderson, C. M., Hawkins, R. P., Freeman, K. A. ve Scotti, J.R:“Private Events: Do They Belong in A Science of Human Behavior”, **The Behavior Analyst**, sayı: 23, 2000.
- Ankay, Aydın: **Ruh Sağlığı ve Davranış Bozuklukları**, Ankara, Turhan Kitabevi, 1992.
- Apaydın, H. Yunus: “Kıyas”, **Türkiye Diyanet Vakfı İslam Ansiklopedisi**, Ankara, Türkiye Diyanet Vakfı Yayınları, 1992, C:25.
- Aracı, Ulaş: **Sûfi Hikâyelerinin Kullanıldığı, Bilişsel-Davranışçı Yaklaşımla Bütünleştirilmiş Biblioterapinin İşlevsel Olmayan Düşünceler ve Kendini Gerçekleştirme Üzerindeki Etkisi**, Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tez, Ankara Üni. Eğitim Bil. Enstitüsü, Ankara, 2007.

- Araz, Nezihe: “Çağdaş Kavramların Işığında Bazı Mesnevî Hikâyelerinin Yorumu”, **Uluslararası İkinci Mevlânâ Semineri Bildirileri**, Konya, Konya Mevlânâ Enstitüsü, 15-17 Aralık 1976.
- : “Çağdaş Kavramların Işığında Bazı Mesnevî Hikâyelerinin Yorumu”, **Uluslararası İkinci Mevlânâ Semineri Bildirileri**, Konya, Konya Mevlânâ Enstitüsü, 1976.
- Arkonaç, Oğuz: **Açıklamalı Psikiyatr Sözlüğü: İngilizce-Türkçe-Latince**, İstanbul, Nobel Tıp Kitabevleri, 1999.
- Arpaguş, Safi: **Mevlânâ'nın Dini Anlatım Metodu**, Basılmamış Doktora Tezi, M.Ü. Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul, 2001.
- Atalay, Mehmet: **Akl ve Sezgi: Psikoloji ve Dinde Akıl-Sezgi İkiliği: İmam Rabbanî Örneği**, İstanbul, İz Yayıncılık, 2009.
- Atkinson, Rita, Atkinson, R. C., Hilgard, E. R.: **Psikolojiye Giriş**, çev. Kemal Atakay, Mustafa Atakay, Aysun Yavuz, Ankara, Arkadaş Yayınları, 1999.
- Ayan, Gönül: “Mesnevî ve Kısa Hikâyecilik”, **5. Milli Mevlânâ Kongresi**, Konya, Selçuk Üni. Yay., 1991.
- Ayverdi, Sâmiha: **Abide Sahsiyetler**, Milli Eğitim Basımevi, İstanbul, 1976.
- : “1959 ŞEb-i Aruz Konferansı”, **Mevlânâ ile İlgili Yazılardan Seçmeler**, haz. Vedat Genç, Ankara, MEB Yayınları, 1994.
- Bakırcıoğlu, Rasim: **Ansiklopedik Psikoloji Sözlüğü**, Ankara, Anı Yayıncılık, 2006.
- Barker, P.: **Psychotherapeutic Metaphors: A Guide to Theory and Practice**, New York, Bruner-Mazel, 1996.

- Baron, A. ve Galizio, M.: “Instructional Control of Human Operant Behavior”, **Psychological Record**, sayı:33, 1983.
- Barrie, J.M.: **The Little White Bird**, New York, C. Scribner’s Sons, 1902.
- Baymur, Feriha: **Genel Psikoloji**, İstanbul, İnkılap ve Aka Kitabevi, 1973.
- Beahrs, J. O.: “Integrating Erickson’s Approach”, **American Journal of Clinical Hypnosis**, sayı:20, 1977.
- Birkan, Ali Fuat: **Masal Estetiği**, Timaş Yayınları, İstanbul, 2001.
- Blenkiron, Poul: **Stories and Analogies in Cognitive-Behaviour Therapy**, Oxford, Wiley Blackwell, 2010.
- Bogen, J. E.: “The other side of the brain: an oppositional mind”, **Bulletin of the Los Angeles Neurological Societies**, sayı:34, 1969.
- Brun, B., Pedersen, E.W., Runberg, M.: **Symbols of the Soul: Therapy and Guidance Through Fairy Tales**, Bristol, Jessica Kingsley Publishers Ltd, 1993.
- Budak, Selçuk: “Tedavi”, **Psikoloji Sözlüğü**, Ankara, Bilim Sanat Yayınları, 2000.
- Burns, George H.: **101 Healing Stories: Using Metaphors in Therapy**, Canada, John Wiley and Sons Inc., 2001.
- Can, Şefik: **Mesnevî; Hayatı, Şahsiyeti Eserleri**, İstanbul, Ötüken Yayınları, 1995.
- Ceylan, Semih: “Mesnevî”, **Türkiye Diyanet Vakfı İslam Ansiklopedisi**, Ankara, Türkiye Diyanet Vakfı Yayınları, 1992, C:29.
- Cope, Theo A.: “Positive Psychotherapy’s Therapy of the Capacity to Know as Explications of Unconscious Contents”, **J Relig Health Journal**, sayı: 48, 2009.

- Cüceloğlu, Doğan: **İnsan ve Davranışı: Psikolojinin Temel Kavramları**, İstanbul, Remzi Kitabevi, 1997.
- Çelebi, Asaf Halet: **Mevlânâ ve Mevlevilik**, İstanbul, Hece Yayınları, 2002.
- Derin, Süleyman: “Mevlânâ’nın Mesnevî’sine Psikolojik Yaklaşımlar”, **Uluslararası Mevlânâ Sempozyumu Bildirileri (8-12 Mayıs 2007)**, İstanbul, 2010.
- Dorr, A.: “Television and Affective Development and Functioning”, **Journal of Broadcasting**, sayı:25, 1981.
- Durmuş, İsmail: “Mecaz”, **Türkiye Diyanet Vakfı İslam Ansiklopedisi**, Ankara, Türkiye Diyanet Vakfı Yayınları, 1992, C:28.
- Emiroğlu, İbrahim: “Mevlânâ’nın Üslubu, Metodu ve Edebiyatımızdaki Yeri”, (çevrimiçi),[http://akademik.semazen.net/author\\_article\\_detail.php?id=838](http://akademik.semazen.net/author_article_detail.php?id=838), 15.08.2011.
- : **Sufi ve Dil: Mevlânâ Örneği**, İstanbul, İnsan Yayınları, 2002.
- Erickson, M. ve Rossi,: E.: **Hypnotherapy**, Irvington, New York, 1979.
- Erickson, Milton: “The Interspersal Hypnotic Technique for Symptom Correction and Pain Control”, **American Journal of Clinical Hypnosis**, sayı: 8, 1966.
- Erkek, Gülten: **Mevlânâ’nın Mesnevî’sinden İlköğretim Okulları için Seçilen Öykülerin Eğitsel Yönünün İncelenmesi**, Basılmamış Yüksek Lisans Tezi, Dokuz Eylül Üniversitesi Eğitim Bil. Enstitüsü, İzmir, 2008.
- Fenoglio, Irene ve François, Georleon: **Doğu’da mizah**, çev. Ali Berktaş, YKY, İstanbul, 2000.

- Feridun bin Ahmed-i Sipehsalar: **Mevlânâ ve Etrafindakiler**, çev. Tahsin Yazıcı, İstanbul, 1977.
- Füruzanfer, Bediuzzaman: **Mevlânâ Celâleddîn**, Konya, Konya Valiliği İl Kültür ve Turizm Müdürlüğü Yayınları, 2005.
- Gentner, D.: “Flowing Waters and Teeming Crowds: Mental Models of Electricity”, **Mental Models**, ed. D.Gentner ve A.L. Stevens, Hillsdale, Lawrence Erlbaum Associates, 1983.
- Gladling, S. ve Gladling, C.: “The ABCS of Bibliotherapy for School Councillors”, **School Counselor**, sayı:39, 1991.
- Gordon, D.: **Therapeutic Metaphores**, California, Meta Press, 1979.
- Groth-Marnat, G.: “Past Cultural Tradations of Therapeutic Metaphor”, **Psychology: A Journal of Human Behaviour**, sayı: 29, 1992.
- Güllüce, Hüseyin: **Mevlânâ ve Mesnevî Gerçeği**, Ankara, Akçağ Yayınları, 2007.
- Gündoğdu, Cengiz: “Mevlânâ’nın Mesnevî’sinde Mânâ Dili”, **Tasavvuf İlmî ve Akademik Araştırma Dergisi: Mevlânâ Özel Sayısı**, sayı: 14, 2005.
- Gürün, O. A.: **Psikoloji Sözlüğü**, İstanbul, İnkılap Kitabevi, 1991.
- Haley, Jay: **Sıra Dışı Terapi**, İstanbul, Dharma Yayınları, 2006.
- Hançerlioğlu, Orhan: **Ruhbilim Sözlüğü**, İstanbul, Remzi Kitabevi, 1997.
- Hartland, E.S.: **The Science of Fairy Tales**, London, Walter Scott, 1891.
- Heffner, Michelle: “Experimental Support for The Use of the Story telling to Guide Behaviour: The Effects of Story Telling on Multiple and Mixed Fixed Ratio”, Basılmamış Doktora Tezi, West Virginia University, Department Of Psychology, Morgantown, 2003.

- Honeck, R. P., Kibler, C. T.: **The Role of Imagery, Analogy, and Instantiation**, Journal of Psycholinguistic Research, sayı:13, 1984,
- Hökelekli, Hayati: “İslam Geleneğinde Psikoloji Kültürü”, **İslami Araştırmalar**, sayı:3, 2006.
- İbn-u Kesir, Ebu'l Fida İsmail: **Tefsiru'l Kur'anil Azim**, C:III, 1. Baskı, Beyrut, y.y., 1986.
- İşcil, Şefik İbrahim: **Türkçe Hekimlik Terimleri Üzerine Bir Deneme**, Bursa, Bursa Yeni Basımevi, 1944.
- Jung, C. G.: **Man and His Symbols**, New York, Dell, 1964.
- Kahya, Esin: “Hipokrat”, **Türkiye Diyanet Vakfı İslam Ansiklopedisi**, Ankara, Türkiye Diyanet Vakfı Yayınları, 1992, C:18.
- Kara, Kerim: “Mevlânâ'nın Mesnevî'sinde Kalp-Gönül”, **Tasavvuf İlmi ve Akademik Araştırma Dergisi: Mevlânâ Özel Sayısı**, sayı:14, Ankara, 2005.
- Karahan, T. Fikret ve Serdoğan, Mehmet E.: **Psikolojik Danışma ve Psikoterapi'de Kuramlar**, Samsun, Deniz Kültür Yayınları, 2004.
- Karaismailoğlu, Adnan: “Mesnevî Hikâyelerinde Şekil ve İçerik”, **Nüsha: Şarkiyat Araştırmaları Dergisi**, sayı:18, 2005.
- Karaköse, Şaban: **Mevlânâ'dan Düşündürülen Hikâyeler**, İstanbul, Yakamoz Yayıncılık, 2007.
- Keklik, Nihat: “Mevlânâ'da Metafor Yoluyla Felsefe”, (çevrimiçi) [http://akademik.semazen.net/article\\_detail.php?id=501](http://akademik.semazen.net/article_detail.php?id=501) (01.09.2011).
- : **Felsefede Metafor**, İstanbul Üni. Edebiyat Fak. Yayınları, İstanbul, 1990.



- Keskinoglu, Şerif: **İlköğretim Beşinci Sınıf Öğrencilerine Uygulanan Mesnevî Temelli Değerler Eğitimi Programının Ahlakî Olgunluğa ve Saldırganlık Eğilimine Etkisi**, Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Yeditepe Üni. Sos. Bil. Ens., İstanbul, 2008.
- Kılıç, Sadık: **İslam'da Sembolik Dil**, Ankara, Kılıç Yayınları, 1991.
- Kitab-ı Mukaddes Eski ve Yeni Ahit**, Kitab-ı Mukaddes Şirketi, İstanbul, 2001.
- Kocatürk, Utgan: "Psikoterapi", **Açıklamalı Tıp Terimleri Sözlüğü**, Erzurum, Atatürk Üniversitesi Basımevi, 1981.
- Kopp, Sheldon B.: **If You Meet the Buddha on He Road, Kill Him**, California, Ben Lomond: Science and Behaviour Books, 1972.
- : **Guru: Metaphors from a Psychoterapist**, California, Palo Alto, 1929.
- Kütüb-i Sitte Muhtasarı: Tercüme ve Şerhi**, haz. der. çev. İbrahim Canan, Ankara, Akçağ Yayınları, C:14, Hadis No:4998.
- Lakoff, George ve Johnson, Mark: **Metaforlar: Hayat, Anlam ve Dil**, İstanbul, Paradigma Yayınları, 2005.
- Lankton, S. ve Lankton, J.: **The Answer Within**, New York, Brunner-Mazel, 1983.
- Merter, Mustafa: **Dokuz Yüz Katlı İnsan; Tasavvuf ve Benötesi Psikolojisi (Transpersonel Psikoloji)**, İstanbul, Kaknüs Yayınları, 2008.
- Mevlânâ Celâleddin Rûmî: **Divan-ı Kebir**, çev. Abdalbâki Gölpınarlı, İstanbul, Türkiye İş Bankası Kültür Yayınları, 2007.
- : **Fîhî Mâ Fîh**, çev. Ahmed Avni Konuk, İstanbul, İz Yayıncılık, 1994.
- : **Fîhî Mâ Fîh**, çev. Meliha Ülker Anbarcıoğlu, İstanbul, M.E.B. yayınları, 1991.

- : **Macâlis-i Sab'a** (Yedi Meclis), çev. Abdalbâki Gökpınarlı, Konya, Konya Turizm Derneği, 1965.
- : **Mesnevî**, çev. Veled İzbudak, Konya, Konya Büyük Şehir Belediyesi Kültür Yayınları, 2004.
- : **Mesnevî**, haz. Adnan Karaismailoğlu, Ankara, Akçağ Yayınları, 2010.
- : **Mesnevî-i Şerif**, terc. Süleyman Nahîfî, İstanbul, Timaş Yayınları, 2010.
- : **Mesnevî Hikâyeleri**, haz. Şefik Can, İstanbul, Ötüken Neşriyat, 2010.
- : **Rûmî ve Aşkın Terapi**, haz. Faik Özdengül, Konya, Konya Büyük Şehir Belediyesi Kültür Yayınları.
- Michael, J.: “Distinguishing Between Discriminative and Motivational Functions of Stimuli”, **Journal of the Experimental Analysis of Behavior**, sayı: 37, 1982.
- Moore, M.: “Ericksonian Theories of Hypnosis”, **American Journal of Clinical Hypnosis**, sayı:24, 1982.
- Moser, Karin S.: **Metaphor Analysis in Psychology—Method, Theory, and Fields of Application**, (çevrimiçi) <http://nbn-resolving.de/urn:nbn:de:0114-fqs0002212>, 15.05.2011.
- Mullen, David E.: **The Effects of Ericksonian Storytelling on Locus of Control**, The Fielding Institute, Yayınlanmamış Doktora Tezi, 1987.
- Nesterova, Svitlana: **Mevlânâ'nın Mesnevî İsimli Eserinde Metaforik Anlatımın Metafizik Boyutu**, Basılmamış Doktora Tezi, Ankara Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara, 2011.

- Ornstein, Robert E.: **Yeni Bir Psikoloji**, çev. Erol Göka, Feray Işık, İstanbul, İnsan Yayınları, 2003.
- Osman Arpaçukuru, **Peygamberimizin Anlattığı Hikâyeler**, İstanbul, Elest Yayınları, 2005.
- Ottati, V. v.d.: "The Effect of Metaphor on Processing Style in an PersuasionTask: A Motivational Resonance Model", **Journal of Personality and Social Psychology**, sayı:77, 1999.
- Otto, Michael W. v.d.: **Stopping Anxiety Medication:Panic Control Therapy for Benzodiazepine Discontinuation: Therapist Guide**, San Antonio, Psychological Corporation, 1996.
- Otto, Michael W.: "Stories and Metaphors in Cognitive-Behavior Therapy", **Cognitive and Behavioral Practice Journal**, sayı:7, 2000.
- Öner, Uğur: "Biblioterapi", **Çankaya Üniversitesi Fen-Edebiyat Fakültesi Sanat ve Bilim Dergisi**, sayı:7, 2007.
- Özdemir, Hasan: "Mesnevî'de Rasyonellik ve Sezgisellik Çerçevesinde İnsan", **Uluslararası Düşünce ve Sanatta Mevlânâ Sempozyum Bildirileri**, Konya, Rûmî Yayınları, 2006.
- Özgülven, İbrahim Ethem: **Çağdaş Eğitimde Psikolojik Danışma ve Rehberlik**, Ankara, PDREM Yayınları, 2000.
- Özkırımlı, Atilla: **Türk Edebiyatı Ansiklopedisi**, C:3, İstanbul, Cem Yayınevi, 1984.
- Özköse, Kadir: "Mevlânâ Düşüncesinde Firkat ve Vuslat", **Tasavvuf İlmi ve Akademik Araştırma Dergisi:Mevlânâ Özel Sayısı**, sayı:14, 2005.
- Öztürk, M. Orhan: **Psikanaliz ve Psikoterapi**, Ankara, Ankara Hekimler Yayın Birliği, 1990,

- Pakalın, Mehmet Zeki: **Osmanlı Tarihi Deyimleri ve Terimleri Sözlüğü**, İstanbul, MEB Yayınları, C:2, 1993.
- Pardeck, John T.: “Bibliotherapy”, **Contemporary Education**, sayı: 65, 1994.
- Pert, C.: “Neuropeptides, Receptors, and Emotions”, **Cybernetics**, sayı:1, 1985.
- Peseschkian, Nossrat: “Positive Psychotherapy: Globalized Psychotherapy”, **Globalized Psychotherapy**, Viyana, WUV, 2002.
- : **Doğu Hikâyeleriyle Psikoterapi**, çev. Hürol Fıçıkoğlu, İstanbul, Sistem Yayıncılık, 1997.
- Reber, Arthur S.: “Psychotherapy”, **The Penguin Dictionary of Psychology**, England, Penguin Books, 1985.
- Riordan, R. J. ve Wilson, L. S.: “Bibliotherapy”, **Journal of Counseling and Development**, sayı: 67, 1989.
- Rosen, Sidney: **Sesim Seninle Her Yerde: Milton H. Erickson’un Telkin Hikâyeleri**, İstanbul, Dharma Psikoloji Yayınları, 2006.
- Rossi, E. L.: **The Collected Papers of Milton H. Erickson on Hypnosis**, New York, Irvington, C:IV, 1980.
- Sana Loue, **The Transformative Power of Metaphor in Therapy**, New York, Springer Publishing Company, 2008.
- Saruhan, Müfit Selim: **İslam Düşüncesinde İstiare (Metafor)**, Ankara, y.y., 2005.
- Sayar, Kemal: **Psikolojiye Giriş**, İstanbul, Değerler Eğitim Merkezi Yayınları, 2008.
- Schimmel, Annemarie: **Ben Rüzgarım Sen Ateş**, çev. Senail Özkan, İstanbul, Ötüken Neşriyat, 2003.

- Sepetçioğlu, Mustafa Necati: “Mevlânâ Celâleddîn Rûmî’de Hikâye”, **II. Milletlerarası Mevlânâ Kongresi**, Selçuklu Araştırmaları Merkezi Yay., Konya, 1990.
- Seymour, B. D.: **Creating Stories that Connect**, Grand Rapids, MI: Kregel Publications, 2007.
- Shah, Idries: **Caravan of Dreams**, London, Baltimore Penguin, 1968.
- Shepperson, V.: “Paradox, Parables, and Change: One Approach to Christian Hypnotherapy”, **Journal of Psychology and Theology**, sayı:9, 1981.
- Shultz, Duane P. ve Shultz, Sdney Ellen: **Modern Psikoloji Tarihi**, İstanbul, Kaknüs Yayınları, 2001.
- Sinanaoğlu, Suat: “ψυχο”, **Yunanca-Türkçe Sözlük**, Ankara, Türk Tarih Kurumu Basımevi, 1953.
- Skinner, B.F.: **Contingencies of Reinforcement: A theoretical analysis**, Englewood Cliffs, Prentice Hall, 1969.
- : **Verbal Behavior**, New York, Appleton-Century-Crofts, 1957.
- Smiga, G. M.: “There is more to the story”, U.S. **Catholic**, sayı:62, no:28-31,
- Spiegler, M.D ve Guevremont, D.C.: **Contemporary Behavior Therapy**, Albany New York, Brooks/Cole Publishing Company, 1993.
- Steward, M. T. ve Heredia, R. R.: “Comprehending Spoken Methaporic Reference: A Real Time Analysis”, **Experiment Psychology**, sayı:49, 2002.
- Stutzman, Brad: “Storytelling in Christian Education”, (Çevrimiçi)  
[http://api.ning.com/files/00FQOv5nmaZFvtFHZEHVsh\\*5ptO3fmerRmk72IiMT\\*JQChBTq8RyZx2ALHpchtg5YFhE8JQTP](http://api.ning.com/files/00FQOv5nmaZFvtFHZEHVsh*5ptO3fmerRmk72IiMT*JQChBTq8RyZx2ALHpchtg5YFhE8JQTP)

Q0Mw\*PsQas9FTr9RFKL-  
sB/StorytellinginChristianEducation.pdf, 10 Mayıs 2011.

- Şafak, Yakup: “Mesnevî’deki Hikâye Üslubuna Dair”, s. y., (çevrimiçi)  
[http://akademik.semazen.net/author\\_article\\_print.php?id=816](http://akademik.semazen.net/author_article_print.php?id=816),  
15. 08. 2011.
- Şahinoğlu, M. Nazif: “Mesnevî”, **Türk Dili ve Edebiyatı Ansiklopedisi**, İstanbul,  
Dergah Yayınları, 1998, C:6.
- Şenderin, Zübeyde: “Mesnevî’de Sûret-Mânâ Çatışması Ekseninde Anlatım  
Yöntemine Bir Bakış”, **Mevlânâ Araştırmaları-1**, ed. Adnan  
Karaismailoğlu, Ankara, Akçağ Yayınları, 2007.
- Şengül, İdris: “Kıssa”, **Türkiye Diyanet Vakfı İslam Ansiklopedisi**,  
Ankara, Türkiye Diyanet Vakfı Yayınları, 1992, C:25.
- : **Kuran Kıssaları Üzerine**, İzmir, Işık Yayınları, 1994.
- Şimşek, Selami: “Mevlânâ’da Mizah ve Nükte”, **Tasavvuf İlmi ve Akademik  
Araştırma Dergisi: Mevlânâ Özel Sayısı**, sayı: 14, Ocak-  
Haziran 2005.
- Tan, Hasan: **Psikolojik Yardım İlişkileri: Danışma ve Psikoterapi**,  
İstanbul, MEB Yayınları, 1989.
- Tan, Nail: “Mevlânâ’nın Mesnevîsi’nin Hikâye Yönünden Zenginliği”,  
**Nail Tan: Derlemeler/Makaleler**, 2.bs., Ankara, Anonim  
Edebiyat, C:II, 2007.
- TDK Türkçe Sözlük**, “Psikoterapi”, Ankara, Türk Dil Kurumu Yayınları, 1998.
- Tekin, Arslan: **Edebiyatımızda İsimler ve Terimler**, İstanbul, Bilge Oğuz  
Yayınları, 2010.

- Tevfik, Mehmet: **Ruhi Bunalmırlar ve İslam Ruhıyatı**, İstanbul, Güven Matbaası, 1985.
- Toker, Halil: “Mesnevî”, **Türkiye Diyanet Vakfı İslam Ansiklopedisi**, Ankara, Türkiye Diyanet Vakfı Yayınları, 1992, C:29.
- Usta, Mustafa: **Mesnevî’de Mevlânâ’nın Eğitim Anlayışı**, Basılmamış Doktora Tezi, M.Ü. Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul, 1989.
- Watzlawick Poul, v.d.: **Change: Principles of Problem Resolution**, Norton, New York, 1974.
- Watzlawick, Paul: **The Language of Change: Elements of Therapeutic Communication**, New York, Basic Books, 1978.
- : **Language of Change**, Basic Books, New York, 1978.
- White, W.R.: **Speaking, in Stories: Resources for Christian Storytellers**, Minneapolis MN, Augsburg Publishing House, 1982.
- Whorf, B. L.: **Language, Thought and Reality**, New York, MIT Press-Wiley, 1956.
- Wilcox, Lynn: **Sufizm ve Psikoloji**, çev. Orhan Düz, İstanbul, İnsan Yayınları, 2001.
- Yavuz, Muhsine Hekimoğlu: **Masallar ve Eğitimsel İşlevleri**, Ankara, Kültür Bakanlığı Yayınları, 2002.
- Yazıcı, Hüseyin: “Hikâye”, **Türkiye Diyanet Vakfı İslam Ansiklopedisi**, Ankara, Türkiye Diyanet Vakfı Yayınları, 1992, C:17.
- Yeniterzi, Emine: “Mevlânâ’nın Eserlerinde Öğreticilik ve Öğüt Anlayışı”, **Mevlânâ Panellerinde Sunulan Bildiriler 1**, Konya, Selçuk Üni. Araştırma Merkezi Yayınları, 2000.

- Yıldırım, Suat: “Kuran-ı Kerim’de Kıssalar”, **A.Ü. İslami İlimler Fakültesi Dergisi**, sayı:3, Ankara, 1979.
- Yılmaz, Serpil: **Mesnevî’de Geçen Hayvan Metaforlarının Tasavvufi Yorumu**, Selçuk Üniversitesi Sosyal. Bil. Enstitüsü, Konya, 2011.
- Yousofi, Gholam Hosein: “Bir Hikâyeci Olarak Mevlânâ”, **Tasavvuf İlimi ve Akademik Araştırma Dergisi: Mevlânâ Özel Sayısı**, çev. Ramazan Muslu, sayı: 14, 2005.
- Zeig, Jeffrey K.: **A Teaching Seminar with Milton H. Erickson**, New York, Brunner/Mazel, 1980.
- : **Ericksoncu Psikoterapi 1: Temel Yapılar**, İstanbul, Litera Yayıncılık, 2008.
- : **Ericksonian Approaches to Hypnosis and Psychotherapy**, New York, Bruner-Mazel, 1982.
- (çevrimiçi) <http://www.gata.edu.tr/dahilibilimler/cocukruh/psikoterapi.htm>, 15.06.2011.
- (çevrimiçi) <http://www.pozitifpsikoterapi.org/pozitifpsikoterapinedir.htm>, 15.04.2011.
- (çevrimiçi) <http://www.allpsychologycareers.com/topics/counselor-client-trust.html>, 05.09.2011.
- (çevrimiçi) [http://www.powertothrive.com/Blind\\_Men\\_and\\_Elephant.html](http://www.powertothrive.com/Blind_Men_and_Elephant.html), 01.08.2011.