

Yas Sürecindeki Müslüman Danışanlar İçin Kur'an'dan Bibliyoterapik Bir İçerik: "Bilge Kişi-Musa" Kıssası

A Bibliotherapeutic Content From the Quran for Muslim Clients in the Mourning Process: The Wise Person-Musa Parable

Süleyman DOĞANAY^{ID}

Niğde Ömer Halisdemir Üniversitesi, İslami İlimler Fakültesi, Felsefe ve Din Bilimleri Bölümü, Niğde, Türkiye



Geliş Tarihi/Received: 04.08.2023

Kabul Tarihi/Accepted: 16.10.2023

Yayın Tarihi/Publication Date: 30.10.2023

Sorumlu Yazar/Corresponding Author: Süleyman DOĞANAY
E-mail: suleymandoganay@ohu.edu.tr

Atıf: Doğanay, Süleyman. "Yas Sürecindeki Müslüman Danışanlar İçin Kur'an'dan Bibliyoterapik Bir İçerik: 'Bilge Kişi-Musa' Kıssası". *İlahiyat Tetkikleri Dergisi* 60/1 (Aralık 2023), 73-81.

Cite this article as: Doğanay, Süleyman. "A Bibliotherapeutic Content From the Quran for Muslim Clients in the Mourning Process: The Wise Person-Musa Parable". *Journal of İlahiyat Researches* 60/1 (December 2023), 73-81.



Content of this journal is licensed under a Creative Commons Attribution-NonCommercial-NoDerivatives 4.0 International License.

ÖZ

Modern psikolojinin verilerinden hareketle uygulanan psikoterapilerde amaç, yaşanan zorluklar ya da sıkıntılarla ilgili bireye iç görü kazandırmak, düşünce ve davranışlarında değişiklikler meydana getirebilmesi için bireyin motivasyonunu artırmak ve bu değişiklikler için uygun yollar bulabilmesi için ona yardımcı olmaktır. Psikoterapi tekniklerinden birisi olan bibliyoterapi, doğru mesajı doğru kişiyle buluşturmak veya kişiye ulaştırmak amacıyla kitaplardan yararlanmak anlamına gelen bir psikoterapi yöntemidir. Psikoterapi yöntemlerinin amacına benzer şekliyle manevî/dinî öğüt, dinî öğretisi veya dinî telkinler gibi her türlü bilişsel ve duyuşsal sosyal desteğin gayesi, yas sürecindeki insana yardım etmek ve ona yol göstermektir. Kur'an-ı Kerim'de bahsi geçen peygamberler ve/veya şahsiyetlerin hayat hikâyeleri ve yaşadıkları olayların anlatıldığı kıssaları okuyan insanlar bu kıssalardan kendilerine bir hisse çıkarabilmektedir. Bu sayede kıssalar bibliyoterapik bir işleve sahip olmaktadır. Çalışma kaynak taramasına bağlı nitel bir yöntemle hazırlanmıştır. Öncelikle insanın yas sürecinden ve dinin bu süreçteki fonksiyonundan bahsedilmiş, Kur'an'daki kıssaların anlatılma gayesi üzerine bazı değerlendirmelerde bulunulmuştur. Daha sonra tefsir kaynaklarında Bilge Kişi-Musa kıssası şeklinde nitelendirilen Kehf Sûresi 60 ila 82. ayetlerde verilen mesaj derinlemesine irdelenmiştir. Sonuç olarak genelde tüm dinî öğüt ve öğretilerin özünde ise Bilge Kişi-Musa kıssasının doğru anlaşıldığı ve aktarıldığı takdirde yas sürecindeki danışanlar için bibliyoterapik bir işlev üstlenebileceği kanaatine ulaşılmıştır.

Anahtar Kelimeler: Bibliyoterapi Kur'an-ı Kerim, Din Psikolojisi, Psikoterapi, Manevî Danışmanlık, Bilge Kişi-Musa Kıssası.

ABSTRACT

The aim of psychotherapy applied based on the data of modern psychology is to give the individual insight into the difficulties or troubles experienced, to increase the motivation of the individual to bring about changes in his thoughts and behaviors, and to help him find suitable ways for these changes. Bibliotherapy, which is one of the psychotherapy techniques, is a psychotherapy method that means making use of books in order to bring the right message to the right person or to deliver it to the right person. Similar to the purpose of psychotherapy methods, the purpose of all kinds of cognitive and affective social support such as spiritual/religious advice, religious teachings, or religious suggestions is to help and guide the person in the mourning process. People who read the stories in which the life stories of the prophets and/or personalities mentioned in the Qur'an and the events they experienced are told can make a share of these stories. In this way, the stories have a bibliotherapeutic function. The study was prepared with a qualitative method based on source scanning. First of all, the human mourning process and the function of religion in this process were mentioned, and some evaluations were made on the purpose of telling the stories in the Quran. Later, the message given in verses 62 to 80 of Surat Al-Kahf, which is described as the tale of the Wise Person-Moses in tafsir sources, was examined in depth. As a result, it has been concluded that if all religious advice and teachings in general and The Wise Person-Moses parable in particular are correctly understood and conveyed, it can assume a bibliotherapeutic function for the mourning clients.

Keywords: Bibliotherapy The Holy Quran, Psychology of Religion, Psychotherapy, Spiritual Counseling, The 'Wise Person-Moses' Parable.

GİRİŞ

İnsanın bu yaşam serüveninde akla dahi getirmekten çekinilen zor yaşam olaylarıyla karşılaşması her daim olasıdır. Bireysel ya da kolektif şuuru sarsan, zihinsel konforu yerle bir edebilen bu zor yaşantılar sonucu insan bazen kötülük problemiyle de karşı karşıya gelir (Minois, 2008; Arendt, 2021; Baudrillard, 2021). İnsan olmanın, varoluşun veya kaderin en niteleyici tarafı, tecrübe edilen bu yaşantılar karşısında hem zorlu yaşam olaylarını bizzat tecrübe eden hem de bunlara şahit olan insanların ne yaptığı ve nasıl tepki verdiği (Göka, 2014–2021; Pessoa, 2022). Her insanın hayatında bir acı çekme hikâyesi vardır ve acı, üstesinden gelinecek bir olgudan ziyade hayatın kaçınılmaz bir parçası olarak kabul edilmektedir (Doğanay, 2022). Her insan bu varoluşsal gerçeklikle yüzleşeceği için, dinî öğretilerde yaşamın bir hediye olduğu düşüncesi insanlığın kolektif bilincine sık sık hatırlatılmış ve bu hediyeyle ne yapılacağı hakkında insana bir tercih imkânı verilmiştir (Tongeren-Tongeren, 2021).

İnsanın, hayatın zorlukları karşısında ne yaptığı veya onlara nasıl tepki verdiği ile ilgili sürece “yas” veya “matem” denir. Yas, her insanın başına gelebilecek evrensel bir deneyim ve her türlü kayıp yaşantısından sonra görülebilen, gerek bilişsel, duyuşsal ve devinimsel alanda gerek sosyolojik boyutta değişimlerle belirginleşen karmaşık bir tecrübedir. Psikoloji literatüründe yas, bireyin kendisi için anlamlı olan ötekinin kaybı sonrasında verdiği tepkiler, kaybettiği ve sevdiği kişiden ya da nesneden kendisini ayırmak için kat ettiği uzun ve sancılı bir süreç şeklinde açıklanır. Yas tutma sürecinde sergilenen davranışlar bir taraftan kaybedilene karşı tepkilerin normalleşmesi için çabalama, öte taraftan da kaybedilenin artık var olmayacağı dış dünyaya tekrar uyum sağlamaya yöneliktir. Yas tutmak veya matem içinde olmak için sadece değer verilen ya da sevilen birinin ölmesi gerekmez. İnsan için kıymetli olan her kayıp yaşantısıyla yas süreci başlayabilir. Kıymetli görülen bu kayıplar, bilerek veya zorla terk etmek durumunda kalınan eski yaşantı veya benlik hissi, hatta aile yadigarı basit bir takı veya fotoğraf bile olabilmektedir (Freud, 2014).

İnsan, kayıpların sebep olduğu maddî ve manevî sancılardan kurtulmak amacıyla yardıma ihtiyaç duyar (Ficher-Jones, 2021). Modern psikoloji, hayatın zorluklarıyla karşılaşan ve dolayısıyla yas sürecine giren insana yardım etmek için çeşitli psikoterapi yöntemleri üretmiştir. Psikoterapi, insanların hissettiği manevî sancıları psikolojik araç gereçlerle veya yöntemlerle giderme, acıyı hafifletme ya da bunun için çabalama sanatıdır. Diğer bir deyişle psikoterapide amaç, bilimsel imkân ve verilerin kullanılmasıyla insanın dertlerini, acılarını, sıkıntılarını hafifletmek ve insanın psikolojik sağlamlığını oluşturması ve koruması, kendi mutluluğunu artırma yollarını yine kendisinin bulması için ona yol göstermektir (Seligman, 1998).

Psikoterapide amaç, karşıdaki insanın egosunu eğitmek ve bu sayede onun olgunlaşmasına yardımcı olmaktır. Terapi yaklaşımlarında mütevazı hedeflerin seçilmesi, mükemmel bir şekilde iyileştiren tedaviden ziyade yardım edebilen tedavi yollarının tercih edilmesi gerektiği bir gerçektir. Tanrısallık taslamadan, bireyden uzaklaşmadan, ayakları yere basan yenilikler ve gelişmeler takip edilerek danışanlara rehberlik edilmelidir. Doğru ve ilkeli bir danışmanlık, yaşam krizlerinin ortaya çıktığı zor zamanlarda, nevrotik şaşkınlık, bunaltı ve kayıpların ardından yaşanan yas durumlarında zorlanan bireye yardımcı olacaktır (Güleç, 2011).

Psikoterapi literatüründe hayatın zorluklarıyla karşılaşan ve yas sürecine giren bireye yardım etmek ve yol göstermek amacıyla kullanılan değişik yaklaşımlar ve bu yaklaşımların ürettiği birçok sağaltım yöntemi kullanılmaktadır (Shultz-Shultz, 2002; Corey, 2008; Özakkaş, 2015). Bu sağaltım yöntemlerinden birisi bibliyoterapidir. Bibliyoterapi, bireylerin temel gereksinimlerini tanıyıp doyum sağlamaları ve iyileşmeleri için doğru kitabı doğru zamanda ve doğru bireyle buluşturmak demektir (Bulut, 2010). Bibliyoterapi bireyin bilişsel ve duyuşsal problemleriyle, yaşamın öngörülemez zorluklarıyla başa çıkabilmesi ve iç görü kazanması için kullanılan bir yardım şeklidir. Psikoterapi bağlamında bir nevi bireyin kendi kendine yardım edebilmesi anlamında kullanılan bibliyoterapi, diğer bir deyişle bireyin yas sürecinde profesyonel yardım almadan başa çıkabilme tarzı şeklinde de betimlenebilir. Bibliyoterapi hem her yaş grubu hem bireysel veya grup terapisi için uygun bir tekniktir. Danışanın bireysel özellikleri, içinde yetiştiği kültür ve tecrübe ettiği yaşantı gibi durumlar, bibliyoterapi için dikkat edilmesi gereken hususlardır (Öner, 2007). Bibliyoterapi çocuklar, ergenler, yetişkin ve yaşlılarda birçok sorunun tedavisinde başarı ile kullanılabilen ve etkinliği bilimsel olarak kanıtlanmış bir danışma yöntemidir. Bibliyoterapinin herkes tarafından kolaylıkla ulaşma, danışanın hayatına fazla müdahalede bulunmama, danışanın etkilenme riskinin az olması ve tedavi sürecinin kısa olması gibi avantajları vardır. Ayrıca psikolojik tedavi maliyetinin düşük olması, bekleme süresini ortadan kaldırması, danışanın kendi hızında ilerlemesi ve danışanın kendine güven ve bağımsızlık duygusunu artırması gibi sebeplerle bibliyoterapinin tercih sebebi olduğu söylenebilir (Bulut, 2010).

Modern psikolojinin ürettiği psikoterapi yöntemlerinin amacına benzer şekilde dinî öğüt, öğreti veya telkinler gibi her türlü bilişsel ve duygusal sosyal desteğin gayesinin, zorlanan insana bu yas sürecinde yardım etmek ve ona yol göstermek olduğu bilinmektedir (Gürsu, 2022). Çalışmalarını dinî geleneklerle birlikte yürüten psikolojinin, insanın sağlığı ve mutluluğu konusunda dinî geleneklerin teorik ve pratik yöntemleriyle kolektif çalışmalar yaptığı aşikârdır (Şirin, 2018). Bilişsel müdahalelerin dindar danışanlar üzerinde başarısını artırmanın bir yolunun, dinsel inançları terapötik sürece dâhil etmekten geçtiği söylenir. İslamî kültürde de psikolojik sağlamlığı ya da ruh sağlığını korumak amacıyla aklı kullanmanın ve doğru bilgiyi araştırmanın önemi vurgulanarak özellikle mantıksal analiz ön plana çıkarılır. Müslümanların, Allah'ın kendilerine yaşamın her alanında uygulayacakları bir doğru yol gösterdiğine veya İslam'ın böyle bir düşünce yapısına sahip olunmasını öğütlediğine inanmaları buna örnek gösterilebilir (Amer-Baland, 2015).

Çalışmada kaynak taramasına dayalı nitel bir yöntem kullanılmıştır. Bu doğrultuda önce “yas (matem)” olgusu ve İslam dininin yas olgusuna bakışı irdelenmiştir. Modern psikoterapilerde sıkça kullanılan “bibliyoterapi” yönteminin önemi ve işlevi hakkında bilgi verilmiştir. Kur'an'daki kıssaların anlatılış sebebi ve kıssalara nasıl yaklaşılması gerektiği üzerinde bazı değerlendirmelerde bulunulmuştur. Daha sonra Kur'an-ı Kerim'de Kehf Suresi 60 ila 82. ayetlerde bahsi geçen ve İslâmî kültürde “Bilge Kişi-Hz. Musa Kıssası” şeklinde isimlendirilen pasajın nüzul sebebi ve Tefsir kaynaklarından hareketle bu pasajda inananlara verilmek istenen mesaj incelenmiştir. Bilge Kişi-Musa kıssasıyla ilgili Tefsir, Tasavvuf, Kelam, Din Eğitimi, Dinler Tarihi gibi bilim dallarında hazırlanan birçok çalışmayla karşılaşmak

mümkündür. Bu çalışmalarda adı geçen bilim dallarının araştırma sahası ve konuya bakış açısıyla ilgili olarak kıssada bahsi geçen olayın gerçek olup olmadığı, bu kıssadan ne gibi derslerin çıkartılabileceği, kıssanın kelamî açıdan nasıl değerlendirilmesi gerektiği gibi konular tartışılmıştır (Genç, 2002; Saygın, 2009; Akakuş, 2012; Temel, 2020; Ata, 2021; Şahin, 2022). Bu çalışma ise “mitoloji, psikoloji ve din” ilişkisine dair bir açılım yapması ve genelde Kur’an kıssalarına özelden Bilge Kişi-Musa kıssasına din psikolojik bir yaklaşım sergilemesiyle diğer çalışmalardan farklılık arz etmektedir.

1. İNSANIN YAS SÜRECİ VE BU SÜREÇTE DİNİN FONKSİYONU

Psikoloji literatüründe, insanın kendisi için değerli olan birinin, nesnenin veya olgunun yitip gitmesi sonucu verdiği tepkiye “yas” veya “matem” denir. Yas, hayatta herhangi bir değişiklik ya da kayıp için verilen psikolojik bir cevap, dış dünya ile iç dünya arasında bir denge kurabilmek için “gerçekle” girilen bir uzlaşmadır. Yas denince, kaybedilen ve sevilen kişi ya da nesneden ayrılmak için yaşanan sancılı ve uzun bir süreç akla gelmektedir (Hökekleli, 2017).

Yas süreci çeşitli bilim insanları tarafından incelenmiş ve her insanın yas tutma şeklinin parmak izlerimiz gibi farklı olduğuna vurgu yapılmıştır. Bilim insanları, benimsedikleri kuramsal anlayışa göre sınıflandırmalar yapmıştır. Örneğin bağlanma kuramıyla bilinen John Bowlby (1961), yas tutmanın “dengesizlik,” “ruhsal dağılma” ve “yeniden toparlanma” şeklinde üç devresi olduğunu söyler. Bowlby’ın betimlemeye çalıştığı yas sürecine bir evre daha ekleyen Parkes (2009), dört evreden oluşan bir yas sürecinden bahseder. Bu süreçte ilk evre ‘*hissizlik ve protesto*’dur. Bu evre birkaç saatten bir haftaya kadar sürebilen ve bireyde gerginlik, korku ve öfkenin hâkim olduğu bir zaman dilimidir. İkinci evre, ‘*özleme ve arama*’ dönemidir. Bu evre birkaç ay veya yıl sürebilmektedir ve bu esnada yas tutan birey kaybedileni geri getirme arzusunda. Üçüncü evre ‘*ruhsal dağılıklık ve ümitsizlik (deorganizasyon)*’tir. Deorganizasyon sürecinde birey genellikle bedeninin işleyişi veya bir bölümü hakkında endişeye kapılmakta, sosyal ilişkilerinden ve önceki alışkanlıklarından uzaklaşma eğilimindedir. Dördüncü evreye ‘*yeniden örgütlenme/toparlanma*’ denir. Bu evrede insanın iç dünyasına yeni nesnelere, amaçlar ve olgular girmeye başlamaktadır. Yas sürecinde bireyin yeni yaşantılarla karşılaşmasının yoğunluğu oranında matem bulutları azalmakta ve kaybedilenle ilgili değerli hatıralarla yer değiştirmektedir (Volkan-Zintl, 2018).

Yas tutma evrelerini “*akut (ani)*” ve “*kronik (uzun süreli)*” olmak üzere iki döneme ayıran Pollock (1961), kaybın henüz taze olduğu akut dönem tepkilerini de “*şok tepkisi*,” “*duygusal tepkiler*” ve “*ayrılma tepkisi*” şeklinde isimlendirir. Volkan ve Zintl (2018) ise yas tutmayı “*başlangıç dönemi*” ve “*yas tutma işi*” adını verdiği iki ayrı süreç şeklinde değerlendirir. Başlangıç dönemi, kaybın gerçekleştiği haber alındığı ilk andan itibaren başlayan ve bu esnada bireyin yaşadığı bilişsel ve duygusal tecrübeleri ihtiva eden kriz dönemidir. Bireyin zihni ve/veya bedeni kedere karşı direnmeye çalışır ve acıyla yüzleşmemek için çeşitli savunma mekanizmalarını devreye sokma eğilimindedir. Kriz dönemi, acı gerçek özüksendiğinde sona ermekte ve asıl yas tutma işi başlamaktadır (Hökekleli, 2017).

Yas tutmanın, diğer bir deyişle “uzlaşma” işinin ne kadar süreceği hep merak edilmiştir. Bireyin zihni kaybedilen hiçbir kimse, nesne ya da olguyu bırakmak istememektedir. Zira kaybedilene ilişkin anıların her daim gün yüzüne çıkma ve bireyin canını yakma ihtimali vardır. Örneğin, bir yakınının ölümünü kabullendikten sonra insan hayatına devam etmek istemekte ancak kaybedilenin duygusal varlığı bireyin zihninden belli bir süre kaybolmamaktadır. Bu duygusal varlığa “psişik eş” denmektedir. Birey, hayatında yer edinen tüm insanların psişik eşlerini zihninde taşımaktadır. Bu durum, psişik eşin sıcaklığının devam ettiğinin göstergesidir ve dahası, ayrılık nedeniyle bu sıcaklık daha da artma eğilimine girmektedir. Yas tutma işiyle de aslında kayıpla başlayan sancı ateşini söndürmek ve psişik eşi zihinden soğutmak amaçlanmaktadır (Volkan-Zintl, 2018).

Yas ve keder kavramları kimilerince aynı anlamda kullanılırken, kimileri de bu iki kavramı işlev ve süreç açısından farklı konumlarda değerlendirmektedir. Yas, insanın kaybettiği nesne, olgu veya sevdiği insanın bilişsel temsilini çeşitli yönlerden ele alıp gözden geçirdiği sessiz ve uzun bir süreçtir. Keder ise, değerli bir kaybın ardından beliren ilk tepkidir. Keder aslında bir şok halini, inkâr tutumunu, öfkeyi, kaderi sorgulamayı, insanın kendisiyle ya da başkalarıyla giriştiği uzun pazarlıkları barındırmaktadır. Keder, gidenin ardında kalmaktan ya da bireysel veya kolektif şekilde yaşanan acıyı önlemek için elden bir şey gelmemesinden kaynaklı duyulan suçluluğu yansıtır. Keder, kısa süreli ve sancısı dışarıdan rahatlıkla gözlenebilen bir hal veya süreç şeklinde betimlenir (Özmen, 2017).

“Ruhsal yara” şeklinde de tasvir edilebilen yas, fiziksel bir yaranın iyileşmesi gibi düşünülmektedir. Bilindiği üzere bedendeki yaranın iyileşmesi ve izinin geçmesi, yaranın derinliği ve insanın fizyolojisinin ne denli hızlı çalıştığı ile ilgilidir. Bu fizyolojik gerçekliğe benzer şekilde yas tutmanın seyri, bireyin kayba hazırlık durumuna, kaybettiği ilişkinin özelliklerine, psikolojik sağlamlığına ve keder karşısındaki tahammül eşliğine göre farklılaşabilmektedir (Volkan-Zintl, 2018; Fisher-Jones, 2021).

İnsanın yas ve matem sürecinde inanılan dinin etkin bir rolü vardır (Güler, 2010). Zira inanılan dinin insana söyledikleri ile insanın sunulan dini “nasıl” ve “ne düzeyde” algıladığı, içselleştirdiği ve benimsediği diğerinden bütünüyle farklı olabilmektedir (Yapıcı-Kayıklık, 2022). Yas sürecindeki insan için bir değer sistemi sunan dinin (Maslow, 1996) sabır, tevekkül, şükür ve umut gibi erdemler vasıtasıyla bireyin psikolojik sağlamlığına katkı sağladığı bilinmektedir (Ayten, 2014; Göcen, 2014). Bireyin yaşamına anlam veren ve bütünlük hissini kuvvetlendiren din, sosyal desteğin önemini hatırlatarak yardımseverlik ve duygudaşlık gibi erdemleri ön plana çıkarır (Westgate, 1996). Dinî inançlar, hayatın zorluklarıyla karşılaşan bireye dua etmeyi ve inanılan Tanrı’dan yardım istemeyi hatırlatmak gibi fonksiyonlara sahiptir (Frankl, 2011). Müslümanlar için dinin bu fonksiyonlarından belki de en değerlisinin, yaşanan her türlü istenmedik hadisenin bir anlamı olabileceğini hatırlatması ve bu hadiselerden olumlu anlamlar çıkarmak gerektiği mesajını vermesi olduğu söylenebilir (Ayten vd., 2012).

Bireye psikolojik destek sağlayan sağlıklı ve olgun bir din anlayışı ile onu manevî anlamda yoran ve yıpratın, hatta çöküntüye sebebiyet verebilecek hastalıklı din anlayışının insanın yas tecrübesi ve dolayısıyla ruh sağlığı üzerinde belirgin olumlu veya olumsuz etkilerinin olacağı aşikârdır. İnsanın inandığı Tanrısıyla samimi bir bağ kurmasının; hayata anlam verebilmesi, sağlıklı bir yas süreci yaşayabilmesi ve psikolojik sağlamlığını koruyabilmesi ya da sağlamlaştırabilmesi açısından işlevsel bir önemi vardır.

Bu noktada insanın Tanrısı ile kurduğu içsel temas ve bağ, danışanın terapisti ile kurduğu bağ gibi olumlu bir etkiye sahip olacaktır. Olgun ve sağlıklı bir din anlayışına veya Tanrı tasavvuruna sahip insanın dindarlık ve/veya maneviyat düzeyi ile hayatın zorluklarına karşı duruşu arasındaki olumlu ilişkiyi besleyen faktörler; “dinî-sosyal destek,” “inançlardan alınan manevî/içsel destek,” “dinin insan hayatına anlam ve güven sunması,” “ibadet ve duanın etkisi” ve “dinin dolaylı etkileri” şeklinde sıralanmaktadır (Yapıcı, 2007). Buradan anlaşılacağı üzere dinî inanç sistemleri, müntesiplerinin yaşanan durumu kabullen(ebil)me seviyesini artırarak onların tahammül eşliğini yükseltmekte ya da onların yaşanan soruna başka açıdan bakıp problemi fark edebilmelerini sağlamaktadır. Hayata iyimser bir pencereden bakan, olumlu bir Tanrı tasavvuruna sahip ve Tanrı’sıyla samimi bir ilişkisi olduğunu belirten kişilerin yaşamın zorlukları ile başa çıkabilme kapasitelerinin daha yüksek olduğu söylenir. Hastalıklar, sıkıntılar, ölümler gibi istenmedik veya beklenmedik olaylara dinî atıflarla yeniden anlam yüklenebilmektedir. İnsan; merhametli, kollayan ve koruyan değil de katı ve cezalandırıcı bir Tanrı tasavvuruna sahip ise bu tarz inançlar, insanın yas sürecine olumsuz etki yapabilmektedir (Cirhinlioğlu vd., 2013).

Dinlerin bireysel ve sosyal hayatı, acı, hüsrân ve yoklukları anlamlandırma gibi fonksiyonları vardır. Dinler ilahî irade, ilahî takdir ve ilahî bilgi gibi atıflarla bireyin yaşadığı olumsuzluklarla baş edebilmesine, yas sürecini sağlıklı bir şekilde yaşayabilmesine zemin hazırlar. Genel anlamda tüm dinler, özde İslâmîyet hayatın zorluklarına karşı sabretmeye ziyadesiyle önem verir. İslâm’da sabır olgusu inanan birey için kader, sınanma ve olgunlaşma bağlamında ön plana çıkarılır (Doğanay, 2022). İslâmî kültürde birey, Yaratıcı Varlık üzerinden tanımlanır ve dünyanın gelip geçiciliği bireye sıkça hatırlatılır (*Hak Dini Kur’an Dili*, 2015, el-Ankebût 29/2–3, 64). Bu dünya hayatının bir imtihan yeri olduğu ve inananların şu veya bu şekilde mutlaka sınanacağı vurgulanır (*Hak Dini Kur’an Dili*, 2015, el-Bakara 2/155, 214).

2. KUR’AN’DA KISSALARIN ANLATILMA GAYESİ

İslâmî kültürde inananlara hayatın zorlukları sonucunda nasıl bir tavır almaları ve duruş sergilemeleri gerektiği noktasında hem moral vermek hem de psikolojik destek sağlamak amacıyla Kur’an’da geçen kıssalardan ders çıkarmaları öğütlenir. Kur’an kıssalarında en temel faktör ve amaç, inananlara Allah’a her koşulda itaat etmeleri gerektiği fikrinin aşılmasındır. Daha sonra; Allah yolunda karşılaşılan sıkıntılara karşı Hz. Peygamber’in ve mü’minlerin tahammül seviyesini veya ruhlarının zorluklar karşısındaki istiap hadlerini artırmak, onları sabra ve tevekküle teşvik ve teselli etmek, peygamberlere ve seçkin insanlara verilen nimetleri hatırlatmak, insanları şeytanın tuzaklarına karşı hep teyakkuz halinde olmaları için uyarmak gibi ikincil amaçlar gelmektedir (Öztürk, 2013).

Kıssaların niçin ve hangi amaçla anlatıldığı sorularına tatmin edici yanıt bulabilmek için mit, mitos, mitoloji, psikomitoloji, efsane, öykü ve hikâye kavramlarından ve bu terimlerin psikoloji alan yazınındaki yerinden bahsetmek gerekir. Mit, genellikle salt hikâye ve masaldan farklı bir kavramdır ancak genellikle hiçbir tarihi vakaya, olguya tetabuku olmayan, tamamen hayal ürünü olan masallar, efsaneler gibi anlaşılmaktadır. Yunanca bir kavram olan ve söz, konuşma anlamına gelen Mitos, insanın hayatta zor durumda kaldığı, anlamakta zorluk yaşadığı bazı fenomenler karşısında insana yardım ederek bu fenomenlerin asıl mahiyetini kendine has bir şekilde açıklama gücüne sahip anlatılardır. Mitos kelimesinden türeyen Mitoloji çoğunlukla kutsala dair olan, kutsalın anlatımıyla bezenmiş ifade biçimleridir. Dolayısıyla mitoloji dendiğinde eski Yunandaki fantastik efsanelerle bu kavramı özdeşleştirmenin yanlış bir yaklaşım olduğu anlaşılacaktır. Örneğin Bultman (1961) mitolojiyi, doğadaki fiziksel güçlerin ötesinde, metafizik bir takım güçlerin fail oldukları olayların anlatım biçimleri şeklinde tanımlar.

Mitoloji, psikolojiyle doğrudan ilişkili bir alandır. Psikoloji alanında başlı başına bir ekolün kurucusu olan Sigmund Freud, Carl Gustave Jung gibi bilim insanlarının gerek kuramlarını adlandırırken gerek insan davranışlarını açıklarken mitlerden ve mitolojik karakterlerden çokça faydalandıkları bilinmektedir (Göcen, 2018). Mit ve mitoloji, düşünmenin çok özel bir tarzı olarak kabul edilir ve insanın biyo-psi-ko-sosyal bir varlık olarak kendisini anlamasını ve anlatmasını sağlamaktadır. Mitolojiler insana görünür dünyanın verileriyle görülmez âlem hakkında açıklamalarda bulunur (Öztürk, 2004). Mitler dünyayı anlamlandırma, yaşamın çözülemeyen gizemleriyle başa çıkma gayretiyle oluşmuştur (Bultmann, 1961). Mitlere varoluşçu bakış açısıyla yaklaşılmalı, kutsal metinler insanı merkeze alarak yorumlanmalıdır (Sayar, 2015; Kayıklık, 2021). Bu bağlamda söylenebilir ki mit hakkında sorulacak doğru soru, mitin gerçek olup olmadığından ziyade onunla ne yapılmak istendiğidir (Hooke, 1995). Dolayısıyla fiziksel gerçeklik veya tarih ile mitolojik öyküyü kıyaslamak ya da mite fiziksel gerçeklik alanından delil getirmeye çalışmak abesle iştigal olacaktır (Batuk, 2009).

Efsaneler de fiziksel gerçeklikten ziyade verdiği mesaj aracılığıyla değerlendirilmektedir. Efsanenin gerçekliği, onun objektif hakikatinden çok pragmatik fonksiyonundandır. Efsane, deneye dayalı bir gerçekten ziyade psikolojik bir yardım vasıtası olarak görülür (Seyidoğlu-Yavuz, 2012). Burada pragmatik deyimine açıklık getirilerek, bir efsanenin yanlış veya gayri tarihî olup olmadığı tarzda değil, hayatın anlamının bir açıklaması şeklinde ele alınması gerektiği vurgulanmaktadır (Bratton, 1995). Mitler, insanların bilinçaltısının bir yansıması olarak da kabul edilmiştir. Şanlı’nın (2019) aktardığı üzere Claude Levi-Strauss, mitolojileri “diyalektik” şeklinde betimler ve mitolojileri okuyan insanların onlardaki eril-dişil, ölüm ile yaşam, zalim ile mazlum, iyi ile kötü gibi karşıtlıkları ve tüm bunlar arasında geçen çatışmaları doğru yorumlayarak mitlerin anlamını çözmekle mükellef olduğunu, mitleri anlamak için de katı ve dogmatik bilimsel bakıştan ziyade sanatsal bir bakış açısına ihtiyaç duyulduğunu vurgular.

Dünya hayatında olup bitenleri başka bir gerçeklik sahasına aktaran ve artık başka bir anlam kazanan mitler, söyleyecek sözü veya iletecek mesajı olan anlamlı öykülerdir. Bu söz ister mitin sembolik içeriğindeki ilâhî mesaj; isterse hayatın anlam(sızlığı), kötülük problemi gibi problemlere ilişkin kabul edilsin, mitler her daim içeriğindeki mesajın keşfini bekleyen öyküler ve metinler şeklinde düşünülmektedir (Batuk, 2006; Tillich, 2000).

Mitlerin insan psikolojisine yansımaları ve etkilerini görmek amacıyla psikomitoloji terimi kullanılmaktadır (Göcen, 2018). Bireysel ve/veya kolektif öykülerin çatı disiplini olarak tanımlanan psikomitoloji, mitlerin varlık ve eylem bilgisinden yoksun insanoğlunun bu epistemolojik yoksunluğunu gidermek amacıyla kurgulanan öyküler olduğu varsayımına dayanır. Bu öyküleri psikodinamik veya psikokültürel açıdan yorumlayarak, insanın bilişsel ve duyuşsal tarafını açığa çıkarmak veya ruhun labirentlerinde doğru yolu bulmak hedeflenir. Tüm

insanların, nereden geldikleri ve nereye doğru gide(bile)cekleri bilgisini taşıyan bir mit içinde yaşadıklarını söylemek mümkündür. Bu mit doğanın büyük miti olarak kabul edilir ve insan için geçmiş ile gelecek arasındaki boşluğu doldurmaktadır (Saydam, 2021).

Armstrong'un (2017) söylediği üzere mit, psikolojinin ilk biçimidir. Mitler gerçeğe ilişkin bilgi verdiği için değil, insan psikolojisi üzerinde etkili olduğu için bir gerçektir. Mitik öykülerle insan ruhunun gizemli tarafına ışık tutulmuştur. İnsanlara, ruhsal veya çevresel kaynaklı zorluklarla nasıl baş edebilecekleri hakkında yol gösterilmiştir. Mitler, insanoğlunun sadece tecrübelerinden bir anlam çıkarmasına yardım etmekle yetinmemiş, insan bilincinin mitler olmaksızın erişemeyeceği alanlara da bir açıklık getirmiştir.

Din psikolojisi, insanı bütüncül olarak değerlendirebilmek için din, inanç ve maneviyata dair önemli veriler sunan mitoslarla ilgilenmek durumundadır. Mitosların hem psikolojik hem de dinî bir yöne sahip olması bu ilgiyi zorunlu hale getirmektedir. Din psikolojisi-Mitoloji ilişkisinin belirgin bir şekilde görüldüğü bir zemin olarak insanın anlam arayışı örnek gösterilebilir. Mitoloji, insana bütüncül bir resim sunarak kendisini o resme göre konumlandırmasını telkin etme işlevine sahiptir. Mitosların kazandırdığı bu anlam, aynı zamanda din, psikoloji ve mitolojinin de ortak zemini. Mitoslar bir yandan öleceğini bilen bir varlık olan insana bu kaçınılmaz sonla nasıl başa çıkacağını öğretirken, diğer yandan hayat trajedisinin sonrasındaki belirsizliğe ışık tutmaktadır (Göcen, 2018).

Kur'an, kendisini okuyanlara veya müntesiplerine bir öğüt veya mesaj vermek, bahsedilen olay ve olguların ardında duran mesajın mahiyetini kavratmak için sembol yüklü mitoslardan, öykü ve hikâyelerden faydalanır. Burada asıl amaç, hikâyelerin dolaylı anlatım şekilleri arasındaki etkinliği ve verimliliğinden yararlanmaktır. Kur'an'daki kıssaların temel karakteristiği, derin anlamı olan bir gerçeğin hikâye formatında anlatılmasıdır. Böylelikle kıssa, hakikatin evrensel mahiyetine dair ilham verici bir özellik kazanmaktadır. Burada vurgulanmak istenen konu, hikâyenin ayrıntılarıyla oyalanmaktan ziyade vermek istediği derin mesaja yoğunlaşmak gerektiğidir (Koç, 1998).

Kur'an'daki kıssalarda anlatılan şahıslar, olaylar ile kıssalardaki karakterlerin duygu ve düşünceleri, onu okuyan, ona inanan veya ondan bir mesaj bir öğüt almak isteyen insanlar için evrensellik arz etmektedir. Kıssalarda anlatılan kişilerin şahıslarında, tarihin herhangi bir yerinde yaşayan insanlar için geçerli olabilecek bir insan figürünü ve bu figürün her dönemde benzer özellik arz edecek duygu ve düşüncelerini, arzu ve isteklerini, korku ve kaygılarını görebilmek imkân dâhilindedir (Şengül, 1994). Şurası apaçık bir gerçektir ki insanoğlu yalnızca kendi türüne özgü olarak dünyaya değişik açılardan bakabilen ve her bakışında farklı anlam ve değer sistemleri geliştirebilen bir varlıktır. İnsan bu gücünü çoğunlukla zorlandığı, acı çektiği ve kendini tehdit altında hissettiği zamanlarda kullanmaktadır. Bu durum, onun kendini savunan bir varlık olması ve böylece varlığını sürdürmeye çalışması ile yakından ilgilidir. İnsanoğlu, kendini rahatsız eden ve şiddetle saran dış gerçekliği değiştiremediği durumlarda, kendi bakış açısını değiştirmekte ve inancı ile yadsınamaz gerçeklik arasında bir tutarlılık bulmaya çalışmaktadır. Dolayısıyla insan, yapısı gereği çatışmalardan kaçamayacağı için bu çatışmalarda bir anlam ve değer bularak onlarla beraber yaşamayı tercih etmektedir.

O'laire (2009); hayatın yadsınamaz gerçekleriyle karşılaşan, düzen-kaos, iyi-kötü, doğru-yanlış diyalektikleriyle boğuşup hayatına değer katmaya veya anlam bulmaya çalışan insanoğlunun bu çabasında, onun terapi edilebilmesi ve ona manevî danışmanlık yapılabilmesi için "Hikâye" anlatıcılığının etkin ve verimli bir alet veya kaynak olabileceğini söylemektedir. O'laire, insan evriminin "hikâye öncesi, hikâye zamanı ve hikâye sonrası" olmak üzere üç döneminden bahseder. Hikâye öncesi dönem; yaşamın bütünüyle kontrol dışında olduğu, gelecekle ilgili öngörülebilir bulunulamayan ve önceki insanların izlerinin bulunmadığı bir safhadır. Bu dönemde insanlar için yaşanmış hikâyeler, izleri sürülecek misaller veya rehberler olmadığı için, karşılaşılan olaylara veya durumlara içgüdüsel tepkiler veren insanın yaşadığı olaylardan ders çıkarma imkânı da olmamaktadır. Hikâye döneminde ise insan dinlemeye ve artık kendisi hikâye oluşturmaya başlamaktadır. Manevi danışman ve/veya psikolog işte burada devreye girmektedir. Onlar, hayatına bir anlam veya amaç bulmak isteyen ve bir hikâyesi olmayan insanları hikâye zamanına götürmek, bir hikâyesi olanların da daha iyi hikâyeler üretmelerini sağlamak için çalışırlar. Hikâye Sonrası safhada ise hikâyeler, maneviyata doğmakta olan insanlara, bisiklet sürmekte veya yürümekte zorlanan çocuklara denge tekerleği yapmak veya protez ayak takmak gibi bir görev üstlenmektedir. Buradan hareketle, Kur'an kıssalarını okuyan ve kendisine bir hisse almak isteyen insanın, kıssalarda yine kendisinden bir iz bulma imkânına sahip olacağını söylemek mümkündür. İnsanoğlu kıssalarda bahsedilen olaylar, hissedilen duygular, korkular, gerilimler ve sergilenen tutum ve davranışları gördüğünde, aslında okuduklarının benzerlerinin gerek kendi hayat yolculuğunda gerekse çevresindeki insanların yaşam tecrübelerinde vuku bulduğuna tanıklık edecektir.

Sonuç olarak, hikâyeler/öyküler insana görüş değişikliği kazandırabilmekte, bilindik durumlara farklı bir yönden bakabilmesi için insana olanak sağlayabilmektedir (Çelimli-Güldal, 2016). İnsanı gerçekle veya acısıyla yüzleştirmenin bir hikâye vesilesiyle yapılması, kendisini nasıl konumlandığı hakkında insanda farkındalık oluşmasını kolaylaştıracaktır. Mitoslar, öyküler veya hikâyeler aracılığıyla yapılacak yüzleştirmeler, zorlanan bireyin savunucu tutumunu engellemenin yanında, onunla samimi bir iletişimin kurulmasını sağlayacaktır (Güleç, 2011).

3. KEHF SURESİ'NDEN BİR PASAJ: BİLGE KİŞİ-HZ. MUSA KISSASI

Kehf Suresi 60 ila 82. ayetlerde anlatıldığı üzere Hz. Musa, Allah'ın "seçkin kul" şeklinde nitelediği ve kendisine bahsettiği bilgi vesilesiyle yaşam olaylarının iç yüzünü anlayıp kavrayabilen, gelecekte olup bitecekleri önceden görme yeteneği bahsedilen Bilge Kişi ile karşılaşır. Hz. Musa, cereyan eden olayların iç yüzünü kavramak ve hep doğru olan şeyi yapmak amacıyla Bilge Kişiden, Allah tarafından verilen bilgiden kendisine de öğretmesini ister. Bunun için Bilge Kişiyi vakit geçirmek, ona yoldaş ve arkadaş olmak istediğini söyler. Bilge Kişi, kendisiyle birlikte olup bitecek şeylere tahammül edemeyeceği, olayların gerçek mahiyetlerini anlayıp kavrayamayacağı ve sonuçta fevri davranabileceği öngörüsüyle Hz. Musa'yı yanında tutma veya onunla yola koyulma teklifine önce pek sıcak bakmaz. Hz. Musa, tanık olacağı olaylar neticesinde sabırlı olacağı ve hiçbir şeye itiraz etmeyeceği hususunda teminat verip ısrarlı davranınca Bilge Kişi bu isteği geri çevirmez. Ancak Bilge Kişi, her ne yaparsa yapsın kendisine bir açıklama yapma gereği duyana dek Hz. Musa'ya herhangi bir soru sormaması ve işine karışmaması tembihinde bulunur. Ardından Hz. Musa ve Bilge Kişi yola koyulur. Yolculukta üç ayrı yaşam olayıyla karşılaşır. İlkinde, bir kıyıya varırlar ve bir tekneye binerler. Tekne sahipleri konuksever insanlardır ve yolculuk için ücret de talep etmezler.

Tekneyle yolculuk esnasında Bilge Kişi oturduğu yerde çantasından çıkardığı aletle teknede bir delik açar. İkincisinde, yolda bir genç erkeğe rastlarlar ve Bilge Kişi genci öldürür. Üçüncüsünde ise bir kasabaya varıp oradaki halktan yiyecek isterler. Kasaba halkı onlara misafirperverlik göstermez ancak Bilge Kişi o kasabada yıkılmasına ramak kalmış bir duvar görür ve duvarı onarır. Şahit olduğu bu üç olay karşısında da Bilge Kişiye sitem eden, niçin böyle davrandığını anlayamadığını söyleyen Hz. Musa bilişsel ve duyuşsal anlamda gelgitler yaşar. Üçüncü olayın ardından da kendisine sitem edilen ve niçin böyle davrandığı hakkında soru sorulan Bilge Kişi, artık Hz. Musa ile yol arkadaşlığının bittiğini söyler ve olayların arka planında yatan, perde arkasındaki hakikatleri anlatır (Zemahşerî, 2009; Mevdûdî, 1989; Taberî, 2001; Yazır, 2015).

- Bindikleri tekne, geçimlerini denizden sağlayan fakir insanlara aittir. Bilge Kişi, tekneye bile isteye zarar vermiştir çünkü biraz ileride o fakir insanların peşine, gördükleri tüm sağlam tekneleri yağmalayan bir topluluğun düşme ihtimali vardır ve Bilge Kişi, o yağmacı insanların bu yoksul insanların teknesini yağmalamaya gerek görmemelerini istemiştir.
- Öldürülen erkek çocuğun ebeveyni iman sahibi kimselerdir. O çocuğun ilerleyen yıllarda anne-babasını Allah'a karşı nankörlüğe veya azgınlığa sürükleyeceğinden endişe edilmiştir. Bu sebeple, Allah'ın o anne-babaya daha hayırlı, şefkat ve merhamet yönünden de daha hassas bir çocuk nasip edeceği vurgulanmıştır.
- Tamir edilen ve yıkılmaması için sağlamlaştırılan duvar ise iki yetim çocuğa aittir. Duvarın altında o çocukların dürüst ve erdemli babalarından kalma bir hazine gömülüdür. Bu yüzden Allah, o iki yetim çocuğun reşit olunca hazineyi bulup sahip olmalarını takdir etmiştir. Pasajın sonunda ise Bilge Kişi'nin şu vurgusu ve hatırlatması daha çok dikkat çekicidir. "Kısacası, bütün bu işleri kendiliğimden yapmış değilim (Allah'ın dilemesi ve takdiridir). (Ey Musa!) Bir türlü sabır ve tahammül gösteremediğin olayların iç yüzü işte budur!" (Zemahşerî, 2009; Mevdûdî, 1989; Taberî, 2001; Yazır, 2015).

Öztürk'ün (2013) aktardığına göre, bu anlatıda Hz. Musa figürü veya örneğiyle, yaşam olayları neticesinde genelde fevrî davranan ve aceleci bir kişiliğe sahip olan insanın gaybî gerçeklerin ağırlığını yüklenme gücünden yoksun olduğu mesajı verilmiştir. Nesnel dünyasındaki hakikatlerin sadece bilişsel ve duyuşsal yönden anlaşılacakları, insan bilincinin dış dünyada gerçekleşen olayların arka planında neler olduğunu kavrayamayacağı belirtilmektedir. Bilge Kişi figürüyle de zaman ve mekândan münezze olan Allah'ın gaybî gerçeklere ilişkin sınırsız bilgisi ön plana çıkartılmıştır. Diğer bir deyişle nesnel varlık dünyasının insana meçhul veçhesindeki hakikatlerin ancak Allah tarafından bilinebileceği gibi çok önemli röper noktaları vurgulanmıştır. Bu noktadan hareketle, Allah'ın her şeyin bilgisine sahip oluşu ve insanoğlunun bu bilgilerin sadece görünen tarafıyla yetineceği gerçeği, bir Bilge Kişi figürü üzerinden dile getirilmiştir. Bu Bilge Kişiye atfedilen davranışların yorumlanmasıyla, yani ilk bakışta akıl ve duyuların idrak edemediği gerçek anlamın ortaya çıkmasıyla birlikte, varlık âlemindeki işleyiş hakkında insan bilincine bazı ipuçları gösterilmiştir (Ertuğrul, 2021).

Tefsir kaynaklarında anlatıldığı üzere bu kıssada Allah, Bilge Kişi 'ye atfettiği davranışlar bağlamında, "*Her ne kadar hoşunuza gitmese de savaş size farz kılındı. (Ama bilin ki) Sizin için hayırlı olduğu halde bir şeyi sevmemeniz mümkündür. Sizin için kötü olduğu halde bir şeyi sevmeniz de mümkündür. (Gerçekte sizin için neyin iyi neyin kötü olduğunu) Allah bilir, siz bilemezsiniz.*" (Hak Dini Kur'an Dili, 2015, el-Bakara, 2/216) anlamındaki ayette vermek istediği öğütle, bireyin hayatta yaşadığı bazı olayların kendisine faydası veya zararını idrak etmede güçlük çekebileceği gerçeğini kıssada geçen üç olay üzerinden somutlaştırmıştır.

İnsanlar genellikle gerek kendisinin gerek başkasının başına gelen olayları nesnel değerlendirmeler yapmak suretiyle olumlu-olumsuz veya iyi-kötü şeklinde sınıflandırır. Ancak insanların olayları öznel algılarına göre değerlendirdikleri ve yorum yaptıkları bilinen bir gerçektir (Csikszentmihalyi, 2005). Schopenhauer (2010), hiçbir olay karşısında büyük bir sevinç yaşamamayı ya da hüznü kapılmamayı tavsiye eder çünkü ona göre yaşanan olayların her zaman yeniden biçimlenme ihtimali vardır. Ayrıca insan, kendisi için faydalı veya zararlı olabilecek şeyler hakkında çoğunlukla yanlış yargılarda bulunabilmektedir. Bu yanlışla olasılığı sebebiyle de hemen hemen herkesin, sonradan kendisi için çok faydalı olduğu anlaşılacak bir şeyden önceleri şikâyetçi olduğunu veya yakındığını; ya da kendisi için aslında bir felaket olan bir şeye önceden çok sevindiğini iddia eder. Schopenhauer'un bu söylemleri, Bilge Kişi-Musa kıssasının bir tevili ve bu ayetle verilen mesajın bir teyidi gibidir. Buradan hareketle, Kur'an kıssalarının okunusunda, metnin literal anlamına değil, asıl anlam ve mesajı yoğunlaşmak gerektiği söylenebilir (Öztürk, 2013).

İnsan tabiatı, soyut zihinsel veya kuramsal kavramlardan ziyade belli bir yaşamışlık tecrübesine dair olaylardan daha çok etkilenen bir özellik arz etmektedir. Çünkü insan, bu tür olaylar ile kendi yaşam tecrübesi arasında benzerlikler kurarak kendi halini gözden geçirebilmektedir. Kur'an'da bireyin başına hoşlanmadığı bir hal geldiğinde iradesini, o olayın sebep olduğu ruh çöküntüsünü önlemek amacıyla kullanması, endişeye düşmeyip tahammül etmesi tavsiye edilir. Ayrıca insandan, başa gelene sabredebilmek için psikolojik sağlamlığını koruması, kendisini istenmedik durumun olumsuz akıntısına kaptırmaması tembihlenir. Böyle davranmakla sorunlarla rahatça başa çıkılabileceği ve bunun da imanın bir gereği olduğu sık sık hatırlatılır (Öner, 1989).

Kur'an, tarihin belli bir döneminde gerçekleşmiş olaylardan bahsederken ya verilen konuyu örneklendirmekte ya da insanın içine girdiği ruhsal durumun geçmişteki benzerlerini göstererek ona moral vermektedir. Hz. Musa-Bilge Kişi kıssası özelde Hz. Peygambere, genelde bütün inananlara, yaşam olayları neticesinde aceleci ve fevrî davranışları, aksine sabırlı olmaları ve teenni ile hareket etmeleri gerektiği mesajını vermektedir (Öztürk, 2016). İslam inancına göre Allah, Hz. Musa'nın Bilge kişi ile yolculuğunu anlattığı kıssada inananların, öngörülemeyen yaşam olaylarıyla dolu olan bu hayat yolculuğunda nasıl bir duruş sergilemeleri gerektiği ile ilgili alışıl gelmişin dışında bir bakış açısı sunmaktadır. Bu 'bakış açısını değiştirme' tavsiyesi ise başka bir deyimle veya benzetmeyle, insanın belki de hayatta karşılaşılabileceği zorluklar adına en yüksek çıtayı sunan üç tikel örnek üzerinden verilmiştir.

SONUÇ

Modern psikoterapi yöntemlerinden birisi olan bibliyoterapi, bir danışmanın yardımıyla ve danışanlar için terapötik sonuçlara erişmek niyetiyle kitapların veya yazılı metinlerin kullanılmasıdır. Bibliyoterapide amaç psikolojik destek vermek amacıyla bireye bir iç görü

kazandırmak, bakış açısını değiştirme tavsiyesinde bulunmaktır. Birey bu sayede okuduğu metinlerdeki sembol zenginliği sayesinde bu imgelerle daha kolay yüzleşme ve özdeşleşme imkânına sahip olmaktadır. Manevî veya psikolojik danışmanların ortak özelliği, danışanların yaşadıkları olumsuz olaylar neticesinde meydana gelen sağlıksız ruhsal durumlarla baş edebilmelerine yardımcı olmak ve psikolojik sağlamlıklarını perçinlemek amacıyla yeri geldiğinde danışanların kutsallarıyla ilişkili teknikler kullanmaktır.

Psikolojinin ilk biçimi olan mitler gerçeğe ilişkin bilgi vermelerinden ziyade insan psikolojisi üzerinde etkili oldukları için bir gerçek şeklinde değerlendirilmelidir. Burada insan, mitleri üretmesi açısından özne halindeyken mitlerden etkilenmesi bakımından da nesne konumundadır. Din psikolojisi açısından mitleri bilmek, kadim insanın dinî davranış kalıplarını keşfederek insana dair bütüncül bir anlama ulaşmaya yönelik önemli bir adımdır. Dolayısıyla mitlerin gerçek olup olmadığı sorusunun cevabını bulmak yerine mitlerin insan için işlevlerini ön plana çıkarmak elzemdir. İnanan bir insanın, kutsal metinlerde geçen mitlerin veya hikâyelerin ayrıntılarıyla oyalanmaktan ziyade vermek istediği derin mesaja yoğunlaşması gerekmektedir.

Kur'an, kendisini okuyanlara veya müntesiplerine bir öğüt veya mesaj vermek, bahsedilen olay ve olguların ardında duran mesajın mahiyetini kavratmak için sembol yüklü mitoslardan, öykü ve hikâyelerden faydalanır. Burada Kur'an'ın asıl amacı, hikâyelerin dolaylı anlatım şekilleri arasındaki etkinliği ve verimliliğinden yararlanmaktır. Kur'an'daki kıssaların temel özelliği, derin anlamı olan bir gerçekliğin hikâye formatında anlatılmasıdır. Böylelikle Kur'an'daki kıssalar, hakikatin evrensel mahiyetine dair ilham verici bir özellik kazanmaktadır.

Genelde Kur'an-ı Kerim'deki tüm kıssalar özelde Bilge Kişi-Hz. Musa kıssası psikoterapide çokça kullanılan bibliyoterapi yöntemi için zengin bir muhtevaya sahiptir. Muhtevasıyla yaşanan olaylara farklı pencereden bakabilmeyi tavsiye eden Bilge Kişi-Musa kıssasının bireyi bilişsel ve duyuşsal anlamda rahatlatılabileceği ve bu sayede bireyin yas sürecini daha sağlıklı yaşayabileceği düşünülmektedir. Nitekim bu kıssayla, hayatın zorluklarından mustarip olan insanlara kendi gerçekliklerini kabul ederek Allah'ın takdirine iman etmenin acıyı tamamen ortadan kaldıramayacağı ancak hafifletebileceği noktasında hatırlatmalar yapılmaktadır. Bilge Kişi-Musa kıssasında inananlara metafizik gerçekliğin varlığını kabul etme, Allah'ın başka bir planının olabileceğine inanma, yaşanan durumu tahammül eşliğini yükselten ve psikolojik sağlamlığı perçinleyen bir olay veya imtihan şeklinde algılama, ilk etapta kötümüş gibi izlenim veren olayların özünde güzellikler barındırabileceğine iman etme gibi tavsiyeler bulunmaktadır. Ayrıca bu kıssada inananların yaşam fotoğrafının geneline bakmaları önerilmekte, parçacı yaklaşımın gerçeği kavramada yetersiz kalabileceği hatırlatılmaktadır. Yas sürecinde yardıma ihtiyaç duyan bir mü'min, Bilge Kişi-Musa kıssasında verilen mesajlar ile kendi hayatı ve ruhsal durumu arasında bağlantı kurarak sıkıntılarını çare bulabilecektir. Bu sayede o, hayatın zorluklarına sadece kendisinin maruz kalmadığı ve hiç kimsenin dertten musibetten müstağni olmadığını gerçeğini daha kolay kabullenebilecektir.

Hakem Değerlendirmesi: Dış bağımsız.

Çıkar Çatışması: Yazar çıkar çatışması bildirmemiştir.

Finansal Destek: Yazar bu çalışma için finansal destek almadığını beyan etmiştir.

Peer-review: Externally peer-reviewed.

Declaration of Interests: The author declare that they have no competing interest.

Funding: The author declared that this study has received no financial support.

KAYNAKÇA

- Akakuş, Recep. *Din Eğitimi Açısından Kehf Suresi*. İstanbul: Marmara Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Yüksek Lisans Tezi, 2012.
- Amer, Mona M. - Baland, Jalal. "Bireysel Psikoterapi/Psikolojik Danışma". *Müslümanlar İçin Psikolojik Danışma*. ed. Sameera Ahmed - Mona M. Amer. 87-118. Ankara: Nobel Yayınları, 2015.
- Arendt, Hannah. *Kötülüğün Sıradanlığı*. çev. Özge Çelik. İstanbul: Metis Yayınları, 7. Basım, 2021.
- Armstrong, Karen. *Tanrı'nın Tarihi*. çev. Oktay Özel - Hamide Koyukan - Kudret Emiroğlu. İstanbul: Pegasus Yayınları, 2017.
- Ascher, L. Michelson - Schotte, David E. "Paradoxical Intention and Recursive Anxiety". *Journal of Behavior Therapy and Experimental Psychiatry* 30 (1999), 71-79.
- Ata, Mehmet Mahfuz. "Tefsir Literatüründe Hz. Musa-Hızır (as) Kıssası Üzerine Bazı Mülâhazalar". *Burdur Mehmet Akif Ersoy Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi* 2/1 (Haziran 2021), 28-47.
- Ayten, Ali vd. "Dini Başa Çıkma, Şükür ve Hayat Memnuniyeti İlişkisi". *Din Bilimleri Akademik Araştırma Dergisi* 12/2 (2012), 45-79.
- Ayten, Ali. *Erdeme Dönüşü: Psikoloji ve Mutluluk Yolu*. İstanbul: İz Yayıncılık, 2014.
- Batuk, Cengiz. *Mitoloji ve Tarihsellik*. İstanbul: İz Yayıncılık, 2006.
- Batuk, Cengiz. "Mit Tarih ve Gerçeklik Sorunu". *Milel ve Nihal İnanç, Kültür ve Mitoloji Araştırmaları Dergisi* 6/1 (2009), 27-53.
- Baudrillard, Jean. *Kötülüğün Şeffaflığı*. çev. Işık Ergüden. İstanbul: Ayrıntı Yayınları, 9. Basım, 2021.
- Bowlby, John. "Process of Mourning". *International Journal of Psycho-Analysis* 42 (1961), 317-340.
- Bratton, F. Gladstone. *Yakın Doğu Mitolojisi*. çev. Nejat Muallimoğlu, İstanbul: Marmara Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Yayınları, 1995.
- Bultmann, Rudolf. *New Testament and Mythology, Kerygma and Myth, A Theological Debate*. New York: Harper Torchbooks, 1961.
- Bulut, Sefa. "Yetişkinlerle Yapılan Psikolojik Danışmada Bibliyoterapi (Okuma Yoluyla Sağaltım) Yönteminin Kullanılması". *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi* 4/33 (2010), 46-56.
- Cirhınlioğlu, Zafer vd. *Dindarlık Ruh Sağlığı ve Modernite*. Ankara: Nobel Akademi Yayıncılık, 2013.
- Corey, Gerald. *Psikolojik Danışma, Psikoterapi Kuram ve Uygulamaları*. çev. Tuncay Ergene. Ankara: Mentis Yayınları, 2008.
- Csikszentmihalyi, Mihaly. *Akış: Mutluluk Bilimi*. Ankara: Hekimler Yayın Birliği, 2005.

- Çelimli, Çağla - Güldal, Şeyma T. "Manevi Yönelimli Danışmanlık ile Psikoterapi Yöntem ve Teknikleri: Doğu ve Batı'dan Örnekler". *Manevi Yönelimli Psikoterapi ve Psikolojik Danışma*. ed. Halil Ekşi - Çınar Kaya. 99-122. İstanbul: Kaknüs Yayınları, 2016.
- Doğanay, Süleyman. *Acı ve Tahammül*. Ankara: Sonçağ Akademi, 2022.
- Elmalılı, Muhammed Hamdi Yazır. *Hak Dini Kur'an Dili*. sad. Lütfullah Cebeci vd. Ankara: Akçağ Yayınları, 2015.
- Ertuğrul, Muzaffer. *H. Mûsâ (as) - Hızır Kıssasının Tasavvufî Yorumu*. Ankara: Ankara Üniversitesi, Sosyal Bilimler Üniversitesi, Doktora Tezi, 2021.
- Fisher, Shelly - Jones, Jennifer. "Yaslanmanın Kitabı". çev. Belgin Amann. İstanbul: Okuyanlar Yayınevi, 2021.
- Frankl, Victor Emil. *Man's Search For Ultimate Meaning*. London: Rider, 2011.
- Freud, Sigmund. *Yas ve Melankoli*. çev. Aslı Emirsoy. İstanbul: Telos Yayıncılık, 2014.
- Genç, Cafer. *Kelam Epistemolojisi ve Hz. Musa-Hızır Kıssası Işığında Zahir Batın İlişkisinin Değerlendirilmesi*. Erzurum: Atatürk Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, 2002.
- Göcen, Gülüşan. *Şükür: Pozitif Psikolojiden Din Psikolojisine Köprü*. İstanbul: Dem Yayınları, 2014.
- Göcen, Gülüşan. *Psikoloji, Mitoloji ve Din*. İstanbul: Kaknüs Yayınları, 2018.
- Göka, Erol. *Ölme - Ölümün ve Geride Kalanların Psikolojisi*. İstanbul: Timaş Yayınları, 2014.
- Göka, Erol. *Psikoloji Varoluş Maneviyat*. İstanbul: Kapı Yayınları, 2021.
- Güleç, Cengiz. *Ruhun Sırları -Psikoterapi Hikâyeleri-*. Ankara: Dipnot Yayınları, 2011.
- Güler, Özlem. "Dini İnanç ve Psikolojik Sağlık İlişkisine Dair Bir Değerlendirme". *Toplum Bilimleri Dergisi* 4/8 (2010), 83-95.
- Gürsu, Orhan. *Manevi Danışmanlar İçin Kılavuz*. İstanbul: Çamlıca Yayınları, 2022.
- Hooke, Samuel Hanry. *Orta Doğu Mitolojisi*. çev. Alaaddin Şenel. Ankara: İmge Yayınları, 1995.
- Hökekleli, Hayati. *Ölüm, Ölüm Ötesi Psikolojisi ve Din*. İstanbul: Değerler Eğitimi Merkezi Yayınları, 2017.
- Kayıklık, Hasan. *Din Psikolojisi Bireysel Dindarlık Üzerine*. Adana: Karahan Kitabevi, 8. Basım, 2021.
- Koç, Turan. *Din Dili*. İstanbul: İz Yayıncılık, 1998.
- Lilienfeld, Scott O. vd. *Popüler Psikolojide 50 Büyük Mit*. çev. Zehra Cunillera. İstanbul: Boğaziçi Üniversitesi Yayınevi, 2020.
- Maslow, Abraham. *Dinler, Değerler, Doruk Deneyimler*. çev. H. Koray Sönmez. İstanbul: Kuraldışı Yayınları, 1996.
- Mevdûdî, Ebû'l-Alâ. *Tefhimu'l-Kur'ân: Kur'ân'ın Anlamı ve Tefsiri: Kur'ân'ın Anlamı*. çev. M. Han Kayani vd. İstanbul: İnsan Yayınları, 1989.
- Minois, Georges. *İntiharın Tarihi*. çev. Nermin Acar. Ankara: Dost Kitabevi Yayınları, 2008.
- O'laorie, Sean. *Manevi Rehberlikte Hikâye Anlatma Geleneği*. çev. Ömer Çolakoğlu. *Manevi Rehberlik ve Benötesi Psikoloji Üzerine Paylaşımlar*. ed. Robert Frager. 113-124. İstanbul: Kaknüs Yayınları, 2009.
- Öner, Necati. *Stres ve Dinî İnanç*. Ankara: TDV Yayınları, 1989.
- Öner, Uğur. "Bibliyoterapi". *Cankaya University Journal of Arts and Sciences* 1/7 (Ağustos 2007), 133-150.
- Özakkaş, Tahir. *Bütüncül Psikoterapi*. İstanbul: Litera Yayıncılık, 2015.
- Özmen, Erdoğan. *Vazgeçemediklerinin Toplamıdır İnsan -Yas, Melankoli, Depresyon-*. İstanbul: İletişim Yayınları, 2017.
- Öztürk, Mustafa. "Demitolojizasyon ve Kur'an". *Çukurova Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi* 4/1 (2004), 119-145.
- Öztürk, Mustafa. *Kıssaların Dili*. Ankara: Ankara Okulu Yayınları, 2013.
- Öztürk, Mustafa. *Kur'an Kıssalarının Mahiyeti*. İstanbul: Kur'an Araştırmaları Merkezi, 2016.
- Parkes, Colin M. *Love and Loss: The Roots of Grief and Its Complications*. New York: Routledge, 2009.
- Pessoa, Fernando. *Huzursuzluğun Kitabı*. çev. Saadet Özen. İstanbul: Can Sanat Yayınları, 34. Basım, 2022.
- Pollock, George H. "Mourning and Adaptation". *International Journal of Psycho-Analysis* 42 (1961), 341-361.
- Sayar, Kemal. *Hüzün Hastalığı*. İstanbul: Timaş Yayınları, 7. Basım, 2015.
- Saydam, M. Bilgin. "Mitolojinin Tarihi ve Psikomitoloji". *Psikomitoloji İnsanı Öykülerinde Aramak*. ed. M. Bilgin Saydam-Hakan Kızıltan. 11-46. İstanbul: İthaki Yayınları, 2021.
- Sayın, Salih. *Kelam Açısından Kur'an ve Sünnette Hızır*. Konya: Selçuk Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Yüksek Lisans Tezi, 2009.
- Schopenhauer, Arthur. *Hayatın Anlamı*. çev. Ahmet Aydoğan. İstanbul: Say Yayınları, 2010.
- Schultz Duane, P. - Schultz, Sydney Ellen. *Modern Psikoloji Tarihi*. çev. Yasemin Aslay. İstanbul: Kaknüs Yayınları, 2002.
- Seligman, Martin Elias Peter. "Building Human Strength: Psychology's Forgotten Mission". *APA Monitor* 29/5 (1998).
- Seyidoğlu, Bilge - Yavuz, Orhan. *Ferec Ba'deş Şidde Hikâyeleri-Güçlükten Kolaylığa Kederden Sevince*. İstanbul: Büyüyenay Yayınları, 2012.
- Şahin, İskender. "Hz. Musa Hızır Kıssası ile İlgili Ayetlerin Tasavvuf Adabı Çerçevesinde Yorumu Üzerine". *Tasavvur/Tekirdağ İlahiyat Dergisi* 8/1 (2022), 215-249.
- Şanlı, Mahir. *Evren, Yaratılış ve Köken Mitleri*. İstanbul: Ötüken Neşriyat, 2019.
- Şengül, İdris. "Kur'an Mesajını Ulaştırmada Kıssaların Önemi". I. *Kur'an Sempozyumu*, 133-140. Ankara: Bilgi Vakfı, 1994.
- Şirin, Turgay. *Manevi Danışmanlıkta İhsan Modeli*. İstanbul: Kaknüs Yayınları, 2018.
- Taberî, Ebû Ca'fer Muhammed b. Cerîr. *Câmi'u'l-beyân 'an te'vîli âyi'l-Kur'ân*. yy.: Dârü Hicr li't-Tibâa ve'n-Neşr ve't-Tevzî, 1422/2001.
- Temel, Zeynep. *Kur'an'daki Musa-Hızır Kıssasının İbnü'l-Arabî Yorumu*. İstanbul: 29 Mayıs Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, 2020.
- Tillich, Paul. *İmanın Dinamikleri*. çev. Fahrullah Terkan - Salih Özer. Ankara: Ankara Okulu Yayınları, 2000.
- Van Tongeren, Daryl R. - Van Tongeren Showalter Sara A. *Acı Çekme Cesareti-Hayatın En Büyük Krizlerine Yeni Bir Yaklaşım*. çev. Damla Atamer. İstanbul: Okuyanlar Yayınları, 2021.
- Volkan, Vamik D - Zintl, Elizabeth. *Kayıptan Sonra Yaşam Komplike Yas ve Tedavisi*. Ankara: Pusula Yayınevi, 2018.
- Westgate, Charlene E. "Spiritual Wellness and Depression". *Journal of Counseling and Development* 75 (1996), 26-35.
- Yapıcı, Asım. *Ruh Sağlığı ve Din: Psiko-Sosyal Uyum ve Dindarlık*. Adana: Karahan Yayınları, 2007.
- Yapıcı, Asım - Kayıklık, Hasan. "Kaygıyla Başa Çıkmada İnşirâh/Hisleri Genişletme: Kuramsal Bir Model Denemesi". *Çukurova Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi (ÇÜİFD)* 30. Yıl Özel Sayısı (Eylül 2022), 38-53. <https://doi.org/10.30627/cuilah.1158972>
- Zemahşerî, Ebû'l-Kâsım Mahmûd b. Ömer. *el-Keşşâf 'an hâkâiki't-tenzîl*. Beyrut: Dârü'l-Ma'rife, 1430/2009.

EXTENDED SUMMARY

The aim of psychotherapy applied based on the data of modern psychology is to give the individual insight into the difficulties or troubles experienced, to increase the motivation of the individual to bring about changes in his thoughts and behaviors, and to help him find suitable ways for these changes. Bibliotherapy, which is one of the psychotherapy techniques, is a psychotherapy method that means making use of books in order to bring the right message to the right person or to deliver it to the right person. Similar to the purpose of psychotherapy methods, the purpose of all kinds of cognitive and affective social support, such as spiritual/religious advice, religious teachings, or religious suggestions, is to help and guide the person in the mourning process. People who read the stories in which the life stories of the prophets and/or personalities mentioned in the Qur'an and the events they experienced are told can make a share of these stories. In this way, the stories have a bibliotherapeutic function. In this study, a qualitative method based on literature review was used. First of all, the human mourning process and the function of religion in this process were mentioned, and some evaluations were made on the purpose of telling the stories in the Quran. Later, the message given in verses 60 to 82 of Surat Al-Kahf, which is described as the tale of the Wise Person-Moses in tafsir sources, was examined in depth.

The people, events, feelings, and thoughts of the characters in the stories in the Qur'an are universal for people who read it, believe in it, or want to get advice from it. It is possible to see a human figure that can be valid for people living in any part of history, and the emotions, thoughts, desires, wishes, fears, and concerns of this figure will have similar characteristics in every period in the persons described in the stories. According to the Islamic belief, all tests in this life take place so that the believing individual can be patient, put their trust in Allah, and have faith in Him. In the Qur'an, followers are advised to believe in destiny and to believe in Allah as a result of difficult life events. It is said that in this way, the followers will have the consciousness of "believing that there is a plan behind the curtain rather than seeing what is behind the curtain" and that they will not forget the fact that it is Allah who keeps them alive or standing. A believer who needs help during the mourning process will be able to find a solution to his problems by making a connection between the message given in the stories in the Qur'an and his own life and mental state. In this way, he will be able to accept more easily the fact that he is not the only one who is exposed to the difficulties of life and that no one is free from troubles and calamities.

According to Islamic belief, in the parable in which Moses tells about his journey with the Wise person, God offers an unusual perspective on how believers should take a stance in this life journey full of unpredictable life events. In other words, it is possible to say that this advice to "change perspective" is given through three particular examples that offer the highest bar for the difficulties that a person may encounter in life. It is thought that the story of Wise Person-Moses, which advises to look at the events experienced from a different perspective, can relieve the individual cognitively and emotionally, and thus, the individual can experience the mourning process more healthily. As a matter of fact, with this parable, people who are suffering from the difficulties of life are reminded that accepting their own reality and believing in Allah's will cannot eliminate the suffering, but it can alleviate the suffering.

The common feature of spiritual or psychological counselors is to use techniques related to the sacred of the clients in order to help them cope with the unhealthy mental states that occur as a result of the negative events they experience and to reinforce their psychological resilience. The purpose of bibliotherapy is to give an insight to the individual in order to provide psychological support and to advise him/her to change his/her perspective. In this way, the individual has the opportunity to face and identify with these images more easily, thanks to the richness of symbols in the books he reads. If the books are used consciously, it will be easier for the individual to continue or overcome the grieving process in a healthy way. It is possible to say that all the stories in the Qur'an in general, and in particular the parable of the Wise Person-Moses, have a rich content for the bibliotherapy method, which is widely used in psychotherapy.