

Trabzon İlahiyat Dergisi
Trabzon Theology Journal
ISSN 2651-4559 | e-ISSN 2651-4567
TİD, cilt / volume: 6, sayı / issue: 1
(Bahar / Spring 2019): 397-427

İbrahim Hakkı Hazretleri'nin Şiirlerinin Biblioterapi Bağlamında Değerlendirilmesi

The Evaluation of the Poem İbrahim Hakkı Hazretleri's in the Context of Bibliotherapy

Gülcan Abbasoğulları

Dr. Öğr. Üy. Kafkas Üniversitesi, İlahiyat Fakültesi, Türk İslam Edebiyatı
Anabilim Dalı
Dr., Kafkas University, Faculty of Theology, Department of Turkish İslam
Literature
Kars/Turkey
e-mail: gulcan-019@hotmail.com

ORCID ID: <https://orcid.org/0000-0002-3490-4193>
DOI: 10.33718/tid.545265

Makale Bilgisi / Article Information

Makale Türü / Article Type: Araştırma Makalesi / Research Article

Geliş Tarihi / Date Received: 27 Mart/ March 2019

Kabul Tarihi / Date Accepted: 21 Mayıs/ Mayıs 2019

Yayın Tarihi / Date Published: 30 Haziran/ June 2019

Yayın Sezonu / Pub Date Season: Haziran / June

Atıf / Citation: Gülcan Abbasoğulları, "İbrahim Hakkı Hazretleri'nin Şiirlerinin Biblioterapi Bağlamında Değerlendirilmesi", *TİD* 6/1 (Bahar 2019): 93-123.

İntihal: Bu makale, iThenticate yazılımınca taranmıştır. İntihal tespit edilmemiştir.
Plagiarism: This article has been scanned by iThenticate. No plagiarism detected.

web: <http://dergipark.gov.tr/tid>
mailto: trabzonilahiyatdergisi@gmail.com

Copyright © Published by Trabzon Üniversitesi, İlahiyat Fakültesi.
Trabzon University, Faculty of Theology,
Trabzon, 61080 Turkey.
Bütün hakları saklıdır. / All right reserved.

İbrahim Hakkı Hazretleri'nin Şiirlerinin Biblioterapi Bağlamında Değerlendirilmesi

Öz

Biblioterapi okumayla iyileşme demektir. Yani doğru kitabı, doğru zamanda doğru kişiyle buluşturarak rahatlama elde etmektir. Biblioterapi, özdeşim, katarsis ve içgörü olmak üzere üç aşama olarak sınıflandırılmıştır. Özdeşim, kişinin eserdeki kahramanla özdeşim kurması; katarsis, okuyucunun gerginlikten kurtulması ve yahut ruhsal yenilenişe kavuşması; içgörü ise farkındalık kazanma, çözüm yolları bulma durumudur. Kişiler, edebî bir eser vasıtasıyla bu aşamalardan geçerek manevî tekamüllerini gerçekleştirebilirler.

Türk Edebiyatında kişilerin okuyarak rahatlama sağlayacakları ve kişisel gelişimlerine etki edecek pek çok eser mevcuttur. Pek çok ilimle meşgul olan İbrahim Hakkı Hazretleri'nin eserleri de bu türdendir. İbrahim Hakkı Hazretleri, eserlerinde tevekkül, teslimiyet, rıza, sabır gibi konulara sıkça yer vermiştir. Bu eserlerde, kişilerin içinde bulunduğu sıkıntılı durumlarla nasıl başa çıkacaklarına dair çözümler sunmakta, bilişsel ve duyuşsal anlamda kişilerin benlik gelişimlerine katkıda bulunmaktadır. Aynı zamanda bu eserler, sorunlar baş göstermeden onları önleyici bir etkiye de sahiptirler. Bu çalışmada İbrahim Hakkı Hazretlerinin şiirleri, biblioterapi bağlamında değerlendirilmeye çalışılacaktır.

Anahtar Kelimeler: *İbrahim Hakkı Hazretleri, Şiir, Divan, Okuma, Biblioterapi.*

The Evaluation of the Poem İbrahim Hakkı Hazretleri's in the Context of Bibliotherapy

Abstract

Abstract

Bibliotherapy means healing with reading. The right book is to get relief by bringing the right person at the right time. Bibliotherapy is defined as three stages: identification, catharsis and insight. Identification, the person is identified with the hero in the work. Catharsis, the reader to get rid of tension or spiritual renewal. Insight is to gain awareness and to find solutions. Individuals, through a literary work through these stages can realize their spiritual evolution.

There are many works in Turkish literature that will help people to relax by reading and affect their personal development. The works of İbrahim Hakkı Hazretleri, who is engaged in many sciences, are of this kind. In his works, İbrahim Hakkı Hazretleri gave place to subjects such as surrender, consent, patience. In these works, it provides solutions for how people will deal with the troublesome situations and contribute to the self-development of individuals in the cognitive and affective sense. At the same time, these works have a preventive effect without problems. In this study, the poems of İbrahim Hakkı Hazretleri will be evaluated in the context of bibliotherapy.

Key Words: *İbrahim Hakkı Hazretleri, Poem, Divan, Reading, Bibliotherapy.*

GİRİŞ

Ruhsal problemler insanlık tarihi kadar eskidir. İnsanın varlığıyla beraber problemler de ortaya çıkmaya başlamıştır. Gerek dinî ve kültürel değerler gerekse dönemin tıbbî bilgileri doğrultusunda farklı terapötik yöntemler kullanılmıştır.¹ Çok eski tarihlerden bu yana kitapların tedavi edici, iyileştirici, rahatlatıcı gibi etkilerinin olduğu da bilinmektedir. Antik Yunan zamanlarında Teb Kütüphanesi'nin giriş kısmında "ruhun şifa yeri" ibaresinin yazılı olduğu söylenmektedir.² Antik Yunan'da kütüphane, okuma, akletme, iyi vakit geçirme ve dinlenme mekânı olarak telakki edilmiştir. Çeşitli doğal tedavi uygulamaları, suyun tedavilerde kullanıldığı Dünya'nın bilinen ilk hastanesi olarak zikredilen, Asklepion'ların girişlerinde "ölümün girmedığı yer" yazısının yer aldığı kütüphanelerin varlığı, eski zamanlardan günümüze kadar toplumlarda kitapların iyileşme için bir yöntem olarak kullanıldığını göstermektedir. Hatta ilk psikiyatri hastanesi özelliğiyle tanınan Bergama Asklepion'un, içinde bir kütüphane yer almaktadır. Romalılar da kitap okumanın akıl hastalıklarının tedavisinde faydası olduğuna dair kanaat getirmişlerdir.³

Orta Çağ'da da kitaplar bir tedavi yöntemi olarak kullanılmış olup en eski örneği Kahire'de bulunan el-Mansur Hastanesi'nde Kuran'la yapılan tedavidir. 19. yüzyılın ortalarına kadar cezaevi ve hastanelerde kitap temin edimesinde din önemli bir etken olmuştur. 18. yüzyılda Fransız, İtalyan ve İngiliz asıllı olan birkaç kişi deliliğin tedavisi için okuma üzerinde durmuşlardır. Biblioterapinin ilk kullanıcısı olarak bilinen Benjamin Rush, romanların tedavide güzel neticeler vereceğini ileri sürmüştür.⁴

Biblioterapi, Yunanca kitap "biblio" ve terapi "therapeia" kelimele-

- 1 Mehmet Ak - Elif Eşen - Faik Özdengül, "Mevlana Penceresinden Bilişsel Terapiler", *Bilişsel Davranışçı Psikoterapi ve Araştırmalar Dergisi* 3/3 (2014): 134.
- 2 John T. Pardeck, "Using Bibliotherapy in Clinical Practice: A Guide to Self-help books", *Westport CT: Greenwood Press* (1993): 3'ten akt. Cynthia A. Briggs - Dale Elizabeth Pehrsson, "Use of Bibliotherapy in the Treatment of Grief and Loss: A Guide to Current Counseling Practices", *Adulspan Journal* 7/1 (2008): 35.
- 3 Serra Menekay, "Ölümün Girmesinin Yasak Olduğu, Vasiyetnâmelerin Hiç Açılmadığı Şehir: Asklepion-Bergama", *Dirim Tıp Gazetesi* 84/2 (2009): 3; Rhea J. Rubin, "Using Bibliotherapy: A Guide to Theory and Practice", *Phoenix: Oryx Press* (1978): 13'ten akt. Müge Yılmaz, "Bilgi ile İyileşme", *Türk Kütüphaneciliği* 28/2 (2014): 169.
- 4 Menekay, "Ölümün Girmesinin Yasak Olduğu, Vasiyetnâmelerin Hiç Açılmadığı Şehir: Asklepion-Bergama", 3; Rubin, "Using Bibliotherapy: A Guide to Theory and Practice", 13'ten akt. Yılmaz, "Bilgi ile İyileşme", 169.



rinden meydana gelen bir kavramdır.⁵ Bu uygulama için kaynaklarda “literatherapy” gibi farklı isimlendirmeler de yapılmıştır.⁶ Biblioterapi, özellikle davranışsal problemlerin çözümünün gelişmesine yönelik önemli bir tedavi vasıtasıdır.⁷ Okumayı seven insanları edebiyatla bir araya getirmek suretiyle onların kendi iç dünyalarını anlama, irdeleme ve çözüm getirme konusunda yardımcı olabilecek bir tekniktir. Edebiyatı kullanmak suretiyle sağlıklı bir ruh durumu sağlayabilmektir.⁸ İnsanın, kendi sorunuyla, edebî bir eserdeki kahramanın sorununu özdeşleştirerek çözüm üretmesidir.⁹ Bu manada biblioterapi duyguları, değerleri, bakış açılarını vb. şeyleri etkilemede duyuşsal öğrenmenin ne kadar önemli olduğunu göstermektedir.¹⁰

Biblioterapi, bir terapistin öncülüğünde literatürün terapötik amaçlı kullanılması,¹¹ öğrencilerin sorunlarının çözümüne katkıda bulunan ve onlara yaşam becerileri kazandıran okuma rehberliği,¹² kişiliğin değerlendirilmesinde veya kişilik problemlerinin teşhisinde edebiyat değerlerini kullanmak,¹³ çeşitli materyallerin okuma yahut izlenmesiyle sorunların

-
- 5 Şaban Karaköse - Rukiye Karaköse, *Mevlana'dan Ruhsal Terapiler*, 15. Baskı (İstanbul: Yediveren Yayınları, 2016), 32.
 - 6 Rhea J. Rubin - Margaret E. Monroe, “Bibliotherapy: Trends in the United States”, *Libri* 25/2 (1975): 160-161.
 - 7 Watson J. Wilson, “The Treatment of an Attitudinal Pathosis by Bibliotherapy, a Case Study”, *Journal of Clinical Psychology* 7/4 (1951): 351.
 - 8 Karen Davis - Timothy L. Y. Wilson, “Bibliotherapy and Children’s Award-winning books” (ERIC Document Reproduction Service No.354470) (1992): 2’den akt. Marilena Z. Leana Taşçılar, “Üstün Zekâlı ve Yetenekli Öğrencilerin de Bulunduğu Sınıflarda Biblioterapi Kullanımı: Model Önerisi”, *Türk Üstün Zekâ ve Eğitim Dergisi* 2/2 (2012): 120-121.
 - 9 John T. Pardeck - Jean A. Pardeck, “Bibliotherapy: A Clinical Approach for Helping Children”, *Gordon and Breach Science Publishers* (1994)’ten akt. Anita Iaquina - Shelle Hipsky, “Practical Bibliotherapy Strategies for the Inclusive Elementary Classroom”, *Early Childhood Education Journal* 34/3 (2006): 209.
 - 10 Leana, “Üstün Zekâlı ve Yetenekli Öğrencilerin de Bulunduğu Sınıflarda Biblioterapi Kullanımı: Model Önerisi”, 118, 120.
 - 11 Laura J. Cohen, “The Experience of Therapeutic Reading”, *Western Journal of Nursing Research* 16/4 (1994): 426.
 - 12 Terry Shepherd - Lynn B. Iles, “What is Bibliotherapy?”, *Language Arts* 53/5 (1976): 569.
 - 13 David H. Russell - Caroline Shrodes, “Contributions of Research in Bibliotherapy to the Language Arts Program”, *School Review* 58/6 (1950): 417.



çözümüne rehberlik etmek;¹⁴ hayal gücüne ya da bilgiye dayanan basılı veya basılı olmayan materyallerin kritik edilmesi ve deneyimlenmesi;¹⁵ duygusal ve fiziksel hastalıkların tedavisinde yardımcı bir yöntem;¹⁶ okumanın yanısıra işitsel materyalleri dinleme işlemi¹⁷ gibi çeşitli şekillerde kendinden söz ettirir. Kısacası biblioterapi doğru zamanda, doğru kişiyle, doğru kitabı buluşturmak suretiyle rahatlama elde etmektir.¹⁸

Biblioterapinin, kişinin psikolojik sağlamlılığına katkıda bulunacak bir yöntem olduğu da söylenebilir. Psikolojik sağlamlık kavramı latince esnek ve elastik (resilient) manalarına gelen “resilire” kökünden türemiştir. Ramirez, psikolojik sağlamlığı, fiziksel ve ruhsal hastalıkların, değişimlerin ve kötü hâllerin neticesinde iyileşme yeteneği; incindikten, gerildikten sonra kendini toparlayabilme; zor koşulların üstesinden gelerek uyum sağlayabilme yeteneği olarak tanımlar.¹⁹ Aslında maksat, her şeye iyimser bakma hâlinde ziyade hayatın zorluklarını kabullenmek ve böylece onunla başa çıkabilme yöntemlerini geliştirebilmektir.

Doğu edebiyatında “Ferec bade’s-ş-şidde” şeklinde ifade edilen ve “sıkıntıdan sonraki sevinç” anlamına gelen ifade bir biblioterapi uygulaması olarak değerlendirilebilir. Bu tabir didaktik amaçlı masal derlemelerinin adıdır. İlk kez Arap edebiyatında görülmüş olup en ünlü eser 14 bölüm hâlinde her bölümde 10 hikâye bulunan, sıkıntıya düşenleri teselli etmek için yazılmış olan Ebu Ali el-Muhassin el-Tenuhî’ye (ö. 384) ait eserdir. Türk dilinde ilk ferec kitabı Kasım İbn Mehmet tarafından Farsça’dan dilimize çevrilmiştir. Hikâyelerdeki kahramanlar olumlu meziyetlere sahip

14 Debbie McCulliss, “Bibliotherapy: Historical and Research Perspectives”, *Journal of Poetry Therapy* 25/1 (2012): 23.

15 Rubin, “Using Bibliotherapy: A Guide to Theory and Practice”, 2’den akt. Yılmaz, “Bilgi ile İyileşme”, 173.

16 Philippe Landreville - Julie Landry - Lucie Baillargeon - Anne Guérette - Évelyne Matteau, “Older Adults’ Acceptance of Psychological and Pharmacological Treatments for Depression”, *The Journals of Gerontology Series B Psychological Sciences and Social Sciences* 56/5 (2001): 285.

17 Rick W. Marrs, “A Meta-Analysis of Bibliotherapy Studies”, *American Journal of Community Psychology* 23/6 (1995): 845, 848.

18 Jann Grubb Philpot, “Bibliotherapy for Classroom Use”, *Incentive Publications, Inc. Nashville, Tennessee* (1997)’den akt. Uğur Öner, “Biblioterapi”, *Çankaya Üniversitesi Fen Edebiyat Fakültesi Journal of Arts and Sciences* 7 (Mayıs 2007): 136.

19 Fatma Öz - Emel Bahadır Yılmaz, “Ruh Sağlığının Korunmasında Önemli Bir Kavram: Psikolojik Sağlamlık”, *Sağlık Bilimleri Fakültesi Hemşirelik Dergisi* 16/3 (2009): 83.

karakterlerdir ve bu karakterlerden hareketle kişilere güzel meziyetlere sahip olunması öğütlenmektedir.²⁰

Bu yöntem nasıl adlandırılırsa adlandırılırsın İslam medeniyetinde kullanılan bir okuma etkinliğidir. İnsanın gerek kendisiyle başbaşa kaldığında gerek bir başkası ile okuyarak gerçekleştirdiği tefekkür etme sürecidir. İslam'ın "oku" emri insanın kendini ve evreni tanıması gerektiğinin ilk ve mühim mesajıdır. İnanan insanın indirilen ayetleri okuyup tefekkür etmesi de bir bakıma manevî anlamda bir iyileşme sürecidir. Bu anlamda medeniyetimizin, kaynağını İslam'dan alan, zengin içerikli pek çok eserinden, farklı okuma seviyeleri göz önünde bulundurularak istifade edilebilir. Binnur Yeşilyaprak'ın okuma yoluyla sağaltım adını verdiği biblioterapi yöntemi bilişsel ve duyuşsal manada kişinin benliğini geliştirecek veya tedavi edecek yöntemlerden biridir.²¹ Benlik ise kişinin kendini bilinçli bir şekilde tanımasında önemli bir yer tutmaktadır.

1. Biblioterapi Yöntemi

Kişinin kendini tanıması ve kendisiyle ilgili değerlendirmeleri, yaşanması muhtemel olan problemlere karşı yaklaşım tarzını da belirler. Benlik kavramı kişinin kendisini bilinçli olarak nasıl tanımladığı ve nasıl değerlendirildiğini içeren yargılardan oluşmaktadır.²² Bir insanın kendisini ve çevresini algılama biçimi, genel tutum ve davranışlarına etki etmektedir.²³ Kişiler gündelik yaşamda pek çok güçlkle karşılaşır. Bu süreçte kişilerin yaşadıkları güçlüklerle baş etmeleri, olumlu yaşantılarını daha olası hâle getirmeleri ve alacakları kararlar, yapacakları seçimler üzerinde yüksek kendilik değerinin ve yeterlik duygusunun önemi dikkate değerdir.²⁴

20 İskender Pala, *Ansiklopedik Divan Şiiri Sözlüğü*, 22. Baskı (İstanbul: Kapı Yayınları, 2012), 151-152.

21 Türkiye'nin Eğitim Portalı, "Bibliyoterapi: Okuma ile Sağaltım", Erişim: 25 Şubat 2019, <http://eduturkey.net/bibliyoterapi-okuma-ile-sagaltim-makale,18.html>

22 Meltem Güler - Ünsal Yetim, "Ebeveyn Rolüne İlişkin Kendilik Algısı Ölçeği Geçerlik ve Güvenirlik Çalışması", *Türk Psikoloji Yazıları* 11/22 (2008): 35.

23 Çiğdem Berber Çelik - Hatice Odacı, "Öğretmen Adaylarının Kendilik Algılarını Yordayıcı Olarak Boyun Eğici Davranışlar", *Journal of New World Sciences Academy* 6/2 (2011): 1389.

24 Stephan L. Kaplan, "Self-esteem is not Our National Wonder Drug", *School Counselor* 42/5 (1995): 341-346'dan akt. Birsan Şahan Yılmaz - Baki Duy, "Psiko-Eğitim Uygulamasının Kız Öğrencilerin Benlik Saygısı ve Akılcı Olmayan İnançları Üzerine Etkisi", *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi* 4/39 (2013): 71.

Bu değer ve duyguların gelişmesinde ise kitaplar büyük önem taşırlar. Okuma yoluyla (biblioterapi) kazanılması amaçlanan hususlar şu şekilde ifade edilmiştir: Kişisel kendilik değerini (self-concept) geliştirmek, insan davranışları ve güdülerini anlamak, sahip olduğu ilgiler dışında ilgiler sağlamak, kişisel kendini takdir etmeyi (self-appraisal) arttırmak, duygusal ya da bilişsel zorlanmaları hafifletmek, problemlerin birden fazla çözüm yollarının olduğunu göstermek, bireyin problemlerini çekinmeden tartışabilmek, problemin çözümü için eylem planı oluşturmak, bireye bu sorunla dünyada ilk karşılaşmanın kendisi olmadığını göstermektir.²⁵

Biblioterapinin amacı duygusal, zihinsel, gelişimsel manada sorun teşkil eden durumlarla başa çıkmayı sağlamaktır.²⁶ Kişinin bir problemin sadece kendi başına gelmediğini görmesini sağlamak, bir problemin birçok çözüm yolu olduğunu göstermek, bir problemi özgürce tartışmasına yardımcı olmak, yapıcı bir hareket planı hazırlaması sağlanarak problemi çözmesine yardımcı olmak, öz benliğini geliştirmek, zihinsel ve duygusal baskılarını hafifletmek, daha dürüst bir şekilde öz değerlendirme yapmasını teşvik etmek, kendi dışında ilgi alanı oluşturabilmesini sağlamak, insan davranış ve motivasyonlarını anlamayı geliştirmektir.²⁷ Aynı zamanda kişinin kendine olan saygısını artırmasına da yardımcı olur.²⁸ Biblioterapinin sözü edilen amaçlarının yanı sıra sağladığı faydalardan da söz edilebilir.

Küçük yaşlardaki çocuklar da kendini ifade etme ve dil yeteneği gelişmediğinden bibliyoterapi, çocukların duygularını kitaplardaki karak-

25 Bernice J. Salup - Alane Salup, "Bibliotherapy: An Historical Overview", (1978)'den akt. Ulaş Aracı, *Sûfi Hikâyelerinin Kullanıldığı Bilişsel-Davranışçı Yaklaşımla Bütünleştirilmiş Bibliyoterapinin İşlevsel Olmayan Düşünceler ve Kendini Gerçekleştirme Üzerindeki Etkisi* (Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi Ankara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, 2007): 35.

26 Barbara Lindeman - Martin Kling, "Bibliotherapy: Definitions, Uses and Studies", *Journal of School Psychology* 7/2 (1969): 36.

27 Nola Kortner Aiex, "Bibliotherapy", *Bloomington: Indiana University, Office of Educational Research and Improvement* (ERIC Document Reproduction Service No. ED357333) (1993)'den akt. James W. Forgan, "Using Bibliotherapy to Teach Problem Solving", *Intervention in School and Clinic* 38/2 (2002): 76.

28 Cohen, "Bibliotherapy", *Journal of Psychosocial Nursing and Mental Health Services* 25/10 (1987): 20-24'ten akt. Sefa Bulut, "Biblioterapi Yönteminin Okullarda Psikolojik Danışmanlar ve Öğretmenler Tarafından Kullanılması", *Elektronik Sosyal Bilimler Dergisi* 9/34 (2010): 25.

terlerle özdeşleştirerek aktarmasına yardımcı olmaktadır.²⁹ Öğrenciler biblioterapi yöntemi ile kendi sorunlarına benzeyen insanların da olduğunu ve yalnız olmadıklarını görürler ve problemlerine daha geniş açıdan bakabilirler.³⁰ Bibliyoterapi yöntemi psikolojik yardım maliyetlerini düşürmesi³¹, bekleme süresi sorununu gidermesinden³² dolayı yararlıdır. Bibliyoterapi danışanın kendi hızında ilerlemesini sağladığından kendine güven ve bağımsızlık duygusunu artırır.³³ Yaşlıların³⁴, yetişkinlerin³⁵, ergenlerin³⁶ ve çocukların³⁷ farklı sorunlarının tedavisinde etkili bir şekilde kullanılabilir. Çeşitli sorunların yanı sıra ölüm korkusu ile baş edemeyen-

29 Jacques J. D. M. Van Lankveld, "Bibliotherapy in the Treatment of Sexual Dysfunctions: A meta- analysis", *Journal of Consulting and Clinical Psychology* 66/4 (1998): 705.

30 Ray Wolpov - Eunice Askov, "Widened Frameworks and Practice: From Bibliotherapy the Literacy of Testimony and Witness", *Journal of Adolescent and Adult Literacy* 67/7 (2001): 608'den akt. Hüseyin Öncü, "Biblioterapi Yönteminin Okullarda Psikolojik Danışma ve Rehberlik Amacıyla Kullanılması", *Türkiye Sosyal Araştırmalar Dergisi* 16/1 (2012): 165.

31 Robert J. Gregory - Sally Schwer Canning - Tracy W. Lee - Joan C. Wise, "Cognitive Bibliotherapy for Depression: A Meta-Analysis", *Professional Psychology: Research and Practice* 3/35 (2004): 278.

32 Landreville - Landry - Baillargeon - Guérette - Matteau, "Older Adults' Acceptance of Psychological", 285-291.

33 Linda L. Bilich - Frank P. Deane - Andrew B. Phipps - Marcella Barisin - Graham Gould, "Effectiveness of Bibliotherapy Self-help for Depression with Varying Levels of Telephone Helpline Support", *Clinical Psychology and Psychotherapy* 15/2 (2008): 61-74.

34 Landerville - Landry - Baillargeon - Guérette - Matteau, "Older Adults' Acceptance of Psychological and Pharmacological Treatments for Depression", 285-291.

35 Daniel Bowman - Forrest Scogin - Brenda Lyrene, "The Efficacy of Self-Examination Therapy and Cognitive Bibliotherapy in the Treatment of Mild to Moderate Depression", *Psychotherapy Research* 5/2 (1995): 131-140.

36 Joseph Ackerson - Forrest Scogin - Nancy McKendree Smith - Robert Lyman, "Cognitive Bibliotherapy for Mild and Moderate Adolescent Depressive Symptomatology", *Journal of Consulting and Clinical Psychology* 66/4 (1998): 685-690.

37 John T. Pardeck, "Bibliotherapy: An Innovative Approach for Helping Children", *Early Child Development and Care* 110/1 (1995): 83-88; David F. Tolin, "Case Study: Bibliotherapy and Extinction Treatment of Obsessive-Compulsive Disorder in a 5-Year-Old Boy", *Journal of the American Academy of Child & Adolescent Psychiatry*, 40/9 (2001): 1111-1114; Joan Hoagland, "Bibliotherapy: Aiding Children in Personality Development", *National Council of Teachers of English* 49/3 (1972): 390-394.



lerde³⁸, panik atak³⁹ ve depresyon tedavisinde⁴⁰, saldırgan çocuklarda⁴¹, korku yaşayan öğrencilerde⁴² vb. durumlarda etkili olduğu belirtilmektedir.

Biblioterapi, öğrencileri kendilerini rahat bir şekilde ifade etmeleri için cesaretlendirir, kaygılarını azaltır ve sorunlarının çözümü için onlara bilgi sağlar, öğrencilerin değer, tutum ve davranışlarının gelişmesine yardımcı olur, okuryazarlığı artırır ve kişilerin okuduklarını anlama ve kavrama yeteneklerinin gelişmesine katkıda bulunur, toplumla çatışma yaşamadan uyum sağlamalarına yardımcı olur. Edebî değeri olan kitaplar insana kendi öyküsünü yeniden yakalayabilme, yorumlayabilme ve değişiklikler yapabilme şansını verebilir. Bibliyoterapi insanın kendisine ve çevresine karşı farkındalık sağlamasına yardımcı olur.⁴³ Edebiyat eserleri edebiyattan tat almayı sağlamada da yardımcı olur.⁴⁴

Öner, biblioterapi sürecini hayata dair kazanılan ufak tefek beceriler; okuma süresini ise bir tür soluklanma olarak telakki eder.⁴⁵ Okunan eserler insana bu dünyada yalnız olmadığını ve yaşanan sıkıntıları sadece kendisinin yaşamadığını hatırlatır ve sorunlarla başa çıkabilmeyi kolaylaştırır, umut verir. İnsanların farklı bakış açılarına sahip olabilmelerini, kendilerini değerlendirebilmelerini ve bu değerlendirmelerin neticesin-

38 Charles A. Corr, "Pet Loss in Death Related Literature for Children", *Omega: Journal of Death and Dying* 48/4 (2004): 399-414.

39 Greg A. R. Febraro - Gretchen A. Clum - Allison A. Roodman - Joseph H. Wright, "The Limits of Bibliotherapy: A Study of the Differential Effectiveness of Self-Administered Interventions in Individuals with Panic Attacks", *Association for Advancement of Behavior Therapy* 30/2 (1999): 209-222; Robert A. Gould - George A. Clum - David Shapiro, "The Use of Bibliotherapy in The Treatment of Panic: A Preliminary Investigation", *Behavior Therapy*, 24/2 (1993): 241-252.

40 Nancy M. Smith - Mark R. Floyd - Christine S. Jamison, "Three-Year Follow-Up of Bibliotherapy for Depression", *Journal of Consulting and Clinical Psychology* 65/2 (1997): 324-327.

41 Zipora Shechtman, "The Contribution of Bibliotherapy to the Counseling of Aggressive Boys", *Psychotherapy Research* 16/5 (2006): 645-651.

42 Janice I. Nicholson - Quinn M. Pearson, "Helping Children Cope with Fears: Using Children's Literature in Classroom Guidance", *Professional School Counseling* 7/1 (2003): 5-19.

43 Öncü, "Biblioterapi Yönteminin Okullarda Psikolojik Danışma ve Rehberlik Amacıyla Kullanılması", 151-152, 165-166.

44 Öner, "Biblioterapi", 143.

45 Öner, "Biblioterapi", 135, 139.



de kimi insanlarla özdeşleşebileceklerini kimi insanlardan da uzaklaşmaları gerektiğini anlamalarını sağlar.⁴⁶

Edebiyat, insana yeni yollar gösterir, insanın bakış açısını zenginleştirir ve ruhundaki yaraları iyileştirmesini sağlar.⁴⁷ Okunan metinlerin edebî bir değer taşıması, nitelikli olması etkili bir sonuç alınabilmesi için önemlidir. Ayrıca bu süreçte evrensel değerlerin anlatıldığı kitaplar tercih edilmelidir. Bu minvalde yazılmış çeşitli öyküler de insanın hayat deneyiminin zenginleşmesinde, hayatta üstlenilmesi gereken rollerin bilinmesi ve bunlara karşı kazanılması gereken dayanıklılığın elde edilmesinde önemli bir işlev görür.⁴⁸

Pardeck ise bu yöntemin önleyici etkisi olduğundan söz eder ve biblioterapinin sorunların çözümünü kolaylaştırdığı gibi sorunlu davranışların oluşmaması ya da engellenmesi için de yardımcı bir yöntem olacağı görüşündedir.⁴⁹

Bu yöntem çeşitli terapilerde, hastane ve hapishane gibi kurumlarda tedavi yöntemi olarak istifade edilmekle birlikte kişisel gelişime de katkı sağlamak için kullanılmaktadır.⁵⁰ Bazı araştırmacılar suçluların, suç işleme eğilimlerinin empati eksikliğinden kaynaklandığını söylemektedir.⁵¹ Duygusal cehalet denilen bu veya buna benzer bütün sorunlarda kişilere, biblioterapi yöntemiyle empati kabiliyeti kazandırılabilir. Okuduğu eserde kendini kahramanın yerine koyan kişi aynı zamanda empati kurabilmeyi öğrenir. Fakat okuma seviyesi, kişinin bilgiye karşı tutumu, kavrama yeteneği, danışmanın deneyim eksikliği gibi bazı engeller biblioterapi sürecini sınırlayan etmenlerdendir.⁵²

46 Öncü, "Biblioterapi Yönteminin Okullarda Psikolojik Danışma ve Rehberlik Amacıyla Kullanılması", 149-150.

47 Cheryl Rainfeld, "Books Can Help You Heal", *Online Sources*, 2003'ten akt. Öner, "Biblioterapi", 134.

48 Öner, "Biblioterapi", 138, 146.

49 John T. Pardeck, "Bibliotherapy and Clinical Social Work", *Journal of Independent Social Work*, 5/2, (1991): 59.

50 Jamie Pardini - Forrest Scogin - Jennifer Schriver - Marla Domino - Dawn Wilson - Michael LaRocca, "Efficacy and Process of Cognitive Bibliotherapy for the Treatment of Depression in Jail and Prison Inmates", *Psychological Services* 11/2 (2014): 141-152.

51 Daniel Goleman, *Duygusal Zekâ*, çev. Banu Seçkin Yüksel, 49. Baskı (İstanbul: Varlık Yayınları, 2018), 149.

52 Bulut, "Psikolojik Danışmanlar ve Öğretmenler Tarafından Kullanılması", 27.

Biblioterapi, klinik-gelişimsel biblioterapi; reading-interactive biblioterapi; kendi kendine-yaratıcı-resmi olmayan biblioterapi; klinik-rehabilitasyon-eğitici biblioterapi olmak üzere çeşitli şekillerde sınıflandırılmıştır. Herbert ve bazı araştırmacılar uzman kişilerin okuma rehberliğinde duygusal ve davranışsal sorunların çözümünde kullanılan yönteme *klinik biblioterapi*; bir rehber eşliğinde okuyucunun kişiliği ve edebiyat arasında etkileşim sağlanmasına ise *gelişimsel biblioterapi* adını vermişlerdir.⁵³ Cohen, tartışma olmaksızın yapılan okuma rehberliği sürecini *okuma (reading) biblioterapi*; danışan ve danışman arasında terapötik etkileşim yaşanmasını *etkileşimli (interactive) biblioterapi* olarak tanımlamıştır.⁵⁴ Brewster'in söz ettiği sınıflandırmaya göre de akıl hastalarına tavsiye amacıyla verilmiş tedavi yöntemi *kendi kendine (self-help) biblioterapi*; akıl sağlığı daha iyi olan bireylere edebî kaynakların tavsiye edilmesiyle özdeşim kurma, katarsis, içgörü gibi basamakları geçme yöntemi *yaratıcı (creative) biblioterapi*; okuma grupları ve kütüphanecilerin tavsiye ettiği kaynaklardan faydalanarak elde edilen yöntem *resmî olmayan (Informal) biblioterapi*'dir.⁵⁵ Ayrıca tıbbî bir topluluk tarafından uygulanan iyileşme sürecine *klinik biblioterapi*; ciddi hastalıklardan sonra ya da süreç içinde uygulanan motivasyon yöntemine *rehabilitasyon biblioterapi*; genel manada kişilik gelişimi ve sorunların çözülmesinde veya sorunlardan korunmada uygulanan yönteme *eğitici biblioterapi* demek suretiyle de bir sınıflandırma yapılmıştır.⁵⁶

Shrodes, biblioterapi sürecini özdeşim kurma, katarsis, içgörü olmak üzere üç aşamada gerçekleştiğini ifade etmiştir.⁵⁷ Buna göre; ilk aşama olan özdeşleşme (yansıtma) aşamasında kişinin eserdeki kahramanla özdeşim kurması, kendini kahramanın yerine koyarak ilişkileri yorumlayabilmesi sağlanır.⁵⁸ İkinci aşama olan katarsis, kavram olarak Türkçe-

53 Thomas P. Herbert - Joseph M. Furner, "Helping High Ability Students Overcome Math Anxiety Through Bibliotherapy", *The Journal for Secondary Gifted Education* 8/4 (1997): 169.

54 Cohen, "The Experience of Therapeutic Reading", 426-427.

55 Brewster Liz, "Books on Prescription: Bibliotherapy in the United Kingdom", *Journal of Hospital Librarianship* 9/4 (2009): 400.

56 Daiva Janaviciene, "Bibliotherapy Process and Type Analysis: Review of Possibilities to Use It in the Library", *Il Tiltai* 4/53 (2010): 119-132'den akt. Yılmaz, "Bilgi ile İyileşme", 175.

57 Caroline Shrodes, "Bibliotherapy", *The Reading Teacher* 9/1 (1955): 24.

58 Öncü, "Biblioterapi Yönteminin Okullarda Psikolojik Danışma ve Rehberlik Amacıyla

ye “arınma” şeklinde çevrilmiş olup temizleme/ temizlenme, paklaşma, saflaşma, duygu boşalması gibi anlamlara gelmektedir. Sanat eserine muhatap olan okuyucunun gerginlikten kurtulma ve yahut ruhsal yenilişe kavuşma durumudur.⁵⁹ Platon, arınmanın tartışma vasıtasıyla yapılabileceğini söylemektedir. Bu da gösterir ki dil ve diyalog arınmanın bir yoludur. Korkaklık, taşkınlık ve haksızlık gibi durumların hastalık olduğunu ve ruhun bilgisizlikten kaynaklanan sapmalarının eğitim ile giderilebileceğini savunmaktadır.⁶⁰ Platon, katarsisde bilgiye ulaşmada yöntem olarak tartışmayı, Aristoteles ise duyguları harekete geçirmeyi öne sürmektedir.⁶¹ Sanat eseri sayesinde yaşanan şeylerin anımsanması, insanın yeniden inşa olmasına ve değerlerin hatırlanmasına sebebiyet verir.⁶² Biblioterapi uygulamasının katarsis sürecinde de benzer bir durum vardır. Kişi eserin yardımıyla kendini keşfetmeye, anlamaya çalışarak rahatlama yaşar. Kahramanın sorunla baş edebilme yöntemi ile kendininkini karşılaştırarak benzerlik ve farklılıkları algılamasını sağlar.⁶³ Bir bakıma öyküdeki kahramanı yada şairin hislerini taklit ederek kendini onun yerine koyar ve bir muhasebe yapar. Arınma yoluyla kişiliğin yenilenmesinin genel bir yöntem olması hâlinde ulaşılan durumun kişiye zihinsel bir üstünlük sağlayacağı, bunun sürekli kılınabileceği, yapay duygusal çelişkiler yaratılarak beynin nörolojik fonksiyonlarının da değiştirilebileceği, bunun sonucu olarak, katarsisin özel türden bir bilme yetisi olarak kullanılabilmesi düşünceleri vardır.⁶⁴ Son aşama ise içgörü (bütünleşme) aşamasıdır. Kişi bu süreçte içgörü kazanır. Yani sorunlarına ilişkin çözüm yolları keşfeder, farklı bakış açıları geliştirir, kendini tanır. Bir bakıma kendi hikayesini yazmasına olanak sağlar.⁶⁵

Kullanılması”, 160.

59 Turan Karataş, *Ansiklopedik Edebiyat Terimleri Sözlüğü* (İstanbul: Sütun Yayınları, 2011), 330.

60 Platon, *Sofist*, çev. Furkan Akderin (İstanbul: Say Yayınları, 2015), 41.

61 Aristoteles, *Poetika*, çev. İsmail Tunalı (İstanbul: Remzi Kitabevi, 1987), 22-26.

62 Aristoteles, *Poetika*, 46-47.

63 Öncü, “Biblioterapi Yönteminin Okullarda Psikolojik Danışma ve Rehberlik Amacıyla Kullanılması”, 160.

64 Hülya Can, “Aristoteles’te Katharsis Kavramı”, *Felsefe ve Sosyal Bilimler Dergisi* 2 (Güz 2006): 69.

65 Öncü, “Biblioterapi Yönteminin Okullarda Psikolojik Danışma ve Rehberlik Amacıyla Kullanılması”, 160-161.



Okumayı gerçekleştiren insan aradığı, ihtiyaç duyduğu, duymayı arzu ettiği bir mesajla karşılaşarak bundan istifade edebilir ve yahut kendisiyle bağdaştıramadığı bir mesajla karşılaştığında onu dışlayabilir. Tüm bunlar kişinin kendini keşfetmesinde büyük önem arzeder.⁶⁶ Biblioterapi hakkındaki genel bir değerlendirmeden sonra İbrahim Hakkı Hazretleri'nin şiirlerini değerlendirebiliriz.

2. İbrahim Hakkı Hazretleri'nin Şiirlerinin Biblioterapi Bağlamında Değerlendirilmesi

Biblioterapi olarak isimlendirilen bu yöntem bugün nasıl söylenirse söylenirse medeniyetimizde çok eskiden beri var olan bir okuma sürecidir. Mühim bir yer teşkil eden şiirin ise bu iyileşmenin bir parçası olduğu söylenebilir. Şiir terapileri etkin bir şekilde uygulanmak suretiyle insanların benliklerini keşfetmelerine, farkındalık sağlamalarına, sorunlarını çözmelerine, akl-ı selim, kalb-i selim ve zevk-i selim sahibi insanların yetişmesine yardımcı olabilir. Başkalarının duygularını anlama ve duyguları idare edebilme gibi becerilerle duygusal zekânın gelişimine katkıda bulunulabilir.

İnsanların inanç ve kültürleri, insanda bilişsel anlamda bir etki oluşturabilmesi açısından sorunların çözümünde takip edilmesi gereken yolları belirlemektedir. Bu doğrultuda İslam tasavvufu insanların yaşamış olduğu sıkıntı, keder ve sorunlara karşı yapılması gereken şeyleri muhataplarına zengin bir literatür sunarak sağlamaktadır. Bu anlamda Hz. Mevlana'nın, *Mesnevî* için söylediği "*Ruhlara şifadır, sevgilileri sevgilisine, hastaları çaresine kavuşturur*" sözlerinin, eserin şifa verici yönüne işaret ettiği düşünülmektedir.⁶⁷

İbrahim Hakkı Hazretleri 2 Muharrem 1115'te Erzurum'un Horasan ilçesinde dünyaya gelmiştir. İyi bir tahsil gören İbrahim Hakkı Hazretleri, ilmî ve tasavvufî alanda eserler vermiştir. İrfanın dört aslı olarak tevekkül, tefvîz ve teslim, sabır, rızâ konularının üzerinde ehemmiyetle durmuştur.⁶⁸ Ele aldığı hususlar itibariyle İbrahim Hakkı Hazretleri'nin *Marifetnâme* adlı eserinde bulunan *Tefviznâme*'si de kişilerin rahatlama,

66 Öner, "Biblioterapi", 139.

67 Nevzat Tarhan, *Mesnevi Terapi*, 12. Baskı (İstanbul: Timaş Yayınları, 2016), 45.

68 Mustafa Çağrı, "İbrahim Hakkı Erzurumî", *Türkiye Diyanet Vakfı İslâm Ansiklopedisi* (İstanbul: TDV Yayınları, 1989), 21: 305, 307.

farkındalık sağlama ve iyileşme süreçlerine etki edecek bir manzume niteliğindedir. Diğer şiirlerine geçmeden önce biblioterapi bağlamında *Tefviznâme*'de öne çıkan hususları belirtmek yerinde olacaktır. Tefviz, bir şeyi veya bir işi birine ısmarlamak demek olup tevekkülün daha ileri bir derecesidir. Kulun sebeplerin sonucunda, işini Allah'a havale etmesi ve ondan razı olmasıdır.⁶⁹ İbrahim Hakkı Hazretleri, bahsi geçen manzumesinde tekrar ettiği "*Mevlâ görelim neyler/ Neylerse güzel eyler*" ifadesiyle kişileri manevî anlamda iyileştirecek olanın tevekkül, teslimiyet, sabır ve rıza olduğunu dile getirir:

Sen Hakk'a tevekkül kıl Deme şu niçin şöyle
Tefvîz et ve rahat bul Yerindedir ol öyle
Sabr eyle ve râzı ol Bak sonuna seyreyle
Mevlâ görelim neyler Mevlâ görelim neyler
Neylerse güzel eyler Neylerse güzel eyler

Sen adli zulüm sanma Bir işi murâd etme
Teslim ol oda yanma Olduysa inâd etme
Sabreyle sen usanma Hak'tandır o reddetme
Mevlâ görelim neyler Mevlâ görelim neyler
Neylerse güzel eyler Neylerse güzel eyler

İbrahim Hakkı Hazretleri, kişilerin rahatlamasını sağlayacak tevekkül, teslimiyet, sabır ve rıza gibi hususlarda vermiş olduğu telkinlerin dışında insanın tekâmülü için dikkat edilmesi gereken şeyleri de söylemeyi ihmal etmemiştir. İbrahim Hakkı Hazretleri bahsi geçen manzumesinde, halk ile yorulmayı kalbe yakın olmayı (*sen halk ile yorulma/ bu nefis ile hem kalma/ kalbinden irak olma*), gönülden gamı uzaklaştırmayı (*dilden gamı dûr eyle*), kimseye hor bakmamayı, gönül incitmemeyi, (*hiç kimseye hor bakma/ incitme gönül yıkma/ sen kendine yan çıkma*), gerek sözle gerek eylemlerle her daim doğru olmayı, olayları sadece akla dayanarak değerlendirmemeyi, (*mümin işi reng olmaz/ akıl huyu cenk olmaz/ ârif dili teng olmaz*), az yemeyi, az içmeyi, az uyumayı, nefisini dinlememeyi (*az ye az uyu az iç/ ten mezbelesinden geç*), geçmişte kalmayıp gelecekle de oyalan-

69 Ethem Cebecioglu, *Tasavvuf Terimleri ve Deyimleri Sözlüğü*, 6. Baskı (Ankara: Otto Yayınları, 2014), 484-485.

mamayı (*geçmişle geri kalma/ müstakbele hem dalma*), Allah'ı zikretmeyi (*her dem âni zikir eyle*), gafleti bırakıp hayret duymayı (*gel hayrete dal bir yol/ kendin unut âni bul/ koy gafleti hâzır ol*), dinlemeyi (*her söyleyeni dinle/ ol söyleyeni anla*), âlemin lisânını bilmeyi, edepli ve ahlâklı olmayı (*bil elsine-i halkı/ aklâm-ı Hak ey Hakkı/ Öğren edeb ü hulki*) nasihat etmiştir.

İbrahim Hakkı Hazretleri'nin, Hakkî mahlasıyla yazdığı *Divan'*ında⁷⁰ da dinî heyecan ve tecrübeye, tasavvufa, nasihata ve güzel ahlâka dair şiirler bulunmaktadır.⁷¹ İbrahim Hakkı Hazretleri'nin 366 gazeli incelendiğinde başta “olmazdı” redifli gazel olmak üzere diğer şiirleri de, olumsuz davranışları önleyerek insanların olumlu davranışlar geliştirmesine, sorunlarına çözümler bularak rahatlamalarına yardımcı olacak metin örnekleridir. Örnek verilecek manzumelere, bilhassa İbrahim Hakkı Hazretleri'nin içgörü kazanmaya yardımcı olacak müstakil bir metin olan “olmazdı” redifli gazelinde öne çıkardığı hususlar temel alınarak yer verilmiştir. Ruhsal bozukluklar dikkate alınarak farklı sınıflandırmalar yapılmış olsa da bahsi geçen gazeli başta olmak üzere diğer şiirlerini de genel anlamda eğitici biblioterapi için yardımcı metinler arasında değerlendirmemiz mümkündür. Çünkü şair, kişilere yol göstererek sorunlarla başa çıkmanın yöntemini göstermekte ve neler yapılması gerektiğine dair çözümler sunmaktadır. Bunu yaparken şair, sanki okuyucuyla dertleşiyormuş gibi bir izlenim verir; üzerinde düşünülmesi gereken durumları ele alarak okuyucunun yaşadığı veya yaşanması muhtemel olayları düşünmesine, sorgulamasına ve çözüm yollarını keşfetmesine katkıda bulunur. Özellikle “olmazdı” redifli gazel boyunca “Şunu şunu yapsaydım böyle olmazdı...” şeklindeki söylem, kendi iç dünyasında bir tartışma geliştirirken farkındalık kazanmaya yardımcı olmaktadır. İnsanları mutsuz eden hâllerin sebeplerini belirterek bunların olmaması için neler yapılması gerektiğine dair işaret levhaları verilmiştir. Okuyucu okuma sırasında kendini

70 Çalışmada yer alan İbrahim Hakkı Hazretleri'nin *Divan'*ındaki manzumeler için *Divan-ı İbrahim Hakkı Erzurumî* adlı 1263 tarihli yazma nüsha (TBMM Kütüphanesi Açık Erişim) ve Numan Külekçi ile Turgut Karabey'in hazırladıkları transkripsiyonlu metin dikkate alınmıştır.

71 Bkz. Ayşe Ulu, “Divanından Hareketle Bir Nasih Olarak Erzurumlu İbrahim Hakkı Hazretleri”, *Bütün Yönleriyle İbrahim Hakkı Hazretleri Sempozyumu Bildirileri (Türkiye-Erzurum, 16-18 Kasım 2011)*, ed. Cengiz Gündoğdu (Erzurum: Atatürk Üniversitesi Yayınları, 2012), 443-450; Osman Nuri Küçük, “İbnü'l Arâbî'den İbrahim Hakkı'ya Sûfi Düşüncede İnsan-ı Kâmil Kavramı”, *Bütün Yönleriyle İbrahim Hakkı Hazretleri Sempozyumu Bildirileri (Türkiye-Erzurum, 16-18 Kasım 2011)*, ed. Cengiz Gündoğdu (Erzurum: Atatürk Üniversitesi Yayınları, 2012), 247-253.

şairin yerine koyarak onunla özdeşim kurar. Ardından şairin dile getirdiği sorunlarla nasıl baş edebilmesi gerektiğine dair çözüm yollarını keşfeder ve bahsi geçen sorunları kendi sorunlarıyla karşılaştırarak, benzerlik ve farklılıkları algılama ve arınma süreci yaşayarak pek çok insanın benzer şeyler yaşadığını anlar. Neticede kişi, içgörü sürecinde neler yapması gerektiğine dair deneyim kazanarak kendi hikâyesini oluşturur. Farkında olmak, bir amaç olmaktan çok bir niyet özelliği gösterir. Ulaşılması gereken bir yer ve durumdan ziyade insana bir doğrultu kazandırmadır. Bir bakıma “yeniden algılama” sürecidir.⁷² Biblioterapi için ruhsal bozukluklara bağlı olarak farklı sınıflandırmalar yapılmış olsa da genel anlamda İbrahim Hakkı Hazretleri’nin şiirleri, eğitici biblioterapi için istifade edilecek kaynaklar arasında değerlendirilebilir. Bu şiirler farkında olmak adına arınıp rahatlayarak kişinin içgörü kazanmasına yardımcı olacaktır. Şiirlerin muhtevasına bakıldığında tavsiye edilen çözüm önerilerini şu şekilde sıralayabiliriz: Kendini tanımak, Hakk’a yakın olmak, manevî zevkler elde etmek, dünya sevgisinden uzak olmak, gereksiz her türlü şeyi ve faydasız düşünceleri terk etmek, şöhretten uzak olmak, tamahkâr olmamaktır.

Allah’ın halifesi olarak addettiği insan, mahiyeti itibariyle kâinatın göz bebeği olarak tasavvur edilmektedir. Bu sebepten insan kıymetini, değerini, itibarını, hürmet edilen bir varlık olduğunu takdir etmelidir. Öyle ki, âlem mülkü cisim, insan ise cihanın canıdır. İçinden can çıkan bir bedenin cansız ve hareketsiz oluşu gibi insanın olmadığı bir cihanda da hayat belirtisi olmaz:

Kıymet ü kadrini hoş bil ki mükerrermsin sen

Mülk-i âlem sana cism oldu ve sen cân-ı cihân

İnsanın Allah’la yakınlık kurabilmesinin en önemli basamaklarından biri insanın kendini bilmesi, hakikatinin derinliğini görebilmesidir. “*Nefsini bilen Rabbini bilir*”⁷³ şeklindeki mesaj Rabbini bilmek isteyen bir insanın işe kendinden başlaması gerektiğini vurgulaması açısından önemlidir. İbrahim Hakkı Hazretleri benzer olarak ırağa yani “uzağa gitme” öğüsünde bulunur. Bu söz ise her şeyin insanın kendinde olduğunu hatırlatmaktır. Allah’a bağlanmış olan kimse böylelikle gönlünde çok şey bulacaktır:

72 Ak - Eşen - Özdengül, “Mevlana Penceresinden Bilişsel Terapiler”, 136, 138.

73 Cebecioğlu, *Tasavvuf Terimleri ve Deyimleri Sözlüğü*, 364.

Irağa gitme sana gel ki sendedir her şey

Murâkîb ol ki derûnunda sen neler bulasın

Yakınlık demek olan kurb, ezelde ruhlar âleminde Allah ve kul arasındaki ahde uymak, sevilene duyulan yakınlık, Allah'ın emirlerine uygun davranmak, bütün vakitlerde Allah'a ibadet etmek demektir.⁷⁴ Sevilene kalp yoluyla duyulan yakınlığın iki türlü olduğu söylenir. İlki nafilerle olan yakınlıktır ki "*beşerî sıfatların sona erişi ve beşer üzerinde Allah'ın sıfatlarının zuhuru*"dur. İkincisi ise farzlarla olan yakınlıktır ki "*kulun, nefsi de dâhil olmak üzere her şeyin yani mâsivânın şuurundan tamamen fânî olması*"dır.⁷⁵ Yakınlığın mümkün olması Allah'a itaat ve kullukla ilgilidir. İnsan gönlünde Hakk'ı bulsaydı Hakk da insana yakın olurdu. Sonuç itibarıyla gönlün dayanıklı olması, güçlülere göğüs germesi Hakk'ın da insana dost olmasıyla birlikte, Hakk'a yakın olmanın ve onu gönülde bulmanın şartı ise insanın masivâyı ve tabiatında olan kötü huylarını terk etmesidir. Böylelikle insanın gönlü Hakk'ın gizli sırlarına vakıf olur:

Bulaydım dilde dil-dârım bana mûnis kim olmazdı

Bana yâr olmasa yârim ana dil muhkem olmazdı

Eğer terk etmese halkı dahi her şehvet-i hulku

O şâh-ı aşka bu Hakkî gönülden mahrem olmazdı

Hakk'ın gönülde bulunması için kötü huyları terk etmek gerektiği gibi, gönle sefer etmek niyetinde olan insanın bu emeline, Hakk'ın boyasıyla boyanmak,⁷⁶ ahlâkıyla ahlâlanmak suretiyle kavuşabileceği de şöyle ifade edilir:

Gönülde eyle sefer ger Hudâ'yı istersen

Hûyundan et güzer ol âşinâ-yı hulk-ı Hudâ

Gönül, görünen nesnelere âlemine, gayb âlemini büsbütün unutturacak derecede teveccüh ederse kendisinde var olan bütün yüce kıymetlerden yoksun kalarak hayvanîleşir. İnsan kalbi cisme ait olan birtakım nefsanî şehvetlerle bedene teveccüh gösterirse kalbi Allah'tan uzaklaşmış

74 Abdürrezzak Kâşânî, *Tasavvuf Sözlüğü*, çev. Ekrem Demirli, 4. Baskı (İstanbul: İz Yayınları, 2015), 452; Cebecioğlu, *Tasavvuf Terimleri ve Deyimleri Sözlüğü*, 294.

75 Cebecioğlu, *Tasavvuf Terimleri ve Deyimleri Sözlüğü*, 294.

76 el-Bakara Suresi, 2/138.

demek olur.⁷⁷ Bu sebeptendir ki gönül ehli gönülde yüz bin manevi zevk bulunduğu için çok izzetli ve çok bilgilidir. Aksi takdirde beden şehveti kurtulmaya izin vermezdi:

*Dil ehli bulmasaydı dilde yüz bin zevk-i rûhânî
Komazdı şehvet-i cismi e'azz ü a'lem olmazdı*

İbrahim Hakkı Hazretleri, ârif ve kâmillerin sohbetlerinin ve tecritin manevî zevkler elde etmede bir vasıta olduğunu dile getirir. Buna göre; nefis, akıl, can, gönül, bilgi sahibi olan ve bilgisiyle amel eden ârif ve kâmillerin sohbetleriyle hoş olur:

*Nefs ü akl ü can u dil sohbetleriyle hoş olur
Âlimâtün âmilâtün ârifâtün kâmilât*

Tecrid, dünya alâkalarını gönülden çıkarmak demektir. Tecridin lezzetinden habersiz olan insanlara şairin tavsiyesi, cismi terk edip hayat suyunu içmektir. “Âb u gil” ifadesi, Hz. Peygamber’in (asm.) “*Henüz Âdem su ve çamur arasında iken ben peygamberdim*”⁷⁸ hadisinden hareketle, tasavvufta fâni olan insan için kullanılır. Beyitteki mânâsıyla, su ve topraktan yaratılan insan, cisminden kurtulup dünya alakalarını kesmeli, böylece ölümsüzlük suyunu tatmalıdır. Yaratalışının aslına yani ruhunun hakikatine geri dönmelidir:

*Bin şükür eder ol cân ki bu tenden olur âzâd
Ey bî-haber ol lezzet-i tecrîd-i revândan
Koy lezzet-i âb u gili iç âb-ı hayâtı
Geç nüh feleği aslına gel devr-i zamândan*

Üzüntü, “sevilen şeylerin elden gitmesinden ya da amaçlanan şeylerin gerçekleşmemesinden doğan psişik (nefsâni) bir acıdır.” şeklinde tanımlanmaktadır.⁷⁹ Sebepleri bilinmeyen acıların şifası bulunamayacağından

77 İbrahim Hakkı Hazretleri, *Marifetnâme*, sad. M. Fuad Başar (İstanbul: Âlem Yayınları, 1984), 550.

78 Celâleddin Abdürrahmân b. Ebû Bekr es-Suyûtî, *ed-Dürerü'l-müntesire fi'l-ehâdî-si'l-müştehire*, nşr. Muhammed Abdülkâdir Atâ, Beyrut: Dârü'l-Kütübü'l-İlmiyye, 1988), 203.

79 Yakup b. İshak el-Kindî, *Üzüntüden Kurtulmanın Yolları*, 3. Baskı (Ankara: Türkiye Diyanet Vakfı Yayınları, 2017), 51.

öncelikle üzüntünün sebeplerini bilmek gerektiği düşünülür.⁸⁰ İnsanın istediği her şeyi elde etmesi yahut sevdiği şeyleri kaybetmeden elinde tutması mümkün değildir. Zira yaşanan oluşma ve bozulma (kevn ve fesad) âleminde süreklilik, değişmezlik söz konusu değildir. Sürekli oluş ve değişmezlik akıl âleminde geçerli olduğundan insan seveceği, elde edeceği şeyleri akıl âleminden seçmelidir. Böylelikle kavuşamayacağı bir şeyi istemekten veya sevdiği bir şeyi kaybetmekten kurtulmuş olur. Tabiatta bulunmayan arzu eden insan mevcut olmayı istiyor olduğundan istediğinden mahrum kalıp mutsuz olacaktır.⁸¹ Üzüntünün farklı hâlleri olan gam, dert ve bela gibi sıkıntılar da kalbe dünya sevgisinden gelir. Mâsivâ terk edilirse gönülde matem olmayacaktır:

*Gam u derd ü belâ hep hubb-ı dünyâdan gelir kalbe
Kamuyu terk edeydim hoş gönülde mâtem olmazdı*

Okuyucu kendi başına gelen bir sıkıntının mutlaka başkalarının da başına gelmiş olduğunu düşünmeli ve teselli bulmalıdır (katarsis). Bu minvalde Makedonyalı Philippus'un oğlu kral İskender, ölümü sırasında annesini teselli etmek için gönderdiği mektupta şunları yazmıştı: "Ey İskender'in annesi! Düşünceme göre oluşma ve bozulma kanunlarına bağlı olan her şey fânidir. Senin oğlun kendisine, kimi kralların değersiz ahlâkını layık görecek değildir. Sen de kendine bu kralların annelerinin değersiz huy-larını layık görmemelisin. İskender'in -ölüm- haberini alır almaz büyük bir şehir kurulmasını emret; ardından Afrika, Avrupa ve Asya'nın bütün şehirlerinden insanların (matem töreninin yapılacağı) muayyen bir günde senin huzurunda toplanmaları için elçiler gönder. O gün insanların yiyip, içmek ve eğlenmek için toplanacakları bir gün olsun. Ayrıca (ömründe) herhangi bir musibete uğramış olanların, senin bu davetine katılamayacaklarının da halka duyurulmasını emret ki, böylece, başka insanların mateminde hüznün yaşanırken İskender'in matemini sürurla geçirsin."

Annesi sözü edilen emir gerçekleştirdiğinde kimse belirtilen vakte gelmedi ve insanların neden gelmediğini sorduğunda ise cevaben şu söylendi: "Siz herhangi bir musibete uğramış olanların bu toplantıya katılmamalarını emretmişsiniz. Musibete uğramamış hiçbir insan bulunmadığından kimse davete icabet etmedi." Bunun üzerine annesi: "Ey İskender-

80 el-Kindî, *Üzüntüden Kurtulmanın Yolları*, 49.

81 el-Kindî, *Üzüntüden Kurtulmanın Yolları*, 51-53.



der!... Demek ki senin ölümün yüzünden uğradığım musibetten dolayı beni en mükemmel bir şekilde teselli etmek istemişsin. Gerçekten (anladım ki) ilk musibete uğrayan ben olmadığım gibi musibet sadece bir tek kişinin başına gelen bir olay da değilmiş!"⁸²

Geçici nimetlerin elden gitmesi ya da zaten olmayacak şeylerin yokluğundan üzüntü duyan kimsenin üzüntüsü bitmek bilmez bir hâldir. Zira o, yaşadığı her anda bir şeyleri elde edememekle yahut sevdiği bir şeyi kaybetmekle yoksun kalır. Sokrat, "Üzülmemeyi nasıl başarıyorsun?" sorusuna "Kaybettiğim takdirde üzüntüsünü çekeceğim şeye sahip olmuyorum" cevabını vermiştir. Öyleyse insan ya olabilecek şeyi istemeli ya da geçici menfaatleri umut etmemelidir.⁸³ Bütün dünya ve içindekiler hayal ve uykudan ibarettir ama eğer gafil olan insan, dünya ve içindekilerin bir düş olduğunu bilseydi, gamla dolu olmazdı:

*Kamu dünyâ vü mâfhâ hayâl ü hâbdır ammâ
Eğer hufta bileydi düşdür andan pür-gam olmazdı*

Ruh, bedenden daha üstündür, bakidir ve bedeni yönetendir. Bedenin elemelerden kurtarılması çabaladığı gibi ruhu da iyileştirmek ve manevi hastalıklardan arındırmak gerekir.⁸⁴ Gaflet de ruhu hasta eden bir tür mânevî hastalıklardandır. Kulun Allah'tan habersiz olması demektir. Dünyayı ve bütün yaratılmışları, Allah'ın yarattığını ve onun sıfatlarının kâinatta tecelli ettiğini düşünmeyip dünyada hayatını sürdürmeye devam eden kimseye, onun ince ve hikmetli işlerinden habersiz olan, onları göremeyen kişiye gafil denir.⁸⁵ İbrahim Hakkı Hazretleri, gönlün, ruhun gaflete dalıp hayal ve uykuya dalmış olduğunu ancak gaflet uykusundan uyandığı takdirde sağır ve dilsiz olmayacağını ifade eder:

*O cân kim gaflete dalmış hayâl ü hâb ile kalmış
Uyansa hâb-ı gafletten esamm ü ebkem olmazdı*

Zikredilen beyitlerle muhatap olan insan, farkındalıkla birlikte aynı zamanda mesafe de kazanmış olur. Mesafe kazanma, "kişinin kendi düşüncesi ve duygularını zihninde gerçekleşen geçici olaylar olarak görebilme be-

82 el-Kindî, *Üzüntüden Kurtulmanın Yolları*, 68-69.

83 el-Kindî, *Üzüntüden Kurtulmanın Yolları*, 55, 81.

84 el-Kindî, *Üzüntüden Kurtulmanın Yolları*, 61.

85 Cebecioğlu, *Tasavvuf Terimleri ve Deyimleri Sözlüğü*, 171.

cerisi" olarak tanımlanır.⁸⁶ Gelip geçici olan bu dünya ancak mihnet evidir. O yüzden gönlün zindana benzeyen bu dünyayı terk etmesi, onun yerine gökyüzünde döşenmiş olan gül bahçesi ve köşkü bulması gerekir:

Dilâ terk et bu zindânı bu mihnet-hânedir fânî

Bul ol gülzâr u eyvânı ki ferşî âsmân olmuş

Misafir olan insanın gönlü, dünyaya meyl etmemelidir. Çünkü bu dünyaya meyl etmenin sonu ızdırap çekmektir. Cihan, uyuyanın uykusu gibi kısa, geçip giden gölge misalidir. O yüzden bu hayalleri bırakıp büyük, yüksek ahlâklı biri olmak gerekir:

Ey misafir verme dil bu menzile

Kim çekersin firkatıyla ıztırâb

Zill-ı zâ'il nevm-i nâimdir cihân

Bu hayâlâtı koy ol âlî-cenâb

İbrahim Hakkı Hazretleri, *Marifetnâme* adlı eserinde gönlü, dışı Kürsî, içi Rahman'ın arşı olan insanî ruh olarak ifade etmiştir.⁸⁷ Gönül Allah'ın sevgisinin tecelli ettiği yer olarak telakki edilmiştir. Bu sebepten İbrahim Hakkı Hazretleri, çarenin insanın gönlüyle meşgul olmasında olduğunu söylemiş ve "*Biri gam zindanı görmüş, biri hoş gülbahçesine ermiş. Gönül uyanık olsa kendinden başkasına dost olmazdı*" demiştir:

Biri zindân-ı gam görmüş biri hoş gülşene ermiş

Dil âgâh olsa kendinden o gayra hem-dem olmazdı

İşlevsel olmayan düşünceler ruhsal olarak insanları etkilemektedir. Bu işlevsel olmayan düşünceler, işlevsel olmayan tepkilere, duygulara ve fizyolojik belirtilere sebebiyet vermektedir. İnsan bu şekildeki düşüncelerini fark edip değiştirebilirse duyduğu sıkıntı azalacaktır. Bu noktada algılarımız ve yorumlarımız çok önemlidir. Her insan kendi zihin kapasitesi ölçüsünde kendini ve çevresini anlamlandırmaktadır. Bu süreçte ise bakış açımız kendi penceremiz kadar geniştir.⁸⁸ İbrahim Hakkı Hazretleri'nin bazı beyitlerinde düşüncenin bu boyutuna dair sözler söylediği görül-

86 Jeremy D. Safran - Zindel V. Segal, "Interpersonal Process in Cognitive Therapy, *Basic Books* (1990): 117'den akt. Ak - Eşen - Özdengül, "Mevlana Penceresinden Bilişsel Terapiler", 138.

87 İbrahim Hakkı Hazretleri, *Marifetnâme*, 102.

88 Ak - Eşen - Özdengül, "Mevlana Penceresinden Bilişsel Terapiler", 135-136.

mektedir. Mesela “Huzûr-ı Hakk ile zindân dahi gülistândır”, “Ey rûh seyr-i âlem-i imkân nene gerek/ Dilden seyâhat eyle bu zindân nene gerek” ya da “Çün cismden ey mutlak hükmünde değil çıkmak/ Dil penceresin aç bak seyr eyle o revzende” gibi sözleri, bulunulan durum ne kadar kötü olursa olsun bakış açısını genişletmek, gönlü beslemek suretiyle düşüncelerin daha işlevli bir hale getirebileceğini hatırlatır. Geçmişte yaşanan hadiselerle ilgili faydasız düşünceler insan ruhuna ve bedenine zarar veren durumlardır. İbrahim Hakkı Hazretleri geçmişle ilgili faydasız düşüncelerden kaçınılması gerektiğine, “Ey Hakkî ger hâl ehlisen terk eyle fikr-i mâ-mezâ” diyerek dikkat çeker. Gerek geçmişe gerek geleceğe dair faydasız düşünceler, gönülde bir daralma hissine sebebiyet verir. Bunun çaresininin aşk olduğunu söyleyen İbrahim Hakkı Hazretleri der ki, “Gönül çelik gibi katı olsa da sen iç sıkıntısı çekme çünkü aşk cilası gönül aynasını temizler, arındırır”:

Kasâvet etme eğer olsa dil katı pûlâd

Ki aşk saykalı mir'âtı pür-safâ eyler

Metafor, “bir şeyi başka bir şeyle anlatmak” demek olup insana problemlere dışardan bakma imkânı verir, olaylara farklı bir çerçeveden bakmayı sağlar.⁸⁹ Bu sebepten şiirde yer alan ney metaforu, insana hasredilmiş olup bu metofarla neyin ney olma sürecinde içinin boşaltılması gibi insanın da kâmil olma sürecinde şan ve şöhret arzularından kurtulması ve ruha nefes vermesi gerektiği mesajı verilir. İnsan etten kemikten ibaret bir canlı değildir. Bu yüzden aranılan şeyin öz olduğunu bilip suretten ötesini görebilmek için kendinden geçmelidir. Neyin içi dolu olmadığından her an nefesle dolmuştur, insan da ney gibi nam ve şanı bırakıp derviş olmalıdır:

Ko nâm u şânı dervîş ol seni sen görme bî-hûş ol

Olaydı pür derûn-ı ney dem-â-dem pür-dem olmazdı

Bir insanın şöhret sahibi olması ona hased eden insanların artmasına sebep olur. Bu hususta İbrahim Hakkı Hazretleri, kardeşlerinin tuzağıyla başı belaya girmiş olan Hz. Yusuf'u (a.s.) misal gösterir:

İzzet ü rağbetde olsan çok olur hâsid sana

Misl-i Yusuf mübtelâ-yı mekr-i ihvân olma hîç

İbrahim Hakkı Hazretleri, Hz. Peygamber'in (a.s.) “Fakr, övüncüm-

89 Ak - Eşen - Özdengül, “Mevlana Penceresinden Bilişsel Terapiler”, 134.

*dür*⁹⁰ hadis-i şerifini iktibas etmek suretiyle kendisinin de övücünün fakr olduğunu dile getirir. Fakr kelimesi ıstılahta, kişinin varlığından kurtulup dünya malından yüz çevirip fenafillâha ulaşması anlamına gelmektedir.⁹¹ Allah'tan başka hiç kimseye muhtaç olmama hâlidir. Beyitte mâ-sivâdan alâkayı kesmek, dünya zevklerinden soyunmak insanı muhafaza eden bir elbiseye benzetilir. Bu yüzden İbrahim Hakkı Hazretleri cisim elbisesine ehemmiyet vermediğini dile getirir:

Tecerrüddür libâsım fakrdır fahrım bu aşk içre

Libâs-ı cisme ol yüzden benim hiç itibârım yok

Hırslı insan bitmez tükenmez emelleri yüzünden devamlı kaygılı olduğundan an'a odaklanamaz ve mutlu olamaz. An'a odaklanma, "*şimdiki zaman içerisinde ve bulunan mekân, durum ile bilinçli temasta olmak*" demektir. Farkındalığın oluşması anlamında an'a odaklanma gerekli becerilerdendir. Çünkü değersizlik, çaresizlik ve umutsuzluk gibi kavramlar geçmiş ve gelecekle zihnin meşgul edilmesinden kaynaklanmaktadır.⁹² Geçmişte olup bitenler için yapacak bir şey kalmamış, geleceğe kavuşmada kesin değildir. Bu sebeptendir ki an'ı değerlendirmek, sûfilerin "ibnü'l-vakt" dedikleri hâl üzere olmak elzemdir. İbrahim Hakkı Hazretleri'ne göre kalbin süsü olan dört faziletten biri kısa emelli olmak, dört kötü sıfattan biri de hırslı olmaktır. Bunların insanın aklına zarar, kalbinin huzuruna mâni ve her türlü illetin sebebi olduğunu belirtir.⁹³ İbrahim Hakkı Hazretleri der ki, "*Tamahkâr olmayan insanın bütün halk hep yakınıdır. Ancak bir insan hırslı olsaydı ona ne kardeşi ne de sıradan insanlar yakın olurdu*":

Tama'sız âdemin halk-ı cihân hep akrabâsıdır

Harîs olsaydı bir âdem ana hâl ü am olmazdı

İnsan, hırslı ve tamahkâr olduğunda hiçbir zaman arzu ve isteklerine yetişemeyecek, belki de sahip olduğu güzellikleri de yitirecektir. İbrahim Hakkı Hazretleri şiirlerinde cihanı bir lokmaya teşbih eder. İnsanın ona tamah etmesi halinde hayatın kaynağı olan suyun ondan gizleneceğini, bu hırsı terk ettiği takdirde ise can balığının denize varıp her an ondan

90 Acluni, *Keşfü'l-hafa*, 2 cilt (Beyrut: Darul Kutubi'l İlmiyye, 1988), 87 (no. 1835).

91 İsa Çelik, "Tasavvufi Bir Terim Olarak Fakr", *EKEV Akademi Dergisi* 3/2 (2001): 192.

92 Ak - Eşen - Özdengül, "Mevlana Penceresinden Bilişsel Terapiler", 137.

93 İbrahim Hakkı Hazretleri, *Marifetnâme*, 355.

su içeceğini terennüm eder:

*Cihan başdan başa bir lokmadır çün
Ana hırs eyledin oldu nihan su
Bu hırsı terk ederse hût-ı cânın
Varır bahrinde nûş eyler her an su*

Kuşların yakalanması için avcılarının kurduğu içinde tohum bulunduğu tuzak dâm olarak isimlendirilir.⁹⁴ Kuşun tohum elde etme gayesiyle tuzağa yakalanması, dünyada tamâhkâr ve hırslı olan kişileri sembolize eder. Tuzağa yakalanan kuşun kolunun kanadının kırılması da söz konusudur. Bu yüzden insan arzularını terk edip tuzak tohumunu terk etmelidir. Her taşı altın gibi görmeli her zehri ise şeker ve ilaç bilmelidir:

*Aşk içre terk-i kâm kıl terk-i hubûb-ı dâm kıl
Her taşta altın nâm kıl her zehri bil kand ü devâ*

SONUÇ

Çalışma sonucunda İbrahim Hakkı Hazretleri'nin şiirlerinin, biblioterapi diye adlandırılan okuma tekniğine uygun veriler içerdiği tespit edilmiştir. Her toplumun kendi inancına, kültürüne, geleneğine göre eserleri olduğu gibi evrensel değerleri veya sorunları konu edinen eserler de vardır. Evrensel değerleri aktarma anlamında medeniyetimize ait pek çok eser bulunmaktadır. Bu zenginliklerden insanımızın bilişsel ve duyuşsal anlamda etkin bir şekilde istifade etmesi sağlanmalıdır. İnsanların duygusal zekâlarını geliştirmeye yönelik çalışmalarda, materyal olarak edebî eserlerimiz etkin bir şekilde değerlendirilmelidir. Küçük bir metin örneği olarak bu çalışmada İbrahim Hakkı Hazretleri'nin şiirlerinde sorunlara karşı söylenen çözüm önerileri değerlendirilmiştir. Bahsi geçen tavsiyelerin yapılması hâlinde aslında her çeşit üzüntüye veya soruna karşı daha olumlu hisler veya davranışlar geliştireceğimiz hatırlatılır, ayrıca sorunlar ortaya çıkmadan da olumsuz hâlleri önleyici bir işlev görür. İbrahim Hakkı Hazretleri'nin sadece *Tefvîznâme*'si bile, kişilere bilişsel veya duyuşsal anlamda tesir edecek mesajlar ihtiva etmektedir. İbrahim Hakkı Hazretleri'nin şiirlerinde bahsettiği kendini tanımak, Allah'a yakın olmak, manevi zevkler elde etmek, dünya sevgisinden uzak olmak, gereksiz her türlü şeyi ve faydasız düşünceleri terk etmek, şöhretten uzak olmak ve ta-

94 İskender Pala, *Ansiklopedik Divan Şiiri Sözlüğü*, 105.

mahkâr olmamak hususları, zihinsel ve ruhsal anlamda mutlu ve huzurlu bir hayat sürmenin işaret levhaları olarak nitelendirilebilir. Bu anlamda muhatap, şairin yerine kendini koymak suretiyle kendini tanımalı, keşfetmeli, çözüm yolları geliştirmeli ve kendi hikâyesine katkıda bulunmalıdır.

Çalışma ile ilgili son olarak biblioterapi yönteminin İslâm medeniyetinde de sıklıkla kullanıldığı söylenilebilir. Ancak bu yöntem daha sistematik bir şekilde belirli hedeflere yönelik ele alınmalıdır.

KAYNAKÇA

Ackerson, Joseph- Scogin, Forrest- McKendree-Smith, Nancy- Lyman, Robert D. "Cognitive Bibliotherapy for Mild and Moderate Adolescent Depressive Symptomatology". *Journal of Consulting and Clinical Psychology* 66/4 (1998): 685-690.

Acluni, *Keşfü'l-hafa*. 2 Cilt. Beyrut: Darul Kutubi'l İlmîyye, 1988.

Aiex, Nola Kortner. "Bibliotherapy". *Bloomington: Indiana University, Office of Educational Research and Improvement* (ERIC Document Reproduction Service No. ED357333) (1993).

Ak, Mehmet - Eşen, Elif- Özdengül, Faik. "Mevlana Penceresinden Bilişsel Terapiler". *Bilişsel Davranışçı Psikoterapi ve Araştırmalar Dergisi* 3/3 (2014): 133-141.

Aracı, Ulaş. *Sûfi Hikâyelerinin Kullanıldığı Bilişsel-Davranışçı Yaklaşımla Bütünleştirilmiş Bibliyoterapinin İşlevsel Olmayan Düşünceler ve Kendini Gerçekleştirme Üzerindeki Etkisi*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Ankara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, 2007.

Aristoteles, *Poetika*. Çev. İsmail Tunalı. İstanbul: Remzi Kitabevi, 1987.

Berber Çelik, Çiğdem - Odacı, Hatice. "Öğretmen Adaylarının Kendilik Algılarını Yordayıcı Olarak Boyun Eğici Davranışlar". *Journal of New World Sciences Academy* 6/2 (2011): 1388-1396.

Bilich, Linda L. - Deane, Frank P. - Phipps, Andrew B. - Barisin, Marcella - Gould, Graham. "Effectiveness of Bibliotherapy Self-help for Depression with Varying Levels of Telephone Helpline Support". *Clinical Psychology and Psychotherapy* 15/2 (2008): 61-74.

Briggs, Cynthia A. - Pehrsson, Dale-Elizabeth. "Use of Bibliotherapy in The Treatment of Grief and Loss: A Guide to Current Counseling Practices". *Adultspan Journal* 7/1 (2008): 32-41.

Bowman, Daniel - Scogin, Forrest - Lyrene, Brenda. "The Efficacy of Self-Examination Therapy and Cognitive Bibliotherapy in the Treatment of Mild to Moderate Depression". *Psychotherapy Research* 5/2 (1995): 131-140.

Bulut, Sefa. "Biblioterapi Yönteminin Okullarda Psikolojik Danışmanlar ve Öğretmenler Tarafından Kullanılması". *Elektronik Sosyal Bilimler Dergisi* 9/34 (2010): 17-31.

Can, Hülya. "Aristoteles'te Katharsis Kavramı". *Felsefe ve Sosyal Bilimler Dergisi* 2 (Güz 2006): 63-72.

Cebecioğlu, Ethem. *Tasavvuf Terimleri ve Deyimleri Sözlüğü*. 6. Baskı. Ankara: Otto Yayınları, 2014.

Cohen, Laura J. "Bibliotherapy". *Journal of Psychosocial Nursing and Mental Health Services* 25/10 (1987): 20-24.

Cohen, Laura J. "The Experience of Therapeutic Reading". *Western Journal of Nursing Research* 16/4 (1994): 426-437.

Corr, Charles A. "Pet Loss in Death Related Literature for Children". *Omega: Journal of Death and Dying* 48/4 (2004): 399-414.

Çağrıçı, Mustafa. "İbrahim Hakkı Erzurumî". *Türkiye Diyanet Vakfı İslâm Ansiklopedisi*. 21: 305, 307. İstanbul: TDV Yayınları, 1989.

Çelik, İsa. "Tasavvufî Bir Terim Olarak Fakr". *EKEV Akademi Dergisi* 3/2 (2001): 191-206.

Davis, Karen - Wilson, Timothy L. Y. "Bibliotherapy and Children's Award-winning books". (*ERIC Document Reproduction Service No.354470*) (December 1992): 1-41.

Febraro, Greg A. R. - Clum, Gretchen A. - Roodman, Allison A. - Wright, Joseph H. "The Limits of Bibliotherapy: A Study of the Differential Effectiveness of Self-Administered Interventions in Individuals with Panic Attacks". *Association for Advancement of Behavior Therapy* 30/2 (1999): 209-222.

Forgan, James W. "Using Bibliotherapy to Teach Problem Solving". *Intervention in School and Clinic* 38/2 (2002): 75-82.

Güler, Meltem - Yetim, Ünsal. "Ebeveyn Rolüne İlişkin Kendilik Algısı Ölçeği Geçerlik ve Güvenirlik Çalışması". *Türk Psikoloji Yazıları* 11/22 (2008): 34-43.

Goleman, Daniel. *Duygusal Zekâ*. Çev. Banu Seçkin Yüksel. 49. Baskı. İstanbul: Varlık Yayınları, 2018.

Gould, Robert A. - Clum, George A. - Shapiro, David. "The Use of Bibliotherapy in the Treatment of Panic: A Preliminary Investigation". *Behavior Therapy* 24/2 (1993): 241-252.

Gregory, Robert J. - Canning, Sally Schwer - Lee, Tracy W. - Wise, Joan C. "Cognitive Bibliotherapy for Depression: A Meta-Analysis". *Professional Psychology: Research and Practice* 3/35 (2004): 275-280.

Hakkı, İbrahim. *Divân*. Haz. Numan Külekçi-Turgut Karabey. Erzurum: Atatürk Üniversitesi Yayınları, 1997.

Hakkı, İbrahim. *Marifetnâme*. Sad. M. Fuad Başar. İstanbul: Âlem Yayınları, 1984.

Herbert, Thomas P. - Furner, Joseph M. "Helping High Ability Students Overcome Math Anxiety Through Bibliotherapy". *The Journal for Secondary Gifted Education* 8/4 (1997): 164-178.

Hoagland, Joan. "Bibliotherapy: Aiding Children in Personality Development". *National Council of Teachers of English* 49/3 (1972): 390-394.

Iaquinta, Anita - Hipsky, Shellie. "Practical Bibliotherapy Strategies for The Inclusive Elementary Classroom". *Early Childhood Education Journal* 34/3 (2006): 209-213.

Janaviciene, Daiva. "Bibliotherapy Process and Type Analysis: Review of Possibilities to Use It in the Library". *II Tiltai Klaipeda University Lithuanian* 4/53 (2010): 119-132.

Kaplan, Stephan L. "Self-esteem is not Our National Wonder Drug". *School Counselor* 42/5 (1995): 341-346.

Karaköse, Şaban - Karaköse, Rukiye. *Mevlana'dan Ruhsal Terapiler*. 15. Baskı. İstanbul: Yediveren Yayınları, 2016.

Karataş, Turan. *Ansiklopedik Edebiyat Terimleri Sözlüğü*. İstanbul: Sütun Yayınları, 2011.

Kâşânî, Abdürrezzak. *Tasavvuf Sözlüğü*. Çev. Ekrem Demirli. 4. Baskı. İstanbul: İz Yayınları, 2015.

Kindî, Yakup b. İshak. *Üzüntüden Kurtulmanın Yolları*. 3. Baskı. Ankara: Türkiye Diyanet Vakfı Yayınları, 2017.

Küçük, Osman Nuri. "İbnü'l Arâbî'den İbrahim Hakkı'ya Sûfi Düşünce de İnsan-ı Kâmil Kavramı", *Bütün Yönleriyle İbrahim Hakkı Hazretleri Sempozyumu Bildirileri (Türkiye-Erzurum, 16-18 Kasım 2011)*. Ed. Cengiz Gündoğdu. 247-253. Erzurum: Atatürk Üniversitesi Yayınları, 2012.

Landreville, Philippe - Landry, Julie - Baillargeon, Lucie - Guérette, Anne - Matteau, Évelyne. "Older Adults' Acceptance of Psychological and Pharmacological Treatments for Depression". *The Journals of Gerontology Series B Psychological Sciences and Social Sciences* 56/5 (2001): 285-291.

Leana, Marilena Z. Taşçılar. "Üstün Zekâlı ve Yetenekli Öğrencilerin de Bulunduğu Sınıflarda Biblioterapi Kullanımı: Model Önerisi". *Türk Üstün Zeka ve Eğitim Dergisi* 2/2 (2012): 118-136.

Lindeman, Barbara - Kling, Martin. "Bibliotherapy: Definitions, Uses and Studies". *Journal of School Psychology* 7/2 (1969): 36-41.

Liz, Brewster. "Books on Prescription: Bibliotherapy in the United Kingdom". *Journal of Hospital Librarianship* 9/4 (2009): 399-407.

Marrs, Rick W. "A Meta-Analysis of Bibliotherapy Studies". *American Journal of Community Psychology* 23/6 (1995): 843-861.

Menekay, Serra. "Ölümün Girmesinin Yasak Olduğu, Vasiyetnâmelerin Hiç Açılmadığı Şehir: Asklepion-Bergama". *Dirim Tıp Gazetesi* 84/2 (2009): 1-4.

McCulliss, Debbie. "Bibliotherapy: Historical and Research Perspectives". *Journal of Poetry Therapy* 25/1 (2012): 23-38.

Nicholson, Janice I. - Pearson, Quinn M. "Helping Children Cope with Fears: Using Children's Literature in Classroom Guidance". *Professional School Counseling* 7/1 (2003): 5-19.

Öncü, Hüseyin. "Biblioterapi Yönteminin Okullarda Psikolojik Da-

nışma ve Rehberlik Amacıyla Kullanılması". *Türkiye Sosyal Araştırmalar Dergisi* 16/1 (2012): 147-170.

Öner, Uğur. "Biblioterapi". *Çankaya Üniversitesi Fen Edebiyat Fakültesi Journal of Arts and Sciences* 7 (Mayıs 2007): 133-150.

Öz, Fatma - Bahadır Yılmaz, Emel, "Ruh Sağlığının Korunmasında Önemli Bir Kavram: Psikolojik Sağlamlık". *Sağlık Bilimleri Fakültesi Hemşirelik Dergisi* 16/3 (2009): 82-89.

Pala, İskender. *Ansiklopedik Divan Şiiri Sözlüğü*. 22. Baskı. İstanbul: Kapı Yayınları, 2012.

Pardeck, John T. "Bibliotherapy and Clinical Social Work". *Journal of Independent Social Work* 5/2 (1991): 53-63.

Pardeck, John T. "Bibliotherapy: An Innovative Approach for Helping Children". *Early Child Development and Care* 110/1 (1995): 83-88.

Pardeck, John T. "Using Bibliotherapy in Clinical Practice: A Guide to Self-help books", *Westport CT: Greenwood Press* (1993): 3.

Pardeck, John T. - Pardeck, Jean A. "Bibliotherapy: A Clinical Approach for Helping Children", *Gordon and Breach Science Publishers* (1994).

Philpot, Jann Grubb. "Bibliotherapy for Classroom Use". *Incentive Publications, Inc. Nasshville, Tennessee* (1997).

Platon. *Sofist*. Çev. Furkan Akderin. İstanbul: Say Yayınları, 2015.

Pardini, Jamie - Scogin, Forrest - Schriver, Jennifer - Domino, Marla - Wilson, Dawn - LaRocca, Michael. "Efficacy and Process of Cognitive Bibliotherapy for the Treatment of Depression in Jail and Prison Inmates". *Psychological Services* 11/2 (2014): 141-152.

Rainfeld, Cheryl. "Books Can Help You Heal". *Online Sources* (2003).

Rubin, Rhea J. "Using Bibliotherapy: A Guide to Theory and Practice". *Phoenix: Oryx Press* (1978): 13.

Rubin, Rhea J. - Monroe, Margaret E. "Bibliotherapy: Trends in the United States". *Libri* 25/2 1975: 156-162.

Russell, David H. - Shrodes, Caroline. "Contributions of Research in Bibliotherapy to the Language Arts Program". *School Review* 58/6 (1950): 411-420.



Safran, Jeremy D. - Segal, Zindel V. "Interpersonal Process in Cognitive Therapy". *Basic Books* (1990): 117.

Salup, Bernice J. - Salup, Alane. "Bibliotherapy: An Historical Overview". (January 1978): 1-15.

Shechtman, Zipora. "The Contribution of Bibliotherapy to the Counseling of Aggressive Boys". *Psychotherapy Research* 16/5 (2006): 645-651.

Shrodes, Caroline. "Bibliotherapy". *The Reading Teacher* 9/1 (1955): 24-29.

Smith, Nancy M. - Floyd, Mark R. - Jamison, Christine S. "Three-Year Follow-Up of Bibliotherapy for Depression". *Journal of Consulting and Clinical Psychology* 65/2 (1997): 324-327.

Stepherd, Terry - Iles, Lynn B. "What is Bibliotherapy?". *Language Arts* 53/5 (1976): 569-571.

Suyûtî, Celâleddin Abdürrahmân b. Ebû Bekr. *ed-Dürerü'l-müntesire fi'l-ehâdîsi'l-müştehire*. Nşr. Muhammed Abdülkâdir Atâ. Beyrut: Dârü'l-Kütübi'l-İlmiyye, 1988.

Tarhan, Nevzat. *Mesnevi Terapi*. 12. Baskı. İstanbul: Timaş Yayınları, 2016.

Tolin, David, F. "Case Study: Bibliotherapy and Extinction Treatment of Obsessive-Compulsive Disorder in a 5-Year-Old Boy". *Journal of the American Academy of Child & Adolescent Psychiatry* 40/9 (2001): 1111-1114.

Türkiye Büyük Millet Meclisi Kütüphanesi. "Divan-ı İbrahim Hakkı Erzurumî". Erişim: 27 Mart 2019. <https://acikerisim.tbmm.gov.tr/xmlui/handle/11543/1143>

Türkiyenin Eğitim Portalı, "Bibliyoterapi: Okuma ile Sağaltım". Erişim: 25 Şubat 2019. <http://eduturkey.net/bibliyoterapi-okuma-ile-sagaltim-makale,18.html>

Van Lankveld, Jacques J. D. M. "Bibliotherapy in the Treatment of Sexual Dysfunctions: A meta- analysis". *Journal of Consulting and Clinical Psychology* 66/4 (1998): 702-708.

Wilson, Watson J. "The Treatment of an Attitudinal Pathosis by Bib-

liotherapy, a Case Study". *Journal of Clinical Psychology* 7/4 (1951): 345-351.

Wolpov, Ray - Askov, Eunice N. "Widened Frameworks and Practice: From Bibliotherapy the Literacy of Testimony and Witness". *Journal of Adolescent and Adult Literacy* 67/7 (2001): 608.

Ulu, Ayşe. "Divanından Hareketle Bir Nasih Olarak Erzurumlu İbrahim Hakkı Hazretleri". *Bütün Yönleriyle İbrahim Hakkı Hazretleri Sempozyumu Bildirileri (Türkiye-Erzurum, 16-18 Kasım 2011)*. Ed. Cengiz Gündoğdu. 443-450. Erzurum: Atatürk Üniversitesi Yayınları, 2012.

Yılmaz, Müge. "Bilgi ile İyileşme". *Türk Kütüphaneciliği* 28/2 (2014): 169-181.

Yılmaz, Birsen Şahan - Duy, Baki. "Psiko-Eğitim Uygulamasının Kız Öğrencilerin Benlik Saygısı ve Akılcı Olmayan İnançları Üzerine Etkisi". *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi* 4/39 (2013): 68-81.