

KUR'AN'DA KISSA TERAPİSİ

-Hz. Peygamberin Kissalardan Terapi Amaçlı Yardım Alması-

Abdurrahman KASAPOĞLU*

Anahtar Kelimeler: Psikoterapi, Kur'an, kıssa, biblioterapi.

Özet

Hz. Peygamber, diğer peygamberlerin kissalarında kendi benliğinin yansımalarını bulmuş ve onları örnek olarak başına gelen sıkıntıları kolaylıkla aşmıştır. Birçok sorunun çözümünde, kıssası anlatılan peygamberleri izlemiştir. Hz. Peygamberin terapi amaçlı olarak kissalardan yararlanması bütün müslümanlar için örnek alınması gereken bir uygulamadır. Müslümanlar kissalardan terapi amaçlı yararlanmayı ciddiyetle denemelidirler.

Story Therapy In Quran

Abstract

Key words: Psychotherapy, Quran, Story, Bibliotherapy.

The prophet Mohammed found clues about his own sense in other prophets' stories and took example of them during coping with the problems that he was experiencing. He followed the ways of previous prophets in solving problems. His way of taking advantage of these stories in using them as therapy should be an example. Muslims should try to get benefit from these stories seriously.

Giriş

Kur'an'da çok sayıda kıssanın yer aldığı bir gerçektir. Bunun birçok amacı olduğu genel olarak bilinen ve üzerinde durulan bir konudur. Kissaların amaçları arasında vahiy ve peygamberliğin ispatı, ilâhî dinlerin tamamının Allah tarafından gönderildiğinin kanıtlanması, bütün dinlerin ana ilkelerinin aynı olduğunun açıklanması, peygamberlerin dine davette kullandıkları vasıtaların bütünlük

gösterdiğinin belirtilmesi, Hz. Peygamberin teselli edilip gönlünün pekiştirilmesi, insanlara dersler, öğütler ve ibretler verilmesi gibi birçok hususu sayabiliriz.¹

Araştırmamızda kıssaların amaçları arasında saydığımız, Hz. Peygamberin kalbini pekiştirme ve onu teselli etme işlevini inceleyeceğiz. İnsanları dine davet ederken karşılaştığı zorlukların yarattığı sıkıntı ve stres ile başa çıkmada Hz. Peygamberin kıssalardan nasıl yararlandığını inceleyeceğiz. Hz. Peygamber örneğinden hareketle kıssalardan kaygı, sıkıntı ve stres gibi durumlarda terapi amaçlı yararlanılıp yararlanılamayacağı üzerinde duracağız.

Araştırmamızda kıssa ile terapi yöntemine benzer psikoterapi yöntemlerinin hangileri olduğu üzerinde duracağız. Kıssa ile yapılan terapinin diğer benzer terapi yöntemleriyle olan ilişkilerini değerlendireceğiz.

I. PSİKOTERAPİ YÖNTEMLERİ

Psikolojik yöntemlerle yapılan ruhsal tedavilere psikoterapi denir. Psikoterapi, fiziksel veya biyolojik anlamdan çok, psikolojik anlamda bir tedavi türüdür. Tedavide bir çok teknik kullanılır. Bu tedavi şekillerinden hangisinin kullanılacağı hastalığın durumuna göre değişir. Psikoterapiler arasında telkin ve hipnoz, destekleyici psikoterapi, analitik psikoterapi, davranış tedavileri, varoluşçu psikoterapi, grup psikoterapisi ve psikodrama gibi teknikleri sayabiliriz.² Saymış olduğumuz psikoterapi yöntemleri içerisinde konumuzla ilgisi olduğunu düşündüğümüz bazı teknikleri açıklayacağız. Bu bağlamda film, roman gibi eserlerin terapi amaçlı kullanılmasına, psikodrama tekniğine ve davranış terapileri içerisinde yer alan örnek gösterme tekniğine değineceğiz.

Bireyin okuma yoluyla kendi sorunlarını görmeye, anlamaya, deşarj olmaya ve çözüm için çareler aramaya başlamasını sağlamak gayesiyle, ruhsal konularda kaleme alınan kitaplardan, roman, öykü, maşal gibi edebî eserlerden, meşhurların hayat hikâyelerinden yararlanma yöntemine bibliyoterapi (kitapla sağaltım) adı verilir. Birey, sözünü ettiğimiz kaynakları okuyarak kendi sorunları, duyguları, algıları, iç çatışmaları hakkında bilgi edinir, yeni çözüm yolları, davranış tarzları geliştirir ve böylece kendine yardım sağlamış olur. Bu tekniğin, bireye bilgi kazandırma ve bireyi iyileştirme gibi iki yönlü işlevi olduğu görülmektedir.³

Film, roman gibi eserleri terapi amaçlı kullanmak yeni bir yöntem değildir. 1930 yılından beri Batı'da terapistler psikiyatri hastalarını tedavide romanları, hikâyeleri, şiiri tedavi sürecine katmışlardır. Filmler, bibliyoterapi (kitapla terapi) kolay ve zaman kazandırıcı yöntemlerdir. Günümüzde birçok terapist, insanların bazı ruhsal sorunlarını aşmaları için filmlerden yararlanmaktadırlar. Filmler hastanın ruh hali ile filmin içeriği arasında bağlantı kurarak örnek modeller oluşturmakta, insanlara

¹ Seyyid Kutub, *Kur'an'da Edebî Tasvir*, Çev. Mehmet Yolcu, Çizgi Yayınları, İstanbul, 1991, s. 176-190; Ayrıca bkz., Mennâ el-Kattân, *Mebâhis fi Ulûmi'l-Kur'ân*, Mektebetü'l-Maârif, Riyad, 1992, s. 317-318.

² Sibel Arkonaç, *Psikoloji*, Alfa Basım Yayım, İstanbul, 1993, s. 404; Aydın Ankaç, *Ruh Sağlığı ve Davranış Bozuklukları*, Turhan Kitabevi, Ankara, 1998, s. 218.

³ Muharrem Keçpeoğlu, *Psikolojik Danışma ve Rehberlik*, Gül Yayınevi, Ankara, 1990, s. 203; Hasan Tan, *Psikolojik Danışma ve Rehberlik*, Akıncı Yayınevi, İstanbul, 1992, 207-208; Selçuk Kantarcıoğlu, *Orta*

moral ve ümit aşulamakta, sorularına çözümler önermektedir. Filmler aracılığıyla hastalara yalnız olmadıkları öğretilmekte, başkalarının da çeşitli sıkıntılar yaşadığı, ama sonunda başarıya ulaştıkları gösterilmektedir.⁴

Sinema, hastanın bunalımlı iç dünyasıyla filmdeki karakterler ve konular arasında ilinti kurmak suretiyle, hastalara umut verecek çıkış yolları sunabilmektedir. Bazı filmler hastaların özgüvenlerini kazanmalarına yardım etmekte ve aile içi sorunların çözümüne katkıda bulunabilmektedir. Fakat filmler tek başına bir kurtarıcı olarak görülmemeli ve her filmin sağlıklı rol modelleri sunmadığı bilinmelidir.

Bazı toplumlarda, gereksinim duyulan özdeşleşmeleri sağlamak ve hayatın güçlükleriyle mücadelede edebilmek amacıyla hikâyelerden yararlanılmıştır. Psikoterapi bilimsel bir disiplin haline gelmeden önce, hikâyeler bir terapi unsuru olarak insanların iç çatışmalarıyla ilgilenmiştir. Bu yönüyle hikâyeler, halk terapisinin araçlarından birisi olmuştur.

Psikoterapinin anlaşılır olması önemlidir. Bunu sağlamanın yollarından birisi mitolojik bir hikâyeyi ya da bir imgeyi kullanmaktır. Hikâyelerin, kavramaya destek yaratma gibi önemli bir öğretici değeri bulunmaktadır. Hikâyeler doğrudan hastanın kendi çatışmaları ve zayıflıklarını ortaya koymasına yardım etmektedir. Bilinçli bir şekilde kullanılan hikâyeler, hastanın iç çatışmalarını yeni kuracağı ilişkilere taşımasını sağlamaktadır.⁵

Hikâyelerdeki imge zenginliği, muhatabın bu imgelerle daha kolay özdeşleşmesine yardımcı olur. Birey, hikâye ile bağlantı kurarak çatışmaları hakkında konuşabilir. Bilinçli bir şekilde kullanılan hikâyeler hastaya çatışmalarıyla mesafeli bir ilişki içerisinde olma konusunda destek sağlar.⁶

Hikâyeler, çatışma durumlarını ortaya koyabilen ve olası çözümler sunabilen modellerdir. İçerdikleri bu modellerle birlikte hareket eden hikâyeler öğrenmeyi kolaylaştırır. Hikâyeler, fazla bir çabaya gerek kalmadan dinleyiciye ya da okuyucuya, şartıcı gelen bir görüş değişikliği kazandırır. Bakış açısı değişikliğinin yanında, bildik durumları yeni bir açıdan görme imkanı sağlarlar.⁷

Bunlara bir örnek sayılabilecek olan, Kemalettin Tuğcu, yazdığı öyküleriyle bir öykü terapisti olarak değerlendirilmiştir. Tuğcu'nun romanlarında kahramanlar yaşadıkları sıkıntı ve zorlukları, gayret ve olağanüstü çalışkanlıkları ile aşan ve böylece başarıya ulaşan kimselerdir. Bu kahramanlar ülkemizdeki okuyucular için birer model oluşturmuşlardır.⁸

Değerli Okul Öğretmenleri İçin Rehberlik, M.E.B., İstanbul, 1998, 181; Rasim Bakırcıoğlu, *Rehberlik ve Psikolojik Danışma*, Anı Yayıncılık, Ankara, 2003, s. 169.

⁴ John W. Hestley, "Film Terapisti", *Güncel Psikoloji*, 2000, sayı: 1, s. 47.

⁵⁵ Nossrat Peseschkian, *Günlük Yaşamın Psikoterapisi*, Çev. Kıvılcım Teksöz, Beyaz Yayınları, İstanbul, 2002, s. 10.

⁶ Nossrat Peseschkian, *Doğu Hikâyeleriyle Psikoterapi*, Çev. Hürol Fıçıoğlu, Beyaz Yayınları, İstanbul, 1998, s. 35-36.

⁷ Peseschkian, *Doğu Hikâyeleriyle Psikoterapi*, s. 36, 43-44.

⁸ Özcan Ünlü, "Çocukların İlk Kişisel Gelişim Yazarı: Kemalettin Tuğcu", *Kişisel Gelişim*, 2003, Ekim sayısı, s. 49.

Psikodrama, bireyin kendinde var olduğu düşünölen bozuklukla ilgili bir konuyu, tiyatro tarzında sahnede canlandırarak, komplekslerinden kurtulma tekniğidir. Hastalar, çeşilli yaşam durumlarını ve çatışmalarını terapistin denetiminde sahneleyerek sorunları hakkında iç gözlem yapmayı ve stres gibi durumlarla başa çıkmanın yollarını öğrenirler. Psikodrama etkinliğine katılanlar, karşılaşmış oldukları sorunlarla yüz yüze gelirler ve bu durumda neler hissettiklerini açıkça görürler. Sujeler, istenildiği anda yaşanılmayan olayları bizzat yaşayarak sahnede canlandırırılar. Amaçlarına göre eğitici psikodramanın yanında teşhis ve tedavi psikodraması da vardır.⁹ Psikodramanın birçok unsuru, temel ve yardımcı teknikleri, psikodrama oturumunun belli aşamaları vardır.¹⁰

Psikodramayı izleyen kimseler kendileriyle oyuncular arasında ilişki kurarak geçici bir süre onlarla özdeşleşirler, duygu ve düşünce alışverişinde bulunurlar. İzleyiciler özdeşleştikleri oyuncuların kaygı ve sıkıntılarını benimseyerek çözüm yollarını kolaylıkla kabullenirler.¹¹

Öğrenme kuramını esas alan terapötik yöntemler, davranış terapileri içerisinde yer alır. Öğrenme kuramını esas alan terapötik yöntemlerden birisi de, örnek göstererek gerçekleştirilen tedavidir. İnsan öğrenmelerinin bir kısmı başkalarını gözleyip sonra da onları taklit etme yoluyla gerçekleşir. Tedavi edilecek bireye kazandırılacak tutum, örnek gösterilerek öğretilir. Örneğin, köpekten korkan çocuklar, köpekten korkmayan başka çocukların köpekle oynayışını seyrederek korkularından kurtulabilirler. Yine, ylılandan korkan bir kimsenin, örnek göstererek tedavi yoluyla ylılandan korkmamayı öğrendiği gözlenmiştir. Örnek alma yöntemi, sık sık rol oynamayla birlikte kullanılır.¹²

II. KUR'AN'DA HZ. PEYGAMBERİN PSİKOTERAPİ İHTİYACI VE KISSA TERAPİSİ

Kıssalar, tarihsel süreç içerisinde tevhit inancının ve değerlerinin hakim kılınması için mücadele veren peygamberlerin ve diğer değerli şahsiyetlerin hayatlarından sunulan kesitleri içerir. Kur'an, bu kıssalardan psikoterapi amaçlı olarak yararlanılabileceğine ve yararlanılması gerektiğine işaret eder.

Hz. Peygamber, peygamberlik zincirinin son halkasıdır ve diğer peygamberlerle arasında çok köklü ve güçlü bağlar mevcuttur. Bu güçlü ve köklü bağlar, peygamberlerin kıssalarının Hz. Peygamber üzerindeki terapötik etkisini artıracak niteliktedir.

⁹ Paul Foulquie, *Pedagoji Sözlüğü*. Çev. Cenap Karakaya. Sosyal Yayınları, İstanbul, 1994, s. 405; Selçuk Budak, *Psikoloji Sözlüğü*. Bilim ve Sanat Yayınları, Ankara, 2000, s. 621; Akif Ergin, *Öğretim Teknolojisi*, Anı Yayıncılık, Ankara, 1998, s. 101.

¹⁰ Bkz., Deniz Altınay, *Psikodrama Grup Psikoterapisi*, Sistem Yayıncılık, İstanbul, 1998, s. 7-46.

¹¹ Özcan Köknel, *Genel ve Klinik Psikiyatri*, Nobel Tıp Kitabevi, İstanbul, 1989, s. 322; Köknel, *Kaygıdan Mutluluğa Kişilik*. Altın Kitaplar Yayınevi, İstanbul, 1982, s. 400-401.

¹² Rita L. Atkinson ve diğerleri, *Psikolojiye Giriş*, Çev. Kemal Atakay ve diğerleri, Sosyal Yayınlar, İstanbul, 1995, II/666-672; Doğan Cüceloğlu, *İnsan ve Davranışı*, Remzi Kitabevi, İstanbul, 1993, s. 493; Arkonaç, a.g.e., s. 408.

Terapi amaçlı olarak kullanılacak metin (kıssa, hikâye, film, vs.) ile terapiye ihtiyaç duyan kimsenin sorunları arasında azami bir ilişkinin bulunması dikkate alınmalıdır. Kur'an'ın terapi amaçlı olarak Hz. Peygambere sunduğu kıssalar, onun yaşadığı sorunlarla, başına gelen sıkıntı ve kaygılarla tam bir örtüşme içerisindedir. Bu, kıssanın terapötik özelliğini güçlendirebilecek bir durumdur.

Kıssa yoluyla yapılan anlatım, konuların kavranmasına destek sağlamış ve gerçekleştirilmek istenen psikoterapinin kolayca anlaşılmasına imkân tanımıştır. Bu açıdan bakıldığında Hz. Peygamber'in kıssalardan terapi amaçlı yararlanması çok kolay olmuştur. Söz konusu kolaylık, kıssa terapisinin avantajlı yanlarından birisidir.

Kıssalar, Hz. Peygamberin diğer peygamberlerle kolay bir şekilde özdeşleşmesini sağlamıştır. O, kıssalarda anlatılanlarla bağlantı kurarak sıkıntılarını aşma imkanı bulmuştur. Kıssalar, bir peygamberin karşılaşacağı sıkıntılar ve bunların çözümlerine dair modeller sunmuşlardır. Bu modellerle birlikte hareket etmek Hz. Peygamberin sorunlarını çözmesine yardımcı olmuştur.

Kur'an'ın kıssalar aracılığıyla gerçekleştirmeyi amaçladığı terapi, "benzerler yoluyla terapi" ya da "örnek göstererek sağlanan terapi"ye benzemektedir. Yine Kur'an, kıssa aracılığıyla gerçekleştirmeye çalıştığı terapiyi "güdümlü psikoterapi" ile desteklemektedir.

Araştırmamızda, kıssanın terapi amaçlı kullanılmasını ele almadan önce, Hz. Peygamberin kıssa terapisine neden ihtiyaç duyduğunu açıklayan âyetleri inceleyeceğiz. Terapi konusundan önce, terapiye ihtiyaç gösteren sorunların teşhisini yapmaya çalışacağız. Araştırmamızın bu bölümünü iki başlık altında oluşturacağız. Birinci başlıkta Hz. Peygamberin yaşadığı stres ve kaygıyı, ikinci başlıkta, onun maruz kaldığı stres ve kaygının terapisini konu edineceğiz.

A. Hz. Muhammed'in Maruz Kaldığı Stres ve Kaygı

Bir toplumun inanç ve davranış sisteminde köklü değişiklikler yapmak amacıyla onların karşısına tek başına çıkmak, büyük riskleri de beraberinde getirir. İnanç ve geleneklerin değiştirmemekte kararlılık gösteren ve direnen toplum, kendisini değiştirmek isteyen üzerinde baskı kurabilir. Nitekim Câhiliye geleneğini değiştirip yerine İslâm inancını getirmek üzere başlangıçta tek başına yola çıkan Hz. Peygamber de içinde yaşadığı toplumun maddî ve manevî baskısına maruz kalmıştır.

Hız. Peygamber, halkını İslâm dinine çağırmaya başlamasından itibaren akla gelebilecek her türlü baskıyla karşılaşmıştır. Ona karşı çıkan insanlar, propaganda savaşı, ekonomik savaş, psikolojik savaş, fiziksel eziyet ve işkenceler, siyasi savaş gibi bütün baskı ve yıkılma yöntemlerine başvurmuşlardır.¹³ Hz. Peygamberin yaşadığı baskı süreci, yakın çevresine İslâm dinini açıktan anlatmasıyla başlamıştır. Bu karşılaşmaların ilkinde Ebû Leheb, uygunsuz sözleri ve hakaretleriyle Hz. Peygamberin kalbini kırmıştır. Yine Hz. Peygamber Tâif yolculuğu sırasında acıların

¹³ Mahmud Şakir, *Hız. Adem'den Bugüne İslâm Tarihi*, Çev. Ferit Aydın, Kahraman Yayınları, İstanbul, 1993, 1/253-268.

en büyüğünü yaşamıştır.¹⁴ Hz. Peygamber Mekke döneminde, verdiğimiz bu iki örmekteki gibi çok sayıda saldırı ve baskıyla karşı_karşıya gelmiştir. Onun, çevresinden gördüğü bu tür sıkıntılar, Medine döneminde de devam etmiştir.

Herkes gibi bir insan olan Hz. Peygamber, kendisine yapılan baskılar karşısında kaygılanmış, üzölmüş, sıkıntı ve stres yaşamıştır. Fakat burada şu hususu belirlemekte yarar vardır: Hz. Peygamberin yaşadığı sıkıntı ve stres gibi durumlar, onun ruh sağlığının bozulduğu ve kendini kaybettiği anlamına gelmez. O, bir peygamber olmasına ve ilâhî yardımla desteklenmesine rağmen psikoterapiye ihtiyaç duymuştur. Yüce Allah, Hz. Peygamberi her zaman manevî olarak desteklemiştir. Bununla birlikte onun kıssalardan yardım almasını dilemiştir. Kıssaların sağladığı destekle hem Hz. Peygamberin morali yükselmiş hem de bu yönüyle o bütün Müslümanlara örnek olmuştur.

Kur'an, birçok âyette Hz. Peygamberin Mekke halkını İslâm dinine davet ederken zorluklar yaşadığını ve yaşadığı bu zorlukların strese, kaygıya yol açtığını açıklar. Bu âyetlerden birinde Hz. Peygamberin göğsünün daraldığı belirtilir: "*Ant olsun, onların söylediklerine senin göğsünün daraldığını (canının sıkıldığını) biliyoruz.*"¹⁵

İnkârcıların alaycı, aşağılayıcı tutumlarından ve Kur'an'ı reddetmelerinden dolayı Hz. Muhammed'in göğsü daralmış, üzüntü içerisinde kalmıştır. Çünkü inkârcıların olumsuz tutum ve davranışları insan doğasının etkileneceği, ıstırap duyacağı türdendi.¹⁶

Bir başka âyette Hz. Peygamberin yaşadığı stres ve kaygı "üzüntüden helak olmak" şeklinde dile getirilir: "*Herhalde sen, inanmıyorlar diye üzüntüden kendini helâk edeceksin!*"¹⁷ Zira Hz. Peygamber, putperest Mekkelilerin ilâhî mesajlara inanmamaları yüzünden derin bir kaygı duymuş ve ıstırap çekmiştir.¹⁸

Kur'an, Hz. Peygamberin yaşadığı sıkıntıyı "kendini helâk etmesi" şeklindeki ifadeyle tekrar eder: "*Herhalde sen, inanmıyorlar diye neredeyse kendini helâk edeceksin!*"¹⁹ Âyette geçen "*bâhiu'n-nefsek*" ifadesi, zâhirî olarak "kendini öldürecekisin" anlamına gelir. Mekkelî inkârcıların tutumları yüzünden Hz. Peygamber zaman zaman sanki kendini öldürecekmiş gibi üzüntü ve ıstırap duyardı. "*Bâhiu'n-nefsek*" ifadesi, Mekkelî inkârcıların ilâhî mesaja karşı inatçı tavır almaları ve karşı

¹⁴ Muhammed ibn Sa'd, *Tabakâtü'l-Kübrâ*, Beyrut, tsz., I/200; Ebü Muhammed Abdü'lmelik ibn Hişâm, *es-Siretü'n-Nebeviyye*, Mısır, tsz., 1936, II/62.

¹⁵ Hicr, 15/97.

¹⁶ Muhammed ibn Ali ibn Muhammed eş-Şevkânî, *Fethu'l-Kadir*, el-Mektebetü'l-Asriyye, Beyrut, 1995, III/179; Muhammed Cemâlüddin el-Kâsimî, *Tefsiru'l-Kâsimî*, Dâru l-hyâ'it-Turâsî'l-Arabi, Beyrut, 1994, IV/500; Ömer Nasuhî Bilmen, *Kur'anı Kerim'in Türkçe Meali Âlisi ve Tefsiri*, Bilmen Yayınevi, İstanbul, 1985, IV/1750.

¹⁷ Kehf, 18/6; Ayrıca bkz., Fâtr, 35/8.

¹⁸ Muhammed ibn Muhammed ibn el-Muhtâr eş-Şankitî, *Advâu'l-Beyân fi İzâhi'l-Kur'an bi'l-Kur'an*, Dâru'l-Fikr, Beyrut, 1995, III/202; Abdurrahman ibn Nâsir es-Sa'dî, *Tefsiru'l-Kerimî'r-Rahmân fi Tefsiri Kelâmi'l-Mennân*, Müessesetü'r-Risâle, Beyrut, 1996, s. 420; Muhammed Esed, *Kur'an Mesajı*, Çev. Cahit Koytak, Ahmet Ertürk, İşaret Yayınları, İstanbul, 1997, s. 586.

¹⁹ Suarâ, 26/4.

çıkmaları yüzünden Hz. Peygamberin hissettiği aşırı üzüntü ve kederi tasvir etmektedir.²⁰

Bir başka âyette Yüce Allah, inkârcı kimselerin sözlü satışmalarının peygamberin iç dünyasında meydana getirdiği üzüntüye vurgu yapar: *"Biliyoruz, onların dedikleri elbette seni üzüyor, gerçekte onlar seni yalanlamıyorlar, fakat o zalimler bile bile Allah'ın âyetlerini inkâr ediyorlar."*²¹ Mekkeli inkârcılar Peygamberi yalanlayan veya yeren sözleriyle, onun üzüntü ve elem duymasına sebep olmuşlardır.²²

Kur'an, Mekkeli inkârcıların sözlü olarak Hz. Peygambere satışırken kullandıkları ifadelerden bazı örnekler aktarır: *"Herhalde sen; "ona bir hazine indirilmeli veya beraberinde bir melek gelmeli değil miydi?" demelerinden ötürü, sana vahyolunanın bir kısmını (duyurmayı) terk edeceksin ve bununla göğsün daralacak (sıkılacaktır); ama sen sadece bir uyarıcısın (böyle sözlere aldırma), her şeye vekil olan Allah'tır."*²³ Mekke halkının büyük çoğunluğu Hz. Muhammed'in getirdiği ilâhî mesajlara karşı düşmanca tavır almışlardır. Mesajı bastırabilmek için eziyet ve işkenceye, istihzaya başvurmışlar, saçma itirazlarda ve haksız suçlamalarda bulunmuşlardır. Bu durumun Hz. Peygamberin sıkılıp (göğsünün daralıp) çekinmesine, umutsuzluğa düşmesine, direncini yitirmesine ve insanları hak dine davetten geri durmasına yol açabilirdi. Yüce Allah, Hz. Muhammed'den inkârcıların olumsuz tavırlarına aldırmadan, ilâhî mesajları yaymaya devam etmesini istemektedir.²⁴ Yüce Allah'ın bu isteği Hz. Peygamber için bir tür güdümlü psikoterapi işlevi görmektedir.²⁵ Yüce Allah, burada Hz. Peygambere karşı emredici, ikna edici bir üslup kullanmaktadır. Peygamber üzerinde kurduğu otoriteyi kullanarak, yaşadığı sıkıntılarının geçici olduğu ve bunlara aldırması gerektiği noktasında ona telkinde bulunmaktadır.

Mekke halkının büyük çoğunluğu Hz. Peygamberin getirdiği mesajlara inanmamışlar, düşmanlık göstermişler, alaycı ve aşağılayıcı bir tutum içerisine girmişlerdir. Bütün bu yaşadıkları karşısında Hz. Peygamber aşırı üzüntü, ıstırap ve derin kaygı duymuş, canı sıkılıp göğsü daralmıştır. Yüce Allah, onun içinde bulunduğu sıkıntı ve kaygıları aşabilmesi için, diğer peygamberlerin kıssalarını

²⁰ el-Kâdi Nâsiruddîn el-Beydâvi, *Envârü't-Tenzil ve Esrârü't-Te'vil*, Dâru'l-Kütübü'l-İlmiyye, Beyrut, 1988, II/150; Abdullah ibn Ahmed en-Nesefî, *Medâriku't-Tenzil ve Hakâiku't-Te'vil*, Dâru'n-Nefâis, Beyrut, 1996, III/260; Ebu'l-A'lâ el-Mevdûdî, *Tefhimu'l-Kur'an*, Çev. Muhammed Han Kayani ve diğerleri, İnsan Yayınları, İstanbul, 1989, IV/12.

²¹ En'am, 6/33.

²² İmâduddîn Ebu'l-Fidâ İsmail ibn Kesir, *Tefsiru'l-Kur'âni'l-Azîm*, Dâru'l-Ma'rife, Beyrut, 1997, II/134; Muhammed Mahmûd Hicâzi, *et-Tefsiru'l-Vâzih*, Dâru'l-Ciy, Beyrut, 1991, II/605.

²³ Hûd, 11/12.

²⁴ Ebu'l-Kâsım Cârullah Muhammed ibn Ömer ez-Zemahşerî, *el-Keşşâf an Hakâiku Gavâmizi't-Tenzil*, Dâru'l-Kütübü'l-İlmiyye, Beyrut, 1995, II/367-368; Mevdûdî, a.g.â., II/355; Elmalılı Muhammed Hamdi Yazır, *Hak Dini Kur'an Dili*, Eser Neşriyat, İstanbul, tsz., IV/2769; Muhammed Ali es-Sâbüni, *Safvetü't-Tefâsir*, Dâru'l-Fikr, Beyrut, tsz., II/8-9.

²⁵ Güdümlü psikoterapide terapist sık olarak ikna edici ve emredici taktikler kullanır. Terapist, hastanın üzerinde kurmuş olduğu otoritesini kullanarak, hastasına, yaşamakta olduğu huzursuzlukların geçici olduğunu açıklar, onu bunlar üzerinde durmaması gerektiğine ikna eder.' (Kriton Dinçmen, *Deskriptif Psikiyatri*, Ar Yayın Dağıtım, İstanbul, 1981, s. 387; İsmail Çifter, *Psikiyatri*, Gazi Ü. Basın Yayın Yüksek Okulu Basımevi, Ankara, tsz., s. 863)

anlatmıştır. Böylece anlatılan kıssalar Hz. Peygambere moral ve teselli kaynağı olmuştur.

B. Kıssa Terapisi

Kur'an'dan elde ettiğimiz verilere göre, kıssaların Kur'an'da bulunuşunun amaçlarından en önemlisi, Hz. Peygamber ve ona inananlar üzerindeki psikolojik baskının hafifletilmesidir. Mekkeli müşriklerin sözlü sataşmaları, Hz. Peygambere ve ilâhî mesajlara karşı olumsuz tutum ve davranışları peygamber ve mü'minler üzerinde derin izler bırakmış, onları strese²⁶ sokmuştur. Müşriklerin psikolojik baskısı, yüzeysel bir stresle sınırlı kalmamış, ileri derecede kaygıya yol açmıştır.²⁷ Ortaya çıkan kaygı durumunun aşılabilmesi için Kur'an'ın önerdiği çözüm yollarının başında kıssa ile terapi gelmektedir:

*"Peygamberlerin haberlerinden, senin kalbini sağlamaştıracak her şeyi sana anlatıyoruz, (ki kavminden gördüğün haksız davranışlara karşı kalbin kuvvet bulsun, ruhun açılsın. Bunda da sana hak ve inananlar için öğüt ve ibret gelmiştir."*²⁸

Yüce Allah, Hz. Muhammed'e önceki peygamberlerin ve halklarının başından geçen olayları, peygamberlerin halkın yalanlama ve eziyetlerine katlanmalarını, Allah'ın peygamberleri ve onlara uyanları başarıya ulaştırmasını konu edinen kıssaları Kur'an'da anlatmıştır. Kıssaların Kur'an'da anlatılmasının amaçlarından birisi "peygamberin kalbini tesbît"tir. Yüce Allah anlattığı kıssalarla, peygamberlik görevini yapan, insanları dine çağıran Hz. Muhammed'in sabrını artırmak, karşılaştığı sıkıntılara katlanabilmesini sağlamak istemiştir. Şöyle ki, önceki peygamberler, halklarının yapmış olduğu pek çok işkenceye tahammül etmişler, onların yalanlamaları karşısında sabırlı davranmışlardır. Bunun karşılığında Allah peygamberleri başarıya ulaştırmış, düşmanlarını da bozguna uğratmıştır. Bu durumda diğer peygamberlerin başından geçenler Hz. Muhammed için örnek alınacak modellerdir.²⁹

Bir sıkıntıyla karşılaşan kimse, başkalarının da aynı sıkıntıyla karşılaştığını gördüğünde, yaşadığı sıkıntılar ona ağır gelmez. Nitekim bu bağlamda, "sıkıntı paylaşıldıkça azalır" denilmiştir. Önceki peygamberlerin ve halklarının başından geçenleri öğrenen Hz. Muhammed de, kendi halkından çektiği eziyetlere kolaylıkla

²⁶ İnsanın iç ve dış ortamlardan aldığı uyarılar bedensel ve ruhsal dengesini etkiler. Bunun yanında insanda bilinçli ya da bilinç dışı işlev gören sistemler bedensel ve ruhsal dengeyi korumak ve devam ettirebilmek için çaba harcarlar. Harcanan çabaların yetersiz kalması halinde insanın dengesi ve uyumu bozulur. Bozulan uyum sonucu stres belirtileri ortaya çıkar. Stresle başetmek, onu azaltmak ya da ortadan kaldırmak için insanın yeni davranış kalıpları kazanması ve bunları benimsemesi gerekir. (Özcan Köknel, *Günlük Hayatta Ruh Sağlığı*, Alfa/Aktüel Kitabevleri, İstanbul, 1999, s. 360; George Morgan, *İş Yaşamında Stresle Başa Çıkmanın Yolları*, Çev. Şebnem Çağla, Ruh Bilim Yayınları, İstanbul, 1993, s. 129)

²⁷ Muhammed Ahmed Halefullah, *Kur'an'da Anlatım Sanatı*, Çev. Şaban Karataş, Ankara Okulu Yayınları, Ankara, 2002, s. 239-240.

²⁸ Hüd, 11/120. Mutasavvıflar bu ve benzeri ayetleri delil göstererek tasavvufî menkıbeleri de kıssalar gibi değerlendirmişlerdir. (Abdulkerim Kuşeyri, *Kuşeyri Risalesi*, Çev. Süleyman Uludağ, Dergâh Yayınları, İstanbul, 1999, s. 285-286) Menkıbelerde velilerin örnek davranış ve yaşam şekilleri anlatılmış, söz ve tavsiyeleri nakledilmiştir. (Süleyman Uludağ, *Tasavvuf Terimleri Sözlüğü*, Marifet Yayınları, İstanbul, 1977, s. 358) Tasavvuf geleneğinde pek çok davranış bozukluğunun düzeltilmesinde ve olumsuz karakterlerin tedavisinde menkıbelerden yararlanılmıştır. (Bkz., Hâris el-Muhâsibî, *er-Riâye*, Çev. Şahin Filiz, Hülya Küçük, İnsan Yayınları, İstanbul, 1998)

göğüs gerebilmiştir.³⁰ Başına gelen zorluklar onu üzmüş, bir peygamber olsa da yalnızlık, tek başınalık duygusuna itmiştir. Fakat önceki peygamberlerin de benzer sıkıntılarla karşılaştığını öğrendiği zaman bu meselede yalnız olmadığını fark ederek teselli bulmuştur.³¹

Kişinin kendisiyle başkaları arasında karşılaştırmalar yapması stresle başa çıkma stratejilerinden birisidir. Birey kendisiyle aynı sorunları yaşayan ve daha zor durumda bulunan kimseleri göz önüne aldığı anda kendi durumunun düşündüğü kadar kötü olmadığını fark eder. Birtakım sorunları sadece kendisinin yaşamadığını bilmek, kendisini daha iyi hissetmesini sağlar. Bu tür tedavi biçimine "**benzerler yoluyla terapi**" adı verilir. Terapiye ihtiyaç duyan bireye, yaşadığı sorunların yalnızca kendisine özgü olmadığı gösterilmeye çalışılır. Hastaya, benzer sıkıntıları yaşayan diğer insanlardan örnekler verilir, böylece hastada paylaşma duygusu yaratılır.³² Hz. Peygamber, içinde yaşadığı toplumdan birileriyle olmasa da, tarihin belli döneminde kendisiyle aynı sıkıntıları yaşayan peygamberlerle kader birliği yaptığını hissetmiştir. Kıssalar aracılığıyla diğer peygamberlerin durumları Hz. Peygambere aktarılınca, yaşadığı sıkıntıların sadece kendi başına gelmediğini öğrenmiştir.

Âyette geçen "*nüsebbite bihî fuâdek*" ifadesi, kıssalar sayesinde peygamberin kendini iyi hissetmesini sağlamak, kalbini güçlendirmek, takviye etmek, kaygısını giderip rahallatmak, gönlünü yatıştırmak ve teselli etmek anlamlarına gelir.³³

Kur'an, Hz. Muhammed'in insanları hak dine davet ederken birtakım sıkıntı ve zorluklarla karşı karşıya geleceğini, bu zorlukların onda üzüntü ve kaygıya yol açacağını şu âyette ima eder: "*Tâ, Hâ. (Ey Muhammed), biz bu Kur'an'ı sana güçlük çekesin diye indirmedik.*"³⁴

Bu ve benzer âyetlerden anlaşıldığına göre, Kur'an'ın indiriliş amacı, Hz. Peygambere zor bir görev yüklemek, ondan inatçı ve önyargılı insanların kalbine Kur'an'ı sokmasını istemek, böylece onu baskı altında bırakmak değildir. İnkârcıların iman etmeyişleri peygamberi aşırı esef ve tahassüre maruz bıraksın diye Kur'an vahyedilmemiştir. Yüce Allah bu açıklamayı yaparak Hz. Peygamberin üzülmemesini, gönlünün daralmamasını istemektedir.³⁵ Âyette, Hz. Muhammed'in üzülmemesi gerektiğini belirtildikten sonra, Kur'an'ın vahyediliş amacından ve Allah'ın bazı

²⁹ İbn Kesir, a.g.e. II/482; Ahmed Mustafa el-Merâğî, *Tefsiru'l-Merâğî*, Dâru'l-Kütübü'l-İlmiyye, Beyrut, 1998, IV/368; Vehbe ez-Zuhayli, *et-Tefsiru'l-Münir*, Dâru'l-Fikr, Beyrut, 1991, XII/184.

³⁰ Fahrreddin er-Râzi, *et-Tefsiru'l-Kebir*, Dâru'l-İhyâ'ü'l-Turâsî'l-Arabî, Beyrut, 1997, VI/412.

³¹ M. Said Şimşek, *Günümüz Tefsir Problemleri*, Esra Yayınları, İstanbul, 1995, s. 247.

³² Muhammed Ecmel, "Sufi Ruh Bilimi" Sufi Psikolojisi, Haz. Kemal Sayar, İnsan Yayınları, İstanbul, 2000, s. 85; İnayet Pehlivan, *İş Yaşamında Stres*, PeGemA Yayıncılık, Ankara, 2000, s. 169.

³³ Ebû Abdullah Muhammed İbn Ahmed el-Kurtûbî, *el-Câmiu li Ahkâmî'l-Kur'an*, Dâru'l-Kütübü'l-İlmiyye, Beyrut, 1993, IX/77; Ebu'l-Hasen Ali İbn Muhammed İbn Habib el-Mâverdi, *en-Nüket ve'l-Uyûn*, Dâru'l-Kütübü'l-İlmiyye, Beyrut, tsz., III/512; İsmâil Hakkî el-Bursevî, *Tefsiru Ruhu'l-Beyân*, Mektebetü Eser, İstanbul, 1389 h., IV/203; İzzet Derze, *et-Tefsiru'l-Hadis*, Çev. Mustafa Altınkalya ve diğerleri, Ekin Yayınları, İstanbul, 1998, II/497.

³⁴ Tâhâ, 20/1-2; Ayrıca bkz., A'râf. 7/2.

³⁵ Şankitî, a.g.e., IV/4; Kâsîmî, a.g.e., VI/94-95; Seyyid Kutub, *Fi Zilâli'l-Kur'an*, Dâru's-Şurûk, Kahire, 1997, IV/2327; Mevdudî, a.g.e., III/219.

sıfatlarından söz edilir.³⁶ Hemen ardından Hz. Mûsâ'nın hayatından uzunca bir kesit sunulur.

Kur'an, Hz. Muhammed'in üzüntüsünü hafifletmek, kaygısını gidermek için kıssa yoluyla terapiye başvurur. İnsanları dine davet ederken sıkıntı ve zorluklara katlanmak durumunda kalan bir başka peygamberin -Hz. Mûsâ'nın- hayatından aktardığı bazı kesitleri sahneye koyar. Hz. Muhammed'e, "*Mûsâ'nın haberi sana geldi mi?*"³⁷ sorusunu soran Kur'an, Hz. Mûsâ'nın başından geçenleri anlatmaya başlar.

Yüce Allah, Kur'an'ın önemine ve Hz. Peygamberin yaşadığı sıkıntılara vurgu yaptıktan sonra, peygamberlik görevinin ağırlığına dayanma konusunda moral bulması ve teselli olması için Hz. Mûsâ kıssasını anlatmıştır. Hz. Mûsâ'nın yaşadığı sıkıntı ve zorlukları anlatarak, Hz. Muhammed'in kalbini güçlendirmek, başına gelen zorluklara sabretmesini kolaylaştırmak istemiştir.³⁸

Hz. Muhammed'in dini insanlara tebliğ aşamasında başına gelen sıkıntılar karşısında terapi amaçlı yardım alabileceği, başvurabileceği kıssalardan birisi Nûh kıssasıdır.³⁹ Bu kıssada, Hz. Muhammed'in İslâm'a davetinin ilk aşamasında maruz kaldığı sıkıntıların benzerini Hz. Nûh'un yaşadığına rastlarız. Nûh kıssasındaki genel hava, Hz. Muhammed'in ilk peygamberlik yıllarında yaşadığı sıkıntı ve kaygı yaratan ortamı tasvir eder gibidir. Her iki peygamberin yaşadıkları arasında tam bir örtüşmenin, çakışmanın olduğu gözlenir. Nûh kıssasını gözünde canlandıran Hz. Muhammed, kendi benliğinin yansımaları bu kıssada bulabilmiştir. Bu ve benzer kıssalar sayesinde Hz. Peygamberin çektiği sıkıntılar hafiflemiş, kalbine güven ve huzur gelmiş, tevhit mücadelesinde tek başına olmadığını görmüştür.⁴⁰

Bir karşılaştırma yapacak olursak, Hz. Nûh'a yapılan itirazların benzerlerinin Hz. Muhammed'e de yapıldığını görürüz. Hz. Nûh'un getirdiği mesajlara karşı çıkılmış, kibir ve ihtiyaçsızlık tavrı sergilenmiştir. Hz. Muhammed'in halkı da aynı tavırla, ilâhî mesajdan kaçınmıştır. Hz. Nûh'a itiraz edenlerin başında toplumun önde gelen insanları vardı. Hz. Muhammed'e de en büyük zorluğu, halkın önde gelenleri çıkarmışlardır. Toplumun lider ve varlıklı kesimi insanlara putlara tapınma yönündeki inançlarına bağlılık göstermeleri için baskı yapmışlardır. Halk da bu varlıklı sınıfın yolundan gitmiştir. Aynı durum, Hz. Muhammed'in peygamberlikle görevlendirildiği toplum için geçerlidir. Hz. Nûh'un kavminin ileri gelenleri onun getirdiği mesaja karşı çıkmakla yetinmemiş, onunla alay etmişlerdir. İslâm'a davet sırasında alaya maruz kalmak Hz. Peygamberin de başına en çok gelen durumlardandı.⁴¹

Kur'an kıssalarının Hz. Peygamber üzerinde olumlu katkı yaptığı kesindir. Bu durumu onun bizzat tecrübe ettiği bir yaşantı ile örneklemememiz doğru olur: Hz. Peygamberin ganimet paylaşmasını "Allah'ın rızasına uygun değildir" diyerek yadırgayan bir kimsenin yaptığı açıklama, onu kızdırmış, yüzünün renginin atmasına

³⁶ Bkz., Tâhâ, 20/3-8.

³⁷ Tâhâ, 20/9; Hz. Mûsâ'nın yaşadığı zorluk ve sıkıntılar için bkz., Tâhâ, 20/9-99.

³⁸ Zemahşerî, a.g.e., III/51; Râzî, a.g.e., VIII/15; Neseî, a.g.e., III/77-78.

³⁹ Nûh, 71/1-28; Hûd, 11/25-34.

⁴⁰ Halefullah, a.g.e., s. 241-244.

⁴¹ M. Sait Şimşek, *Kur'an Kıssalarına Giriş*, Yöneliş Yayınları, İstanbul, 1993, s. 76-77; Halefullah, a.g.e., s. 243.

sebepe olmuştur. Hz. Peygamber yaşamış olduğu bu gerilimi, "Allah Müsâ'ya rahmet etsin, o, bundan daha ağır sözlerle itham edildi, fakat sabretmesini bildi" diyerek aşmıştır.⁴² Hz. Peygamberin kızgınlığı ev yüzünün renginin atması, kendisine yöneltilen ithamın onda stres ve gerilime yol açtığını göstermektedir. Hz. Peygamber kendi durumuyla Hz. Müsâ'nın durumu arasında benzerlik kurmuş ve Hz. Müsâ'nın davranış biçimini kendine örnek almıştır yani başına gelenleri sabırla karşılamıştır.

Hz. Peygamber Mekkeli müşriklerin psikolojik baskılarına maruz kalırken, ona iman edenler de aynı baskılar altında eziyet görmekteydiler. Onların da terapiye, morale ihtiyaçları vardı. Hz. Peygamberi teselli eden kıssalar fiziksel ve psikolojik baskıya maruz kalan mü'minler için de moral kaynağı olmuştur. Onlar da kendilerini, diğer peygamberlerin baskı ve işkence gören, ama sabredip başarıya ulaşan müntesipleriyle özdeşleştirmişlerdir.⁴³

Sonuç

Kur'an'daki kıssa terapisine benzer özellik taşıyan terapi yöntemlerinden bazılarını –film ve roman gibi eserlerle terapi, psikodrama, örnek göstererek gerçekleştirilen terapi- zikretmekle, bunların birer kıssa terapisi olduklarını söylemek istemiyoruz. Belirtmek istediğimiz husus, Kur'an'ın kullandığı kıssa terapisinin ilke yöntemlerinin günlük hayatta kullanılan bazı yöntemlerle bazı açılardan benzerlik göstermesidir. Kıssa ile yapılan terapiye, günümüzde kullanılan terapi yöntemlerinden birinin adını vermek yerine, "kıssa terapisi", demeyi önerebiliriz.

Kıssa ile terapi yöntemi, takip edilen yol ve sonuç bakımından film, roman ve hikaye gibi araçlar vasıtasıyla yapılan terapilerle benzerlik göstermektedir. Terapiye ihtiyacı olan birey film, roman ya da kıssanın içeriği ile kendi ruh hali arasında bağlantı kurar, sorunlarına çözümler bulur. Terapi gören kimse bu yöntemi kullanarak yalnız olmadığını, herkesin bir şekilde sıkıntıyla karşılaşabileceğini kabullenir. Hz. Peygamber, diğer peygamberlerin kıssalarında kendi benliğinin yansımaları ile karşılaşmış, onları kendine model edinmiş, başına gelen sıkıntıları kolaylıkla aşmıştır.

Psikodramada rol alan kimseler stres gibi durumlarla başa çıkmanın yollarını sahnede canlandırarak öğrenirler. Kıssa ile terapide böyle bir durum söz konusu değildir. Fakat psikodramayı izleyen kimseler kendileriyle oyuncular arasında ilişki kurarlar, onlarla geçici bir özdeşleşme yaşarlar. Özdeşleştikleri oyuncuların kaygı ve sıkıntılarını benimseyerek, onların çözüm yollarını kabul ederler. Aynı şekilde bir kıssayı izleyen Hz. Peygamber, kıssanın kahramanı olan peygamberle kendini karşılaştırmakta ve onun takip ettiği çözüm yollarını denemektedir.

İnsanlar bazı sorunlarını, başkalarını gözleyip onları model almak ve onlarla özdeşleşmek suretiyle aşabilirler. Buna, örnek gösterilerek yapılan terapi adının verildiğini belirtmiştik. Kıssa ile terapide de Hz. Peygamberin diğer peygamberlerin tutum ve davranışlarını örnek alarak sorunları aşmaya çalıştığını görmüştük. Taklit yoluyla sorun çözme açısından kıssa yoluyla terapi ile örnek gösterilerek yapılan terapi arasında yöntem benzerliği bulunmaktadır. Aralarındaki fark ise, birinin geçmiş

⁴² Muhammed ibn İsmail el-Buhâri. *es-Sahih*, Enbiya 27, Meğâzi 56, Edeb 53, 71.

tarihte yaşanmış bir olayı, diğerinin yaşanmakta olan günlük bir hadiseyi taklit etmesidir.

Kur'an, kıssa ile terapi örneğini Hz. Peygamberin şahsında gündeme getirmiştir. Ancak, kıssaların terapi işlevleri sadece Hz. Muhammed için değil, ona iman eden mü'minler hakkında da geçerlidir. Kıssalardan terapi amaçlı olarak yardım alan mü'minler sadece Hz. Peygamberin çağdaşları ile sınırlamak doğru olmaz. Her dönemde mü'minlerin Kur'an kıssalarından terapi amaçlı yararlanabileceğini belirtebiliriz. Özellikle Kur'an, Hz. Peygamberin şahsında olsa bile, kıssa yoluyla terapinin imkanını ortaya koymaktadır. Bu ilkeden hareketle her çağda mü'minler kıssa ile terapi yöntemi geliştirebilirler. Hayatın herhangi bir alanında yaşanan sıkıntıya, o alandaki sorunları ve çözümlerini konu edinen kıssalar ile terapi yapılması denenebilir. Kur'an'ın evrenselliği böyle bir uygulamayı destekler.

Kur'an kıssalarında rol alan kahramanlar ve diğer şahıslar tarihte yaşamış gerçek kişilerdir. Yine kıssalarda anlatılan olaylar gerçekten yaşanmıştır. Kişilerin ve olayların gerçekliği, kıssayı izleyen kimseler üzerinde daha büyük ve kalıcı etki bırakır. Oysa film ve roman terapilerinin etkisi bu kadar güçlü ve kalıcı olmayabilir. Çünkü anlatılan olaylar gerçek olmayıp gerçeğe uygun olarak tasarlanmıştır. Ayrıca filmdeki rolüyle, gerçek hayattaki davranışları çelişen oyuncular izleyicilerin zihninde karmaşaya ve hayal kırıklığına yol açabilmektedirler. Bu durum filmin terapi etkisini zayıflatılmakta, hatta ortadan kaldırılabilmektedir.

⁴³ Muhammed Kutub, *Kur'an Araştırmaları*, Çev. Akif Nuri, Fikir Yayınları, İstanbul, 1981. //165.