

T.C.
SELÇUK ÜNİVERSİTESİ
SOSYAL BİLİMLER ENSTİTÜSÜ
FELSEFE VE DİN BİLİMLERİ ANABİLİM DALI
DİN PSİKOLOJİSİ BİLİM DALI

PSİKOLOJİK VE DİNİ BİR FENOMEN OLARAK RÜYA


Nilüfer EVGİNER

YÜKSEK LİSANS TEZİ

DANIŞMAN

Doç. Dr. Abdülkerim BAHADIR

KONYA- 2010

	<p>T.C. SELÇUK ÜNİVERSİTESİ Sosyal Bilimler Enstitüsü Müdürlüğü</p>	
---	---	---

BİLİMSEL ETİK SAYFASI

Bu tezin proje safhasından sonuçlanmasına kadarki bütün süreçlerde bilimsel etiğe ve akademik kurallara özenle riayet edildiğini, tez içindeki bütün bilgilerin etik davranış ve akademik kurallar çerçevesinde elde edilerek sunulduğunu, ayrıca tez yazım kurallarına uygun olarak hazırlanan bu çalışmada başkalarının eserlerinden yararlanılması durumunda bilimsel kurallara uygun olarak atıf yapıldığını bildiririm.

Öğrencinin Adı Soyadı
Nilüfer EVGİNER

	T.C. SELÇUK ÜNİVERSİTESİ Sosyal Bilimler Enstitüsü Müdürlüğü	
---	--	---

YÜKSEK LİSANS TEZİ KABUL FORMU

Nilüfer EVGİNER tarafından hazırlanan PSİKOLOJİK VE DİNİ BİR FENOMEN OLARAK RÜYA başlıklı bu çalışma 25/11/ 2010 tarihinde yapılan savunma sınavı sonucunda oybirliği/oyçokluğu ile başarılı bulunarak, jürimiz tarafından yüksek lisans tezi olarak kabul edilmiştir.

Doç. Dr. Abdülkerim BAHADIR	Başkan	
Doç. Dr. Adem ŞAHİN	Üye	
Yrd. Doç. Dr. Abdülkadir ETÖZ	Üye	

ÖNSÖZ

İnsanın en temel karakteristik niteliklerinden birisi olan rüya fenomeni, tarihin başlangıcından beri insanda merak uyandırmış; günümüzde bile gizem ve büyüünü korumaya devam etmektedir. Bilinen hemen tüm medeniyet ve dinlerde rüya ile ilgili çeşitli bilgilere ulaşmak mümkündür. Rüya sadece tecrübe edilen bir olay olmaktan ziyade insanların hayatlarına çoğu zaman yön veren bir fonksiyona sahiptir. Bu fonksiyonu nedeniyle kimi rüyalara kutsallık atfedilmiştir. Kimi rüyalar, tarihsel olayların yaşanmasında büyük rol oynamıştır. Geçmiş medeniyetlerde rüyaların insanların yaşamına nasıl etki ettiği ve görülen düşlerin ne anlama geldiği konusunda ilgili kaleme alınmış birçok metin mevcuttur. Hemen tüm disiplinlerin rüya ile ilgilendiği bir vakiydir. Psikolojinin rüya ile özel bir ilişkisi söz konusudur. Gerek geçmişte yaşamış önemli psikologlar, gerekse günümüz psikologları rüyaya farklı bir bakış açısıyla yaklaşmışlardır. Rüya, daha çok insanların rahatsızlıklarını, geçmiş yaşamlarında yaşamış ve hissetmiş olduklarını dile getiren araçlar olarak iş görmüştür. Psikolojik hastalıkların tedavisinde ve terapilerin gerçekleştirilmesinde rüyaların önemli bir rol oynadığı herkesçe kabul edilen bir gerçekliktir. Bu anlamda rüyaları merkeze alan birçok psikoloji kitapları yazılmış, hatta rüya merkezli psikoloji akımları gelişmiştir.

Tüm dinlerde yer bulan rüyalar konusu İslam Dini'nde de önemli bir yere sahiptir. Birçok müslüman düşünür ve mutasavvıf rüyalarla yakından ilgilenmiştir. Bu çerçevede müstakil eserler yazıldığı gibi birçok eserin muhtevasında da rüyalar işlenmiştir. Geçmişte olduğu gibi günümüzde de rüyalarla ilgili birçok çalışmaya rastlanmaktadır. Bu çalışmaların geneline bakıldığında tefsir, hadis ve tasavvuf gibi bilim dallarında yapıldığı görülmektedir. Ülkemizde Din Psikolojisi alanında rüya ile ilgili olarak gerçekleştirilmiş tek bir tezdin söz edilebilir. Bu çalışma, Ankara Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü bünyesinde 2005 yılında Bülent Akot tarafından "Rüya Tecrübesinin Psikolojik Ve Dini Temelleri" isimli bir yüksek lisans çalışmasıdır. Bu tezin içeriğine bakıldığında, rüyaların tarihsel serüveni, rüyalardaki sembollerin anlamları ve rüya türleri işlenmiş, Freud düşüncesi çerçevesinde rüya; Jung, Adler ve Fromm gibi önemli psikologların görüşlerine yer verildikten sonra İslam'da rüyanın anlamı üzerinde durularak tez sonlandırılmıştır.

Gerçekleştirdiğimiz bu çalışma, alanda gördüğümüz boşluğun doldurulmasında mütevazı bir katkı sağlamayı hedeflemektedir. Çalışmamızda Doğu düşünürlerinin yanısıra Batı'daki psikologların görüşlerine de yer verilmiştir. Böyle bir çalışma yapılmasının amacı, rüyanın geniş yelpazesinden olabildiğince faydalanmaktır.

Çalışmamız beş bölümden oluşmaktadır. Birinci bölümde başta rüyanın sözlük ve psikolojik tanımı olmak üzere, rüya ile anlam yakınlığı olan terimler, geçmişten günümüze rüyanın tarihçesi, rüya türleri, uyku ve rüyanın oluşumu üzerinde durulmuştur. İkinci bölümde sembol dilinin özellikleri, rüyalarda sıkça rastlanan semboller ve anlamları ele alınmıştır. Ayrıca rüya yorumculuğu konusuna da yer verilmiştir. Üçüncü bölümden itibaren rüyanın insan psikolojisi ile ilgisi üzerinde durularak öncelikle bilinç ve bilinçaltı konuları olmak üzere, rüya ile ilgisi olan savunma mekanizmaları, insanların niçin rüya gördükleri; rüyaların işlev ve fonksiyonları; rüyanın niçin unutulduğu gibi konular ele alınmıştır. Dördüncü bölümde, Doğu ve Batı düşüncesinde rüyanın yeri ve önemi incelenmiştir. Bu bölümde Doğu'da psikoloji, tasavvuf ve felsefe alanında ün yapmış değerli bilim adamlarının rüya ile ilgili görüşlerine yer verilmiştir. Ayrıca Batı'da da yine psikoloji alanında kendi ekollerinin kurucuları olan önemli psikologların rüya ile ilgili görüşleri ve araştırmaları üzerinde durulmuştur. Son bölümde ise İslam'da rüya konusu işlenmiştir. Bu çalışma yapılırken karşılaşılan en büyük güçlük, Din Psikolojisi alanında yapılmış olan çalışmaların eksikliği ve konuyla ilgili yerel literatürün oldukça sınırlı olmasıdır. Bu nedenle başlangıçta kaynak sıkıntısı çekilmiştir. Diğer bir güçlük ise rüya konusunda Doğu ve Batı anlayışına bağlı düşünürlerin seçiminde ortaya çıkmıştır.

Bu çalışmamda benden yardımlarını esirgemeyen ve çalışmam boyunca bana yol gösteren saygıdeğer danışman hocam Doç. Dr. Abdülkerim BAHADIR'a ayrıca eğitim yaşamım boyunca benden hiçbir şekilde maddi-manevi desteklerini esirgemeyen aileme sonsuz teşekkürlerimi sunarım.

Nilüfer EVGİNER

Konya- 2010

	T.C. SELÇUK ÜNİVERSİTESİ Sosyal Bilimler Enstitüsü Müdürlüğü	
---	--	---

Öğrencinin	Adı Soyadı	Nilüfer EVGİNER	Numarası 074245051003
	Ana Bilim / Bilim Dalı	Felsefe ve Din Bilimleri/ Din Psikolojisi	
	Danışmanı	Doç Dr. Abdülkerim BAHADIR	
Tezin Adı		PSİKOLOJİK VE DİNİ BİR FENOMEN OLARAK RÜYA	

ÖZET

Bu çalışma, insanların uykularında deneyimledikleri psikolojik ve dini bir fenomen olan rüya konusunu ele almaktadır. Rüya, insanlık tarihinin başlangıcından bu yana hep merak edilmiştir. Neredeyse tüm dinlerde, kutsal metinlerde ve köklü medeniyetlerde rüyalarla karşılaşmaktadır.

Rüyayı çalışmamızın nedeni; Din Psikolojisi alanında rüyaya gerekli önemin verilmemesidir. Psikoloji alanında bu konuya yeterince ilgi gösterilmemesinin bizce ana nedeni; rüyanın çalışma açısından oldukça soyut kalması ve somutlaştırılmamasıdır. Bu nedenle çalışmamız sırasında kaynak bulmakta zorlanılmıştır.



Çalışmamız beş bölümden oluşmaktadır. İlk bölümde rüyanın tanımı, tarihçesi ve türleri incelenmiştir. İkinci bölümde rüya- sembol ilişkisi ve rüya sembolleri hakkında bilgi verilmiştir. Üçüncü bölümde insan psikolojisi ve rüyanın işlevleri üzerinde durulmuştur. Dördüncü bölümde Doğu'dan İbn Rüşd, Farabi, İbn Haldun, Gazali ve İbn Arabi'nin rüya görüşleri ile Batı'dan Freud, Jung, Adler ve Fromm'un rüya üzerine eserleri ve düşünceleri incelenmiştir. Son bölümde İslam'da rüya konusu, ayetler ve hadislerle açıklanmaya çalışılmıştır.

Çalışmamız sonucunda rüyaların insan hayatında psikolojik açıdan önemli fonksiyonlara sahip olduğu ortaya çıkmıştır. İnsanlar; gün boyunca yaşadıklarının ve hissettiklerinin etkisi altında kalmakta bu nedenle, yaşantılarıyla ilgili birçok muhtevayı rüyalarında görmektedirler. Birçok ruhsal ve fiziksel rahatsızlık

rüyalardaki içerikle anlaşılabilir. Doğu'da ve Batı'da rüyaya yaklaşım tarzları farklıdır. Batı'da rüyanın muhakkak bilinçaltıyla ilişkisi olduğu düşüncesi hakimken, Doğu'da rüyanın Tanrı'dan gelen çeşitli haberleri içerdiği inancı var olmuştur. Bu anlamda İslam'da rüyalar; cismani, nefsanî ve ruhani rüyalar olarak üç türde sınıflandırılmaktadır.

Çalışma sırasında rüyanın oldukça derin olduğu ve daha farklı açılardan da çalışılmasının alanımıza büyük katkısı olacağı kanısına varılmıştır. Dileğimiz Din Psikolojisi alanına çalışmamızın mütevazı bir katkı sağlamasıdır.

Anahtar Kelimeler: Rüya, Din Psikolojisi, bilinçaltı ve din.

	T.C. SELÇUK ÜNİVERSİTESİ Sosyal Bilimler Enstitüsü Müdürlüğü	
---	--	---

Öğrencinin	Adı Soyadı	Nilüfer EVGİNER	Numarası 074245051003
	Ana Bilim / Bilim Dalı	Felsefe ve Din Bilimleri/ Din Psikolojisi	
	Danışmanı	Doç. Dr. Abdülkerim BAHADIR	
Tezin İngilizce Adı		DREAM THAT PSYCHOLOGICAL AND RELIGIOUS PHENOMENON	

SUMMARY

This study discusses dream which people experience during sleeping, that is a psychological and religious phenomenon. Dream had been subject of curiosity from beginning of human history. Dreams are given place almost in all religions, holy texts, deep-rooted civilizations.

Reason to study dream is to ignore dreams in psychology of religion. For us, the main reason to ignore dream in field of psychology is due to abstractness of dream for study, to not being concretized.

Study has five parts. In the first, description, history, types of dream; in the second part, dream-symbol relationship is and in the third part; human psychology, functions of dream are discussed. In the fourth part, opinions of İbn Rüşd, Farabi, İbn Haldun, Gazali, İbn Arabi about dream from the East, of Freud, Jung, Adler, Fromm from the West are examined. In the last part, dreams are explained with Quran verses and hadiths for Islam.

At result, dreams psychologically have important functions. Human is influenced they lived day during so they see contents, related to these experiences in dreams. So many psychical, physical disorders can understand. Opinion dream subconscious is predominant in the West, while it is believed in the East includes news from God. So, religion of Islam has material, sensual, spiritual dreams.

Our study, it is concluded that dream is quite deep, there will be great contribution to work from different respects in our field. We wish our study will have a small contribution to psychology of religion.

Key words: Dream, Psychology of Religion, subconscious and religion.

İÇİNDEKİLER

	<u>Sayfa No</u>
BİLİMSEL ETİK SAYFASI	i
YÜKSEK LİSANS TEZİ KABUL FORMU	ii
ÖNSÖZ	iii
ÖZET	iv
SUMMARY	vi
GİRİŞ	xii
I- Araştırmanın Konusu ve Problemi	xii
II- Araştırmanın Amacı ve Önemi	xii
III- Araştırmanın Sınırlılıkları	xiii
IV- Araştırmanın Yöntemi	xiii

BİRİNCİ BÖLÜM RÜYANIN TANIMLANMASI, TARİHÇESİ VE TÜRLERİ

1.1. TANIMLAMA	1
1.1.1. Rüyanın Sözlük ve Kavramsal Anlamı	1
1.1.2. Rüyanın Psikolojik Anlamı	2
1.1.3. Rüya İle İlişkili Kavramlar	3
1.2. RÜYANIN TARİHÇESİ	4
1.2.1. Eski Kültürlerde ve Dinlerde Rüya Olgusu	5
1.2.2. Eski Mısır'da Rüya Olgusu	7
1.2.3. Hindistan'da Rüya Olgusu	8
1.2.4. Babil ve Asur'da Rüya Olgusu	9
1.2.5. Eski Yunan'da Rüya Olgusu	9
1.3. UYKU VE RÜYA	10
1.4. RÜYA TÜRLERİ	13
1.4.1. Fizyolojik Kökenli Rüyalar	14
1.4.2. Psişik Kökenli (Ruhsal) Rüyalar	15
1.4.3. Tipik Rüyalar	22
1.4.4. Halüsinatif Rüyalar	24
1.4.5. Telepatik Rüyalar	25

İKİNCİ BÖLÜM RÜYA VE SEMBOLİZM

2.1. SEMBOL DİLİNİN ÖZELLİKLERİ	28
2.1.1. Sembolün Anlamı	28
2.1.2. İmalar	32
2.1.3. Mecazlar	32
2.1.4. İşaretler	32
2.1.5. Sürekli Tekrar Eden Rüya Sembolleri	32
2.2. RÜYA- SEMBOL İLİŞKİSİ VE RÜYA YORUMCULUĞU	47

ÜÇÜNCÜ BÖLÜM RÜYA VE İNSAN PSİKOLOJİSİ

3.1. BİLİNÇ, BİLİNÇALTI VE RÜYA	50
3.1.1. Bilinç ve Bilinçaltı	50
3.1.2. Rüyaların Uyanıklık Yaşamı İle İlişkisi.....	51
3.1.3. Rüyaların Malzemesi Olarak Düşlerde Bellek.....	53
3.1.4. Rüyaların Uyarıları ve Kaynakları	53
3.1.5. Rüyalar ve Unutma	57
3.2. RÜYA VE EGO SAVUNMA MEKANİZMALARI	58
3.2.1. Bastırma	61
3.2.2. Yadsıma ve Düşleme	62
3.2.3. Hayal Kurma Yoluyla Avunma	62
3.3. RÜYALARIN İŞLEVİ VE ÖNEMİ.....	63

DÖRDÜNCÜ BÖLÜM DOĞU VE BATI DÜŞÜNCESİNDE RÜYA

4.1. DOĞU DÜŞÜNCESİNDE RÜYA	67
4.1.1. İbn Rüsd ve Rüya	67
4.1.2. Farabi ve Rüya	70
4.1.3. İbn Haldun ve Rüya	72
4.1.4. Gazali ve Rüya	74
4.1.5. İbn Arabi ve Rüya	76
4.2. BATI DÜŞÜNCESİNDE RÜYA	80
4.2.1. Freud ve Rüya	80
4.2.1.1. Freud ve Psikanaliz Ekolü.....	80
4.2.1.2. Psikanalizde Rüya	83
4.2.1.3. Freud'a Göre Rüyanın Oluşumu	87
4.2.1.4. Freud'a Göre Rüyaların Görünür İçeriği ve Gizli Rüya Düşünceleri	89
4.2.1.5. Freud'da Çocuk Rüyaları	91
4.2.1.6. Rüyalarda Sansür	93
4.2.1.7. Freud'da Rüya Sembolizmi.....	93
4.2.1.8. Freud'un Kabusa Bakışı.....	95
4.2.2. Jung ve Rüya	95
4.2.3. Adler ve Rüya	106
4.2.4. Fromm ve Rüya.....	109
4.2.5. Gestalt Terapisi ve Rüya	113

BEŞİNCİ BÖLÜM İSLAM DİNİ'NDE RÜYA OLGUSU

5.1. İSLAM DİNİ'NDE RÜYA KAVRAMININ TANIMI.....	117
5.1.1. İslami Açıdan Rüya ve Uyku Kavramı	117
5.1.2. İslami Açıdan Rüyaya Benzer Durumlar	118

5.2. İSLAM'A GÖRE RÜYA ÇEŞİTLERİ.....	120
5.3. KUR'AN AYETLERİNDE RÜYA.....	124
5.4. HADİSLERDE RÜYA.....	126
SONUÇ.....	135
KAYNAKÇA.....	139
Özgeçmiş	146

KISALTMALAR

- (a.s.) : Aleyhisselam
C. : Cilt
Çev. : Çeviren
DİB : Diyanet İşleri Başkanlığı
Hz. : Hazreti
(r.a.) : Radıyallahuanh
S. : Sayı
s. : Sayfa
(s.a.v.) : Sallallahu Aleyhivesellem
TDK : Türk Dil Kurumu
TDV : Türkiye Diyanet Vakfı
t.s. : Tarihsiz
vb. : Ve benzeri
vd. : Ve diğerleri

GİRİŞ

I- Araştırmanın Konusu ve Problemi

Araştırmanın konusu, gelmiş geçmiş tüm insanların tecrübe ettikleri rüyalarıdır. Rüya tüm medeniyet ve dinlerde büyük bir yere sahiptir. İnsanların hayatına yön verebilecek birçok fonksiyonlarıyla rüya; psikoloji ekollerinin merkezi öğelerinden birini oluşturabilecek, psikolojik tedavide belirleyici yöntemlerinden birini teşkil edebilecek kadar önemli bir konuma sahiptir. Bu denli öneme sahip olmasına karşın din bağlamının yeterince değerlendirilmemesi, rüya psikolojisinin konu olarak seçilmesinde etkili olmuştur.

Bilindiği üzere psikoloji, insanların yaşamış oldukları tüm tecrübelerin alt yapısını inceleyen bir bilim dalıdır. Rüya olgusu da tüm insanların, kaçınılmaz olarak yaşamış oldukları bir olay olduğuna göre rüyanın alt yapısının öğrenilmesi oldukça önemlidir. Bundan dolayı çalışmamızda öncelikle rüyanın insan psikolojisi açısından sahip olduğu konunun tespiti amaçlanmıştır. Rüyanın tarihçesi, sembolizm, Doğu ve Batı düşüncesindeki yeri gibi hususlar işlenen diğer konulardır. İslami açıdan da büyük bir öneme sahip olan rüyaların önemli İslam bilginleri için nasıl bir yere sahip olduğu da merak konusu olmuş ve bu nedenle İslami çalışmalarıyla bilime katkıda bulunan bu insanların rüyalar hakkındaki düşüncelerine de yer verilerek rüyaların dini anlamda nasıl bir yere sahip oldukları temellendirilmek istenmiştir.

Çalışmamızda, modern psikoloji kaynaklarının yanı sıra, İslam Dini'nin rüyaya vermiş olduğu değerden dolayı birçok dini ilimlerle ilgili kaynaklardan da yararlanılmıştır.

II- Araştırmanın Amacı ve Önemi

Araştırmanın temel amacı, insanoğlunun yaşamında var olan ve uykuya dalan milyonlarca insanın yaşamış olduğu rüya tecrübesinin psikolojik ve dini temellerini ortaya koymaktır. İlahiyat sahasında, Kur'an-ı Kerim ve hadisler merkeze alınarak rüya ile ilgili birkaç makale türünde çalışmalar yapılmıştır. Ancak Din Psikolojisi

sahasında yapılmış olan sadece yüksek lisans düzeyinde bir teze rastlanmıştır. Bu nedenle rüyanın çalışılması kararına varılmıştır.

Tezin hazırlanmasındaki kişisel amacımız, insanlık tarihinin başlangıcından bu yana merak konusu olmuş olan rüyaların bilimsel açıdan incelenmesine katkıda bulunmaktır. Bana göre rüyalar, her gece birçok insanın ayrı bir dünyayı keşfetmesidir. Bunun için bu çalışmayı kişisel olarak önemsiyorum. Diğer taraftan işlediği konuların daha önce yeterince işlenememesi ve yeni ilavelerle alana katkısı bakımından da bu tezin önemli olduğunu düşünüyorum.

Rüya konusunun, Din Psikolojisi alanına katkısındaki amacımız ise bu alanda rüya konusuyla ilgili gerekli ve yeterli düzeyde çalışmaların olmamasıdır. İnsan hayatında önemli bir fonksiyona sahip olan rüyaların hem dini hem de psikolojik açıdan tam anlamıyla temellendirilememesi nedeniyle tezimiz içerdiği bilgiler bakımından, rüyanın psikolojik ve dini boyutunu ortaya koymakla alana katkı sağlamak amacındadır.

III- Araştırmanın Sınırlılıkları

Bu çalışma her ne kadar rüya konusunu ele alsada genel bir rüya tanımlaması ve rüyanın insan psikolojisindeki yeri ile sınırlıdır. Ayrıca bu çalışmada, rüya ile ilgili belirtilen tüm görüşlere değil; daha ziyade alanında ün kazanmış önemli şahsiyetlerin ve psikologların görüşlerine yer verilmiştir. İslami anlamda da rüyaya yer verirken yorumların hepsi üzerinde durulmamış konu açısından genel bilgi veren yorumlar çalışmada değerlendirilmiştir. Kısa bir çerçevede sadece ayet ve hadislerden yola çıkılarak dini açıdan önemi üzerinde durulmaya çalışılmıştır.

IV- Araştırmanın Yöntemi

Bu çalışmada, konu ile ilgili bilgileri toplamak amacıyla literatür tarama yöntemi uygulanmıştır. Rüyayı konu alan bölümler, başta psikoloji bilgilerini kapsayan kitaplar olmak üzere çeşitli dini kaynaklardan yararlanılarak

temellendirilmiştir. Temel kaynaklar ışığında yer yer yorumlar yapılarak, konunun günümüz okuyucuları açısından güncelleştirilmesine çalışılmıştır.

BİRİNCİ BÖLÜM

RÜYANIN TANIMLANMASI, TARİHÇESİ VE TÜRLERİ

Rüya çalışmamıza genel bir çerçevede tanıtım olması ve ileriki konuların daha iyi anlaşılabilir kılınması için öncelikli olarak rüyanın tanımlanması, tarihçesi ve rüya türlerinin incelenmesini içine alan bir bölümle konuya giriş yapılacaktır. Bu bölümde ilk başta rüyanın sözlük ve terimsel anlamıyla birlikte konuyla ilişkili olmasından dolayı rüyanın psikolojik anlamı üzerinde durulacaktır. Ardından rüyanın günümüze kadar nasıl bir süreçten geçtiğini, tarihsel açıdan hangi medeniyetlerde, hangi toplumlarda ve hangi kültürlerde nasıl bir yere sahip olduğunu belirlemek amacıyla rüyanın tarihsel gelişimine ışık tutulmaya çalışılacaktır. Bu kısımda birçok medeniyet ve kültürde rüyanın yeri ve rüya yorumculuğunun tarihsel serüveni ele alınacaktır. Daha sonra rüya ve uyku ilişkisi üzerinde durulacak; rüyanın nasıl oluştuğu, uykunun evreleri ve rüya uyku ilişkisi anlatılmaya çalışılacaktır. Bu bölümün son kısmında ise genel anlamda rüya türleri üzerine bir inceleme yapılacaktır.

1.1. TANIMLAMA

Çalışmanın bu kısmında öncelikli olarak rüyanın sözlük ve terim anlamı üzerinde durulacaktır. Çalışmada detaylara inmeden önce konunun temellendirilmesi amacıyla sözlük ve terim anlamının verilmesinde fayda görülmektedir. Ardından rüyanın psikolojik anlamı üzerinde durulacaktır. Psikoloji kitapları ve sözlüklerinden yararlanılarak psikoloji bilimi için rüyanın anlamı ortaya konulmaya çalışılacaktır.

1.1.1. Rüyanın Sözlük ve Kavramsal Anlamı

Rüyaya kavramsal açıdan bakıldığında birçok sözlük ve ansiklopedide birbirine benzer şekillerde tanımlaması yer almaktadır.

“Görmek” anlamındaki rû’yet kökünden türeyen rüya, sözlükte uyku sırasında zihinde beliren görüntülerin bütünü (düş) ifade eder. Sözlük anlamı aynı olan hulm (çoğulu ahlâm) ise daha çok korkunç düşler için kullanılır. (Çelebi, 2008: 306).

Rüya; uyku esnasında görülen birtakım olaylara verilen, Arapça “rü’yâ” kökünden “düş görmek” anlamına gelen bir kelimedir. (Tatçı ve Çeltik, 1995: 13).

Başka bir kaynakta ise rüya, “Bir kimsenin zihninden geçen hayal dizisi olarak” da tanımlanmaktadır. (Tuğlacı, 1972: 2442).

Bir diğer kaynakta rüya, “Uyku sırasında zihinde ortaya çıkan ve bir kısmı belleğe kaydedilen ruhsal olaydır.” şeklinde tanımlanmıştır. (Rekabet Kurumu, 1986).

Rüyanın bir başka tanımı şu şekildedir: “Rüya, uyku sırasında canlı, çarpıcı, görsel ve işitsel varsanılarla ortaya çıkan yaşantıdır.” (Rekabet Kurumu, 1990).

Büyük Felsefe Lugatı’nda rüyalar, “Uyurken zihinde beliren olayların tümüdür.” tanımlamasıyla karşımıza çıkmaktadır. (Çankı, 1955: 560).

Farklı bir sözlüğe bakıldığında “Rüya, uyku sırasında oluşan, bilincin ve iradenin denetiminden bütünüyle bağımsız bir biçimde oluşan ruhsal hayallerdir.” tanımı yer almaktadır. (Cevizci, 2002: 276).

Köksal’ın rüyalarla ilgili çalışmasında rüya, “Misal âlemindeki kaderle alakalı levhaların, aynen veya değişik yansımalar halinde uyku halinde ruhumuza aksetmesidir.” diye tanımlanmıştır. (Köksal, 2008: 36).

TDK Sözlüğü’nde rüyanın anlam karşılığı; “Düş, gerçekleşmesi imkânsız durum, hayal; gerçekleşmesi beklenen ve istenen şey, umut” gibi birkaç anlama gelmektedir. (Parlatır vd., 1998: 1872).

1.1.2. Rüyanın Psikolojik Anlamı

Rüyanın insanlık tarihi boyunca tüm insanlar tarafından tecrübe edilen psikolojik bir deneyim olduğu düşünülecek olunursa, ruh bilimi olan psikoloji açısından anlamı yadsınamayacak derecede önemlidir. Bu anlamda çalışmamızda rüyanın psikoloji sözlüklerinde ve psikoloji kitaplarında verilen tanımlarına da bakılmasının gerekliliği düşünülmüştür.

Psikoloji Sözlüğünde rüya, “Uyku esnasında ortaya çıkan ve birbirleriyle bağıntılı ya da bağıntısız olarak algılanan görüntüler bütünüdür.” şeklinde tanımlanmaktadır. (Gürün, 1991: 129, 130).

Bir başka psikoloji kaynağında ise rüya, “Uykuda iken imajların canlanması ile meydana gelir” denilmektedir. (Sarp, 1955: 91).

Adler’e göre rüya, “İnsanın uyuduğu sırada ortaya çıkan önemli ve anlamlı faaliyettir.” (Adler, 1973: 63).

Freud rüyayı, “Açık olarak uyku sırasındaki zihinsel yaşamdır, uyanıklık zihinsel yaşamına bazı benzerlikleri olan ama öte yandan ondan büyük farklarla ayrılan bir şey.” şeklinde tanımlamaktadır. (Freud, 1998a: 103).

Webster’in Yeni Dünya Sözlüğü rüyayı, “Uyku sırasında ortaya çıkan mental görüntüler, düşünceler ve duygular” olarak tanımlamıştır. (Aktaran: Telesco, 1999: 10).

Bu tanımlamalardan anlaşılmaktadır ki genel anlamda rüya, zihinden geçen ve uyku sırasında oluşan hayal dizisi olmakla beraber uykunun nihayet bulmasıyla zihinde kalan görüntüler bütünüdür. Psikolojik açıdan düşünüldüğünde rüya, zihinsel yaşam olmakla beraber uyku sırasında yaşanan duyguların ve düşüncelerin tamamıdır. Aslında rüya; uykuda iken, uyanıklık yaşamın tecrübesinin yaşanmasıdır. Bir anlamda rüya, insanın bedenen uykuyu yaşarken zihnen uyanık yaşamın içinde olmasıdır. Bireyin bütün gün biriktirdiklerini uyku sırasında bir şekilde hissederek ve düşünerek uykusuna aktarmasıdır.

1.1.3. Rüya İle İlişkili Kavramlar

Rüya hemen hemen tüm bilim dallarının ilgilendiği bir konu olması dolayısıyla birçok kitapta tanımlamalara gidilmiştir. Bu anlamda rüyaya yakın birtakım kavramlar ve tanımlamalar ortaya çıkmıştır. Bu tanımlamalardan bazıları rüya yerine kullanılan kavramlar olduğu kadar bazıları da rüyanın boyutlarını karşılamaktadır. Bunlardan sadece birkaçının tanımı burada verilecektir.

Dilimizde rüya kelimesini karşılayan birçok kelime veya onunla ilişkili olan deyim vardır. Bu kelimelerden bazıları şunlardır: *Düş*, *ağır basma*, *seyr*, *vak’a*, *vâkıa*, *zuhurât*, *düş azmak*, *düş görmek*, *düş yormak*, *kara basan*, *kara düş*, *kara kaygılı rüya*, *karakura*, *karakura basan*, *karakura basmak*, *karakura düş görmek*; Arapçada ise, *ihtilâm* (düş azmak, düşte cinsî münasebette bulunmak), *kabus* (ağır basma), *kabus basmak*. (Tatçı ve Çeltik, 1995: 13).

Bunların dışında psikolojik terim olarak rüyaya benzer olan şu kelimeler kullanılır:

Rüya ile ilgili kavramların başında genel olarak *hülya* gelmektedir. *Hülya*; uyanık halde iken imaj ve anıların zihinde canlanmaları şeklinde tanımlanmaktadır. *Hülya*, çocukta ve gençte farklı şekillerde görülür. Çocuk devamlı *hülya* içindedir.

Örneğin küçük bir pencerede saatlerce oynamaktan hoşlanan kız çocuğu, kendini bebekleriyle beraber büyük bir çiftlikte zanneder. Gençte ise hülya, hayata hazırlıktır. Hülyada, kuvvetli duyguların ve isteklerin etkisi görülür. Örneğin; gerçek yaşamda gerçekleşmemiş bir arzu, hülyaya sebep olabilir. İyimser insanlarda sevinçli, kötümser insanlarda kederli sahneleri düşündürür. Normal şartlarda hülyanın “*hezeyan*” denilen hastalık halinin başladığı yerde durması gereklidir. Hülya genel bir haldir. Psikolog Smith’in yapmış olduğu bir ankette 147 kişi içinde ancak 5 kişinin hülya halini tanımadıkları görülmüştür. Dikkatin dağılması, can sıkıntısı, zihnini belli bir suje üzerinde toplayamamak, günlük hayatta yeteri derecede heyecan bulmamak gibi sebepler hülyalara kaynak olarak gösterilmiştir. (Gürün, 1991: 91).

Rüya ile ilgili kavramlardan bir diğeri sanrıdır. “*Sanrı*; sanrı halinde görecektir bir şey yokken birtakım şeyler görmektir. Ne kadar duyum varsa o kadar sanrı vardır. Görme ve işitme sanrıları daha çok rastlananlardır. Alkol, kokain gibi maddelere düşkün olan insanlarda da sanrılara rastlanmaktadır. Sanrının ilerlemiş şekli hastalık durumudur.” (Gürün, 1991: 91, 92).

Rüya ile ilgili bir diğerkavram da hayaldir. “L. Mc. Cutchen, rüya ile hayal arasındaki ilişkinin gizlilik vasfında olduğunu belirtmektedir. Bu konudaki tartışmalarla ilgili olarak; rüyanın oluşumu ile hayal dünyasının şekillenmesi birbirleriyle ilişkilidir ki bunun sebebi, hayalle ilgili muhakemedir. Rüya ile hayal üç yönden birbirleriyle ilişkilidir. Birincisi, benzer düşünceler onları birbirine uygun olarak üretir. İkinci olarak, her ikisinin faaliyet merkezlerinin aynı olması, kendileri ve kültürlerindeki özel ilişkiyi açıkça göstermektedir. Üçüncü ise rüya ve hayalin her ikisi de arzu ile ilişkilidir.” (Aktaran: İmamoğlu, 2004: 25).

1.2. RÜYANIN TARİHÇESİ

İnsanlık tarihinin başlangıcından günümüze kadarki süreçte rüya; hep merak edilen, büyülü, gizemli ve hayata etki eden önemli bir psikolojik tecrübe olarak görülmüştür. Bu nedenle tüm kültür ve medeniyetlerde ayrıca hemen hemen tüm dinlerde rüyaya büyük önem atfedilmiş ve rüyalar üzerine çok sayıda kitaplar yazılmıştır. Bununla da kalınmamış çoğu medeniyetlerde rüya kutsallığın ve Tanrı'nın varlığının bir işareti olarak kabul edilmiştir. Bundan dolayı rüya konusunun derinliğine inmeden önce bu önemli tecrübenin tarihsel serüvenine

bakmakta fayda vardır. Çalışmanın bu bölümünde eski kültür ve dinlerde rüyaya yer verilecektir. İslam Dini'nde rüyanın yeri ise çeşitli hadis ve ayetler ışığında son bölümde ele alınacaktır.

1.2.1. Eski Kültürlerde ve Dinlerde Rüya Olgusu

İlk çağlarda yaşayan insanlar da doğal olarak rüya görüyorlardı. İlk çağlardan beri rüyaların içinde yaşanan dünya ile bilinmeyen bir dünyanın, insan ile insanüstü kuvvetlerin arasında bir bağ olduğu inancı vardı. İnsanlarda din fikrine ilişkin ilk anlayışlar, ruh ve ölüm kavramlarına ilişkin ilk sorgulamalar muhtemelen rüya izlenimlerinin bir sonucuydu. İlkel insanlarla ilgili antropolojik araştırmalar, o devirlerde yaşayan insanların rüya ile gerçek hayat arasında kesin bir sınır çizemediklerini göstermektedir. Araştırmaların sonuçlarına göre iki biyolojik olay, ilkel insanı sürekli rahatsız etmekteydi. Bunlardan birincisi, ölü beden ile dirisi arasındaki fark, ikincisi ise rüyalarda görülen insan şekilleridir. O zamanlar insanlar şöyle düşünüyorlardı: Her insanın bir bedeni, bir ruhu ve bir de bedeninin eşi, “*dublesı*”^{*} olması gereklidir. Bedenin eşi, bedene rüyasında bir hayal olarak görünür. Uyku, ruhun bedeni geçici olarak terk etmesidir. Ruh, bedeni terk ettiği süre boyunca nereleri geziyorsa, ne işler yapıyorsa, kişi bunları rüyasında görür. (Yücesoy, 2001: 74, 75).

İlkel kültürlerin birçoğunda uyku sırasında ruhun bedenden ayrılarak dolaştığına inanılır ve bu yüzden uyuyan kişiye asla dokunulmazdı. (Rogo, 1998: 179). Geçmiş dönemlerde bazı din adamları animizmi yani ruhlara inancı bütün ibtidai dinlerin temeli sanmışlardır. Şahsiyetin bir aksi olan ruha inanış insanı heyecanlandıran rüyalardan inkişaf etmiştir. Ölümün, insanı son derece korkutması şüphesiz olsa gerektir; ölünün vücudunda görülen değişiklik, hareketsizlik, sükut yaşayanları sarsmıştır. Ölünün dostlarının ve akrabalarının rüyalarında görünmesi onun belki şekil değişmekle beraber hala yaşadığı düşüncesine insanları inandırmıştır. Belki de insanın bir kısmının yani ruhunun ölümden sonra yaşamaya

* Duple: Psişik anlamda, “ikiye bölünmüş, eş, ikiz, benzer” anlamlarına gelir. Bu terimin geçmiş devirlerden beri süregeldiğini görmek mümkündür. Eski Mısır'da Ka; Yunan'da Eidolon; Kabalistlerde Nefeş; Orijen ve diğer kilise babalarının dahil oldukları Yeni Eflatunculukta Angoeide, Astroeide (yıldızlardan yansıyan); teozofide Esiri Beden; klasik ruhçulukta ise Duple, “yaşayanların fantomu”dur. (Yücesoy, 2001: 75).

devam ettiğini zannetmişlerdir. (Schimmel, 1995: 11) Bu gibi düşüncelere göre insanın ruhu ile gölgesi arasında sıkı bir ilişki vardır; nitekim efsane ve mitolojilerde ara sıra gölgesini kaybeden bir insanın ruhunu da kaybettiği gibi bir motife rastlanmaktadır. (İmamoğlu, 2004: 6).

Eski bir geleneğe göre, gündüz sorular güneşe fırlatılırsa, gece ayın vereceği yanıt dinlenir. Kuzey Amerika yerlileri rüya duasını kabile geleneği olarak yaparlar ve rüyanın anlamı netleşene kadar bunu gerçekleştirirler. (Rıder, 1996: 163).

“*Mu* ve *Atlantis* uygarlıkları dönemlerinde insanlar *astral** bir şuurluğa sahipken, rüyaları merak ederlerdi. Yüzyıllar geçmesine rağmen *Mu* ve de özellikle *Atlantis* uygarlığının gerilemesi ve ardından yıkılışıyla birlikte aradan geçen yıllar boyunca rüyalara olan ilgide hiçbir zaman bir azalma olmamıştır.” (Churcward, 2005: 25).

Örneğin Norveç mitolojisinde rüyaların, ölülerin canlılarla iletişimde bulunduğu bir ortam olduğu anlatılır. Avustralyalı ilkel bir kabilenin, maddesel dünyanın da aslında bir imajinasyon ortamı olduğunu ifade eden şöyle bir deyim vardır: “Bizi rüyasında gören bir rüya var.” Rüyanın, uyandıktan sonraki yaşam üstündeki etkisini fark eden her uygarlık, tarih boyunca kendi içinden kahinler ve medyumlar çıkarmıştır ve bu insanlar aydın kesimlere, kraliyet mensuplarına ve sokaktaki insana gördükleri rüyaları yorumlama gibi bir görev üstlenmişlerdir. (Yücesoy, 2001: 75, 76).

Malezya Yarımadası’nda medeniyetten uzak, ormanların içinde bir arada yaşayan “*Senoiler*”, rüyalarına büyük önem vermektedirler. Bu kabile rüyalarını zengin birer bilgi ve rehber olarak görmektedirler. Gördükleri rüyayı aileleri ile paylaşıp, tartışmaktalar. (Talbot, 1998: 84).

Freud’un rüya üzerine yazılmış klasiklerinden biri olan “*Düşlerin Yorumu*” adlı eserinde, eski insanların rüya yorumlamada kullandıkları iki temel kuraldan söz edilmiştir. İlki; rüyayı bir bütün olarak ele almak ve temsil etmek istediği gerçek

* Astral: Bu terim *Okültizm*’de ve *Teozofi*’de kullanılan bir terim olup, kişinin uyku gibi ruh ve beden bağlarının gevşediği hallerde esirî beden ya da astral beden (Spiritüalizm’de duble) denilen süptil maddelerden oluşan bedeniyle fiziksel bedeni dışında, bilinci yerinde olarak, başka mekanlarda dolaşmak üzere yaptığı yolculuğu ve bu bedeniyle geçirdiği deneyimleri ifade eder. Parapsikoloji’de bu, “*beden-dışı deneyim*” anlamındaki “*out-of-body experience*” (OBE) olarak, Metapsişik’te ise “*şuur projeksiyonu*” olarak adlandırılır. (http://tr.wikipedia.org/wiki/Astral_seyahat)

olayı bulmaya çalışmaktır. Bu yöntem *simgesel düş yorumu* denmektedir. İkinci yaklaşım ise, her rüya imajını farklı bir işaret olarak ele almak ve sembolik anlamını ortaya çıkarmaya çalışmaktır. Bu yöntem ise *şifre çözme* denilmektedir. (Freud, 2001: 150, 151).

1.2.2. Eski Mısır'da Rüya Olgusu

Günümüze kadar ulaşan zengin arkeolojik buluntuları, yazı ve takvimiyle köklü bir uygarlık olduğu kabul edilen Eski Mısır'da insanlar, yaşam hakkındaki anlayışlara doğrudan deneyimle sahip olurlar, olayları birebir kabul ederlerdi. Onlara göre rüyalar, uyanık yaşamdan daha farklı muhtevalar içeriyordu. O halde onların da deneyimleri daha farklı bir dünyaya ait olmalıydı. Rüyanın kendisi dışında daha ileri bir kanıt ise hiç gerek yoktu. Rüyalar, rüya görenin uyanık deneyimleri dışında gibi görünen bilgiler taşıdıkları için, daha erdemli üstün varlıkların, hatta tanrıların kendileriyle konuştuğu durumlar olarak kabul edilirdi. İletilen bilgilerin hoş olmaması durumunda, rüyayı gören kişinin kötü tesirlerin etkisi altında olduğu düşünülürdü. İnsanlarda iyi etkiler bırakan ve kendilerini koruyan rüyaların *Uyku Tanrısı Bes* 'ten geldiğine inanılırdı. Eski Mısırlılar iyi etki bırakan rüyalar görmek için, Eski Mısır'ın başkenti olan *Memfis*'de bulunan *İmhotep* ve *İsis* tapınaklarında dua eder, oruç tutar ve hastalarını iyileştirmek için özel çalışmalar yaparlardı. (Yücesoy, 2001: 76, 77).

Rüyalarla ilgili iki farklı kaynaktan, rüyalara ait en eski yazılı kayıtlarla ilgili iki farklı tarih karşımıza çıkmaktadır. Bunlardan birincisi, rüya yorumuyla ilgili en eski yazılı kayıtların M.Ö. 1350 yıllarına ait olduğu düşünülen *Chester Beatty* isimli Mısır papirüsleri olduğu belirtilmektedir. (Telesco, 1999: 15). Ancak diğer kaynaktan ise günümüzde 4000 yıl öncesine dayanan rüya yorumlarının varlığından söz edilmektedir. İnsanların, hayatları hakkında bırakabildikleri ilk yazılı belgeler içinde doğrudan doğruya rüya yorumları da yer almaktadır. Bu kaynağa göre ele geçen rüya yorum kitaplarından en eskisi, M.Ö. 2000-1800 yıllarında papirüs üzerine yazılmış bir Mısır kitabıdır ve halen İngiltere'de British Museum'da bulunmaktadır. İçindeki rüyalarından ancak 200 kadarı okunabilmektedir. Bu kitaptaki tüm kayıtlarda önce rüya tasvir edilmekte, ardından rüyanın iyiye mi yoksa kötüye mi işaret olduğu

anlatılmakta ve rüyayı gören kimsenin geleceği hakkında yorum yapılmaktadır. (Özbydar, 1971: 14).

Psiko- Sosyal Açıdan Rüya ve İstihare isimli kitapta ise “Mısırlılar kendi rüyalarının Tanrılar tarafından yönetildiğine inanırlar ayrıca diğer dünya ile ilişki kurmada rüyaların geleceğe ait bir öğüt olduğunu kabul ederler.” denilmektedir. (İmamoğlu, 2004: 8).

1.2.3. Hindistan’da Rüya Olgusu

“Hinduizm’in kutsal kitabı Veda’da uğurlu uğursuz sayılar yanında rüya listeleri de bulunmaktadır. Yine kötü rüyaların sebebiyet vereceği kötü olaylardan kurtulmak için çeşitli ayinler yapılmakta ve özel hazırlanmış sularla yıkanılmaktadır. Rüya görme ile rüya gören kişinin karakteri arasında bağlantı olduğu kabul edilmektedir.” (Günay, 1992: 80).

Günlük olaylardan etkilenecek ortaya çıkan sıradan rüyaların dışında, sembollerle bezenmiş geniş anlamlar içeren mistik rüyalar Hintlilere göre daha önemliydi. Bu tür rüyalarda tanrısal gücün ortaya çıktığına inanılırdı. M.Ö. 1000 yıllarında yazıldığı sanılan Hintlilerin *Atharvaveda* isimli rüya kitabı, çok sonraları Freud ve diğer araştırmacılar için de sürekli başvuru bir kaynak olmuştur. Bu esere göre rüyalar “yarı uyanıklık, rüyasız uyku hali, rüya durumu ve *Brahman* tanrısıyla mistik bağlantının kurulduğu üst rüya hali” olmak üzere dört bölüme ayrılmıştır. Miladın başlarına doğru kim tarafından yazıldığı bilinmeyen ancak Kuzey Hindistan’da yazıldığı bilinen *Kral Milinda’nın Soruları* isimli bir belgede ise bir Hintli düşünürün göre rüya gören altı değişik insan tipi vardır. Bunlar: (Yücesoy, 2001: 78, 79).

- Ateşli insanlar;
- Çabuk öfkelenen (kolerik karakterli) insanlar;
- Soğukkanlı (flegmatik karakterli) insanlar;
- Tanrının etkisiyle rüya gören insanlar;
- Kendi alışkanlıkları doğrultusunda rüya gören insanlar;
- Bir kehanet olarak rüya gören insanlar.

Budist rüya deneyimine en kolay şekilde, Hindistan ve Tibet’in zengin ve çeşitli kutsal biyografileri aracılığıyla erişilebilmektedir. Rüyalar bu metinlerde

büyük bir rol oynamaktadır. Hareketlerde dramatik değişiklikler yaratmakta, daha sonra gerçekleşen olayların kaçınılmazlığının üstünde durmakta ve rüyayı gören kişinin manevi ve maddi yaşamındaki önemli değişimleri hızlandırmaktadır. (Bulkeley, 2008: 9).

Budizm’de en meşhur rüya, Buda’nın doğumundan önce annesi Kraliçe Maya’nın gördüğü rüyadır. Rüyasında onun büyük bir insan olacağını söylenmesi, bu din taraftarlarının da rüyaya değer verdiklerini göstermektedir. (Tümer, 1993: 130).

1.2.4. Babil ve Asur’da Rüya Olgusu

Bazı rüyaların dini anlamda bir yardımcı pozisyonunda olduğu da kabul edilmiştir. Çünkü rüyada bir vahyin alınma özelliği söz konusudur. Örneğin Eski Suriye’de kralların ve din adamlarının gördüğü kötü rüya ve ardından gerçekleşen olaylarla ilgili rüya kitabı da bulunmaktadır. M. Ö. 5000 yılında Babil ve Eski Suriye’de bir rüya geleneğine göre kim bir yerden başka bir yere uçtuğunu görürse, bu rüyayı mal ve mülkünü kaybedeceği şeklinde yorumlandığı ifade edilmektedir. (Yücesoy, 2001: 80).

Babil ve Asur medeniyetleri rüyalar konusunda biraz daha farklı inanışlara sahiptiler. Onlara göre Babil rüya tanrıçası *Mamu*, tüm kötü tesirli rüyaların etkilerinden kurtulabilmek için birebirdi. *Ninova*’da M.Ö. 669- 626 yılları arasında yaşamış olan Asur imparatoru *Asurbanibal*’in kitaplığında, rüya ile ilgili taş basması bazı eserler bulunmuştur. Bu eserlerde sadece rüyaların yorumları değil, kötü rüyalardan nasıl kaçınılacağı ve nasıl iyi rüyalar görülebileceği hakkında da bilgiler yer almaktadır. Ayrıca bu belgeler, rüyalar ve cinsellik ilişkisini ilk ortaya koyan toplumların Asur ve Babil uygarlıkları olduğunu ve olumsuz rüyaların etkilerinden korunmak için adak törenleri düzenlediklerini de göstermektedir. *Asurbanibal*’in kitaplığında farklı rüya kitapları bulunmuştur. (Özbydar, 1971: 15).

1.2.5. Eski Yunan’da Rüya Olgusu

Antik Yunan’da Stoacı filozoflar rüyaları; ruhtan, diğer ruhlardan ya da tanrıların kendilerinden gelen görüşler olarak kabul etmişlerdir. Bu geleneği izleyen insanlar bazen iyileştirici ya da geleceği gösterici düşler görebilmek amacıyla kutsal

tapınaklara kapanmışlardır. Ayrıca Hipokrat, rüyaların ortaya çıkmamış fiziksel hastalıkların göstergesi olduğunu ileri sürmüştür. (Telesco, 1999: 9-15).

Eski Yunan, Roma ve Yahudi uygarlıkları; Asur ve Mısırlıların rüya yorumlama yöntemlerini biliyorlar ve kullanıyorlardı. Bu bölgede kurulan ilk felsefe ve din okullarında öğrencilere, ruhun beslenme için uyku sırasında bedenden çekildiği öğretiliyordu. Eski Yunanlılar tıpkı Mısırlılar gibi rüyaları için tapınaklar inşa ettiler, fiziksel hastalıkların iyileştirilmesinde ve dünyadan ayrılmış bulunan ruhlarla iletişimde rüyalardan yararlandılar. Eski Yunanlılara göre rüyalar üç türde gruplandırılıyordu: (Yücesoy, 2001: 81, 82).

- Tanrıların veya ruhların kendilerini insanlara gösterdikleri rüyalar;
- Sembolik tarzda görülen rüyalar;
- Gelecekte haber verilen rüyalar.

1.3. UYKU VE RÜYA

Rüya gibi, bilimsel çalışmalar açısından oldukça soyut kalan ve bir o kadar da merak uyandıran bir konunun önce kavramsal çerçevesine bakılıp ardından da nasıl ve ne şekilde oluştuğu üzerinde durulması bizce konunun derinlemesine anlaşılmasını kolaylaştırıcı bir etkidir. Rüyaların tarihsel geçmişinin ardından, nasıl ve ne zaman oluştuğu bizler için önem taşımaktadır. Çünkü tüm insanlar rüya görmektedirler ve bu olay uyku sırasında olmaktadır. Bu nedenle önce kısa bir şekilde uykunun oluşumu üzerinde durulacak ardından rüyanın nasıl oluştuğu, hangi uyku evresinde tecrübe edildiği bilimsel deneyler ışığında açıklanacaktır.

İnsanlar her gece uyur ve tam anlamıyla dünyayla bağlantısını keserler. Bilimsel, psikolojik ve fizyolojik bazı verilere rağmen hala uykunun temel amacı tam olarak bilinmemektedir. 20. yüzyıla kadar uyku hakkında tek bilinen şey, hatırlanan rüyalardır. Şimdilerde ise, beyin hareketlerinin elektronik gözleminin gelişmesiyle birlikte belli bilgi ve buluşlara ulaşılmıştır. Yüzyıllar boyunca uykunun tek amacının fiziksel olarak vücudu dinlendirmek olduğu varsayılmıştır. Uykunun gün içindeki yorgunluktan dolayı ortaya çıktığı düşünülmüştür. Ancak kasların dinlenirken uykudaki kadar rahatladığı bilgisine ulaşıncaya uykunun amacının sadece fiziksel dinlenme olmadığı anlaşılmıştır. Ayrıca uykudaki insanlardan alınan fotoğraflarda kasları çalıştırmak için gecede yirmi defa dönme, gerinme gibi hareketler yapılarak

uyku sırasında tamamıyla hareketsiz olunmadığı ortaya çıkmıştır. Bu araştırmalar sonucunda uykunun fiziksel dinlenmeden çok ruhsal dinlenmeye hizmet ettiği fark edilmiştir. Ancak beynin uyku sırasındaki tepkileri izlenince beynin tam anlamıyla kendini kapatmadığı ve çalışmaya devam ettiği gözlemlenmiştir. Bu nedenle uykunun ruhsal dinlenmeyi sağladığı tezi de sonlandırılmıştır. Uzay yolculukları sayesinde insanın kendini izole etmesi sonucunda uyku ihtiyacının azaldığı görülmüştür. Bu da demek oluyor ki insan ilişkileri ve dolayısıyla dış dünya ile olan bağlantı azalınca daha az uyuma gereksinimi doğmaktadır. İnsan yatınca önce bedeni ardından zihni gevşer ve uyur. Uyuyunca kalp atışları ve nefes yavaşlar, kan basıncı ve vücut ısısı düşer. Uyanıklık ve uyku arasındaki fark bilincin devre dışı kalmasıdır. Örneğin, sese ya da sorulan sorulara tepki gösterilmemesi gibi. (Dee, 1997: 17- 19).

Uyku uyanıklığın zıddı gibi görünmekle birlikte bu iki bilinç halinin ortak yanları çoktur. Uyku tamamıyla bir sükûnet ve istirahat hali değildir, bazıları uykuda yürür, konuşur. Uykuda olanlar çevreden tamamıyla kopuk da değildirler. Uyku plansız da değildir, bazı insanlar belli saatte kalkmak üzere uykuya dalar ve o saatte kalkarlar. İnsan hayatının 1/3'ü uykuda geçmekle birlikte uykunun işlevleri tam olarak anlaşılamamıştır. Son yıllarda yapılan araştırmalara göre uyku; dış dünyaya olan duyarlılığın ve farkında oluşun azaldığı bir durumda faaliyetsizlik halinin geri dönüşü sayılabilir. Uyku hali, anestezi veya ilaç, alkol alımına bağlı olarak veya hastalık sebebi ile ortaya çıkan komaya bağlı bilinçsizlik halinden; uyuyan kişinin uykudan kolaylıkla uyandırılması nedeniyle ayırt edilir. Aynı zamanda uyku, bilinçsizlik halinden uyku sırasında olan ve rüya şeklinde ifade edilen zihni faaliyet olgusu ile ayırt edilebilir. (Arkonaç, 2005: 113).

Uyku uyanıklığın belli bir aşamasıdır. Örneğin anneler; çocuklarının en ufak sesinde bile anında uyanırlar. Uykudayken insanların yataktan düşmemeleri de insanın uyurken belli sınırları algıladığını göstermektedir. (Adler, 1998: 114, 115).

Uykuyu anlamak için beyni anlamak gerekir. 1920'de nörolog Hans Berger tarafından milyonlarca beyin hücrelerinin faaliyetlerinden doğan elektrik akımları, *Alfa* ve *Beta* olmak üzere iki tür beyin dalgası kaydedilmiştir. 1953'te Kleitman *Elektroansefalografi*'yi (*EEG*) rüyaların görüldüğü anın tespitinde kullanmıştır. Uyanık olduğu halde gözleri kapalı birisinin beyni ritmik olarak saniyede 8-13 sayıklık dalgalar yayınlamaktadır. (Özbaydar, 1971: 56).

Daha sonrasında *Delta, Teta, Mu, Gama, Verteks, Spike* (tepe noktası) ve *K* dalgaları bulunmuştur. Bu dalgaların yorumu henüz netlik kazanmamıştır. 1960'lı yıllarda A, B, C, D, E ve F olmak üzere uykunun altı düzeyi olduğu anlaşılmıştır. A en hafif uyku hali ve F ise en derin uyku düzeyidir. Bu düzeylerle bağlantılı olmak üzere iki çeşit uyku vardır. Bunlar *REM (Rapid Eye Movement) – Hızlı Göz Hareketi Olan-* ve *NREM (non REM) -Hızlı Göz Hareketi Olmayan-* uyku olarak tanımlanmaktadır. Sessiz uyku olarak bilinen erken uyku *NREM* uykudur. *NREM* uykunun gece içinde birkaç düzeyi vardır. İlki 90 dakikadır ve bunu 10 dakikalık *REM* durumu takip eder. Gece içinde *NREM* ve *REM* birbirlerini takip ederler. Başlangıçta *NREM* durumları uzundur ancak gece ilerledikçe *REM* durumları uzamaktadır. *REM* durumu, yüz kasları ve ellerdeki hareketlerden anlaşılmaktadır. *NREM* durumda horlama varsa *REM* uykuda ses kesilir. Beden fiziksel baskıdaymış gibi kan basıncı ve kalp atışı *REM* uykuda artar. En önemlisi gözler, bir şeyi takip edercesine devamlı sağa sola hareket durumundadır. Denekler, *REM* uykusundayken uyandırıldıklarında rüya gördüklerini söylemişlerdir. Göz hareketleri en çok *REM* uykunun F düzeyinde artmaktadır. Görüntüsel rüyalar bu düzeyde görülmektedir. *REM* uykudayken rüya halindeki insanların uyandırıldıklarında agresif yapıda olmaları rüya görmek için uyunduğu sonucuna varılmasına neden olmuştur. (Dee, 1997: 17- 21).

Çok az hatta hiç rüya görmediğini belirten denekler üzerinde yapılan araştırmada *EEG* ve *REM* *traseleri* ortaya çıktığı anda uyandırılınca rüya gördükleri tespit edilmiştir. Buradan ulaşılan sonuca göre herkes her gece çeşitli rüyalar görmektedir. Rüya görmemek diye bir şey söz konusu değildir, rüyaların hatırlanması veya hatırlanmaması söz konusudur. (Özbaydar, 1971: 58).

Rüyaların birçoğu, günlük hayatın bir parçası ya da ondan bir sahneyi ihtiva eden dertleri, heyecanları, sevinç ve istekleri içine alabilir. Rüyaların insana en hayret veren yönü çok kısa sürmeleri ve süratli hareket etmeleridir. Normalde günler sürecektir bir olay rüyada saniyelerle ifade edilecek bir zaman dilimi içinde gerçekleşmiş gibi görülebilir. Rüya görmeye etkili olan iki durumdan biri uykudan önce yaşanmış olan olaylar olabildiği gibi uykuya daldıktan sonra etkili olan olaylar da olabilir. Bu konuyla ilgilenen C. S. Hall, kendi öğrencilerinin yardımıyla, insanların rüyalarında genelde neleri gördüklerini merak etmiş ve on bin kişi

üzerinde bir araştırma yapmıştır. Bu araştırmayı yaptığında Hiroşima'ya atom bombası atılmıştı. Onun beklentisi rüyalarda genelde bununla ilgili bulguların olmasıydı. Fakat bununla ilgili bulgular yoktu. Ayrıca kişiler kendi meslekleri ile ilgili rüyalar görmemişti. Görülen rüyalar günlük hayatta duygu ve davranışları uyaran olaylarla ilgiliydi. Bu araştırmaya göre; kişi rüyalarında en çok kendini sonra, aile fertlerinden birini görmektedir. Erkekler daha çok erkekleri, kadınlar ise kadın ve erkekleri eşit oranda görmektedir. Görülen yerlerin başında ev gelmekte, daha sonra herhangi bir yer, yol ve meydan gelmektedir. Bu araştırmada davranış olarak en az görülen, düşme ve uçma gibi davranışlar olmuştur. Duygusal yönden, zevk veren rüyaların zevk vermeyenlerden daha az olduğu tespit edilmiştir. On bin rüyanın yarısında bir cinsiyet hadisesinin geçtiği ve rüyaların üçte birinde bir renk motifinin bulunduğu belirlenmiştir. Rüyalardaki imajlarla ilgili olarak araştırmalar yapan Hacker, Calkins, Köhler; bu imajlarda; görmenin birinci derecede etkili olduğu, işitilenlerin ikinci derecede etkili olduğunu tespit etmişlerdir. Bu araştırmalara göre, dokunma ve davranışla ilgili imajların etkisi %5'ten daha düşüktür. (İmamoğlu, 2004: 1- 25).

“Rüyanın hatırlanışını etkileyen faktörleri Cohen mümkün olabilecek 3 değişkenle ifade etmektedir. Bunlar; bastırma, ön plana gelme ve araya girmedir. Cohen bastırma hipotezini destekleyen bulgunun az miktarda olduğunu buna karşın ön plana gelme hipotezini kuvvetle destekleyen bulgular olduğunu öne sürmüştür. Kendisi rüyanın hatırlanması ile ilgili bir ön model ileri sürer, bu modelde uyku sırasında zihni olayları daha az veya daha çok ön plana taşıyan ve rüyaların hatırlanışı ile birlikte daha büyük veya daha küçük ölçüde araya girebilecek olan bireysel farklılıklar, uyku öncesi, uyku anı ve uyku sonrası gibi faktörler hesaba katılmaktadır.” (Arkonaç, 2005: 123).

1.4. RÜYA TÜRLERİ

Rüya ile ilgili yazılmış olan hemen hemen tüm kitaplarda çeşitli rüyaların varlığına yer verilmiştir. Bu nedenle birçok rüya türü karşımıza çıkmaktadır. Ancak bu çalışmada hepsine yer verilmesinin imkansız olacağı düşünülerek genel bir çerçevede ve hemen hemen herkes tarafından varlığı kabul edilmiş olan rüya türleri üzerinde durulacaktır.

1.4.1. Fizyolojik Kökenli Rüyalar: Uyurken vücudumuzdaki herhangi bir organımızın işleyişinde meydana gelen bir değişiklikten dolayı görülen rüyalardır. Örneğin midede meydana gelen bir ekşime, kan basıncında oluşan bir değişim bu tür rüyaların görülmesine neden olmaktadır. En fazla görülen rüya türlerinden biridir. Genellikle kâbusların görüldüğü rüyaların oluşumu bunlara bağlıdır. Midedeki bir ekşime, uyku sırasında midenin bir katilin bıçakla mideyi oymasına dönüşen bir his vererek böyle bir rüyanın ortaya çıkmasına neden olabilir. Başka bir örnek ise uykusu sırasında bir kimseye çiçek koklatılsa kendisini bir gül bahçesinde gördüğü bir rüya oluşabilir. (Türkoğlu, 2001: 75).

Fizyolojik rüyalar, tamamen ruh ve madde ilişkisinden kaynaklanan canlılığın gerekliliğinden doğarlar. Bu tür rüyalar, kaynağı beden olan ve bedendeki değişimlerden etkilenen rüyalardır. İnsan bedeninde oluşan her türlü işlevin şuuraltıyla bir ilgisi vardır. İşlevlerdeki bir aksaklık, fizik bedenin dışına bir mesaj yolladığı gibi, şuuraltına da bir mesaj yollar. Odanın penceresi açıktır ve uykuya dalarken sıcak olan hava sabaha karşı serinlemeye başlamıştır; o sırada kişi kendini ya birden soğuk ve karlı bir dağ başında bulduğu bir rüya görmeye başlar ya da o sırada bambaşka bir rüya görüyorken, o sahnenin içine birden karlar yağmaya başlar. Bu sırada beden, insanı uykunun derinliklerinde uyarmakta, normal duyularıyla odanın içindeki havanın buz gibi olduğunu fark edemeyen kişiye “üşüyorsun” mesajını iletmeye çalışmaktadır. Bu tür rüyalar özellikle ışık ve temas sonucu meydana gelirler. Örneğin uyku sırasında parmakla dürtülen kişi, bir kılıçla yaralandığını görebilir. Buradan duyu organlarının, uyurken bile tetikte oldukları sonucu ortaya çıkmaktadır. Diyelim ki, rüyada kolunu bir köpeğin ısırıldığını gören kişi uyandıığında elinin üzerine yatmış ve kolunun uyuşmuş olduğunu fark edebilir. Rüya kişiyi başka türlü uyandıramadığı için mesajını bu şekilde vermektedir. Beden açısından şuurulu işlevle şuursuz işlevi ayırt etmek mümkün değildir bu nedenle durum değişiklikleri ile ilgili tüm mesajlar şuurun her iki bölgesine de yollar. Aslında insanlar için fizik plana çıkan mesajlar kolayca algılanabilir. Örneğin, diş ağrısı, mide rahatsızlığı gibi durumlarda kişi doktora gider ve bunlara bir çare bulmaya çalışır. Ancak bazı mesajlar vardır ki, bunlar fizik plana ulaşmaz ama şuuraltına ulaşırlar. Nitekim henüz ağrılar veya diğer fizyolojik belirtiler ortaya

çıkmadan, birçok rahatsızlıkların ve hastalıkların başlamış ve gizli gizli ilerlemiş olduğu; rüyalarındaki sembollerin, uyarıların yorumuyla anlaşılabilir. Bu mesajlar sembol haline dönüştüğünde çok farklı rüyalar görülebilir. Birçok psikolojik ekol çeşitli teorilerden yola çıkarak, şuuraltı sembolizminin insan bedeniyle olan ilişkisi konusunu ele alıp incelemektedir. Bütün duyu (işitme, tatma, koklama, dokunma, görme) organları ve de insanın kendi varlığı ve fonksiyonları hakkında sahip olduğu şüpheli izlenimlerin tamamı; rüyaların içine kendilerinden birçok sahneler eklerler. Rüya araştırmacılarına göre bu tür rüyalar, ağır hastalıklardan sonraki iyileşme süreçlerinde daha çok görülmektedirler. İnsanla ilgili her şeyde olduğu gibi burada da iç/ dış bütünleşmesi söz konusudur; dıştaki fizyolojik iyileşmeye eşlik eden iyilik ve sağlık duygusu içten gelmektedir. (Yücesoy, 2001: 51- 53).

Yapılan araştırmalarda değişik biçimde yatmanın, koku ve su sesi gibi duyuşsal uyarıların rüyaları etkilediği meydana çıkarılmıştır. Kaliforniya Üniversitesi profesörlerinden Knight Dunlap'e göre gece üşüdüğü zaman insan kendini rüyada çıplak görmekte, düşme ve kayma rüyaları ise bedende bazı kasların büzülüp gevşemesinden ileri gelmektedir. L.H.W. Horton aynı şekilde rüyaların, duyuşsal izlenimlerin yanlış yorumlanmasından ileri geldiği kanısındadır. Kendisi, kulağındaki bir arızadan ötürü kafa içinde birtakım seslerden rahatsız olan bir kimsenin rüyasında sık sık gök gürültüleri ile uyanmasını, örnek olarak vermektedir. Bunun gibi, dişi ağrıyan bir öğrencinin rüyada kendisinin bir arkadaşı ile boks yaparak çenesine birkaç yumruk yediğini görmesini anlatmaktadır. (Aktaran: Baymur, 1972: 217).

1.4.2. Psişik Kökenli (Ruhsal) Rüyalar: “Psişik kökenli rüyalar insanlara rehberlik eden, yol gösteren rehber varlıkların, insanlara yakın hamilerin yani koruyucu varlıkların etkilerinden kaynaklanan rüyalar ve rüyaların neredeyse üçte birini oluşturmaktadır.” (Yücesoy, 2001: 53). Psişik kökenli (ruhsal) rüyaları, Sevda Yücesoy Uykudaki Bilgelik Rüyalar isimli kitabında beş bölümde incelemiştir. Rüya ile ilgili diğer kitaplarda da bu tür rüyalara rastlanmıştır ve aşağıdaki gibi bir inceleme ortaya konulmuştur. Bunlar:

a) Şuuraltı Kökenli Rüyalar: Bu tür rüyalara “yapıcı rüyalar” ya da “psikolojik rüyalar” da denilmektedir. Bunlar hislerin uyarılması, şuuraltı* birikintileri ve içgüdüsel unsurlarla ilgili olan rüyalardır. Günlük yaşantıda deneyimlenen; bencillik, his, vicdan, inanç gibi çeşitli seviyelerdeki yeni oluşumlar veya yıkıntılar sebebiyle ortaya çıkarlar. Günlük hayattaki olayları, kişisel arzu ve tutkuları içeren bu rüyalarda, gün içinde yapılan tecrübelerin başarılı veya başarısız sonuçları imajlar halinde görülebilir. Karışık, kesik kesik ve genel olarak mantıksızdırlar. Bu rüyalarda, semboller arasında “çağrışıma” dayanan bir ilişki vardır. Günlük yaşantı içerisinde (ki, bu bir ya da birkaç günü veya birkaç ayı kapsayabilir), dikkat etmeyen bir şuur ile yaşanan birçok olay şuuraltına iner. Şuuraltına inen bu mesajlar genellikle etik, yani bir bakıma ahlaki ve manevi değerleri olan kavramları, tartışmaları taşıyan bazı olaylardır. Bunlar; duygusal, ahlaki hatta siyasi yaşamdan kaynaklanan, bir bölümü cinsel yaşamdan gelen etik değerlerin hepsini içine alan birtakım iç mesajlardır. Bu mesajların indiği şuuraltında kendimiz yani özümüz, şuuraltımızı yöneten asıl benliğimiz tarafından yaratılan vicdani bir tartışma, bir mücadele, bir çalışma biçimi vardır. Bu kaynaktan da çok önemli rüyalar oluşur. İnsanlar uyanık durumdayken birtakım sorunları kontrol etmez, onları düşünmez, vicdan azabı ya da pişmanlık duymazlar. İnsanların büyük bir çoğunluğu günlük yaşamında bunları bastırabilir ve göğüsleyebilir. Böyle durumlarda çeşitli gerekçelerle vicdan sesini dikkate bile almazlar, olayları mantığa uydurup, akli hale getirirler. Ancak mantığa uygun hale getirmiş olmalarına rağmen, şuuraltını yöneten asıl benlik bundan tatmin olmaz. Memnun olmadığı için şuuraltı daha derin bir muhasebeye girer. Vicdanın hiçbir şekilde engellenmediği şuuraltında, olaylar daha doğru değerlendirilir ve bilincin kontrolü iyice zayıfladığında, yani uyku sırasındayken bunlar sembollerle bürünüp rüya şeklinde insanlara ulaşırlar. Eğer insanın hayatı normal bir gidiş içindeyse telkin, fikir, imaj, arzu şeklinde şuuraltında korunan etkiler kişiyi zorlamaz ve rahatsız etmezler. Ancak yaşam koşulları (maddi ve manevi) kişinin standardını aşp, düzensizlik ve şuur kontrolsüzlüğü artarsa, karmaşık ve enerjisi yoğun olan bu içerik; her yolla ortaya çıkmak ve görevini yerine getirmek ister. Bu durum kişide kompleksli davranışlar, nevrozlar, sürçmeler ve

* Şuuraltı: Kişinin iç alemini gözlem hali ya da dış alemle ilişkisi olmayan duyumlarla ilgili idrak (algılama) halidir. (http://tr.wikipedia.org/wiki/suur_halleri).

rahatsız hallerin yanı sıra ilhamlara, icatlara ve yetenek dışı eylemlere de sebep olabilir. Bu karmaşık ve enerjisi yoğun içerik kendi eylemlerini, istek ve arzularını rüyalar şeklinde şuurumuza yansıtır. Hatta bu durumun bedensel rahatsızlıkları oluşum halindeyken ifade etme gücü de vardır. Bu tür rüyalar; anlaşılması güç, saçma ya da karışık sahne ve imajlar tarzında sembolleşebilirler. Şuuraltında pek çok birikim vardır. İnsan duygularını her zaman dışarıya yansıtamaz. Düşük duygusal yaşantıyı bir yandan şuuraltı birikimleri diğer yandan içgüdüsel dürtüler zorlar. Bu rüyalarda çıkan amaç ve bilgi, saklı ya da örtülü gibi görünür. Ancak bu rüyaları hafife almadan, anlatmak istediklerini sembolleriyle birlikte anlamaya çalışmak çok büyük faydalar sağlar. Şuuraltı rüyalarının kaynakları çok önemlidir. Asıl bunlar keşfedilip bulunmalıdır. Unutmamak gerekir ki, şuuraltı rüyalarının en önemli kaynaklarından biri; kişinin ben'i (egosu) ile vicdanı arasındaki çatışmalar süresince, daima egosunu destekleyen içgüdüsel eylemler, eğilimler ve arzulardır. Şuuraltı rüyaları ayrıca, insanın kendi kendine meydana getirdiği bir karşılaştırma sistemi olmaktadır. Yorumlanması sırasında en çok yanlışlığa düşülen rüyalar bu türdür çünkü aslında bir vicdan muhasebesinin doğru sonucunu taşıyan bir şuuraltı rüyası, vicdan muhasebesine hiç girişme yanlısı olmayan egonun etkisi ve çarpıtması altında yorumlanabilir, bu durumda mesaj yanlış anlaşılabilir olacaktır. (Yücesoy, 2001: 59-62).

b) Astral Kökenli Rüyalar: *Astral* rüyalar, uyku süresince *astral* planda yaşanan ses ve görüntülerin görsel bir hatırlanışdır. Bu plan ruhun bedenden geçici olarak ayrıldığı sırada şuurun uzandığı bir yerdir. *Astral* dünyayla ilişkili olan bu tip rüyalar, açıkça bilindiği gibi yanıltıcı parlaklıklara ve görüntülere sahip olabilirler. Bunlar bazen kişinin *astral* faaliyetlere katılımıyla ilgilidir, bazen de uyuyan kişinin, *astral* ortamda bulunan varlıkların yaptıkları işlere ve genel görünümüne *astral* bir seyirci olarak katılırken elde ettiği izlenimlerin kaydından ibarettir. Bu tür rüyalar arasında ayrıca, uyanırken yapılan ve daha sonra uyku saatleri sırasında *astral* planda da devam eden bazı faaliyetlerin fizik beyne kaydedilmesiyle oluşan rüyalar da vardır. *Astral* rüyalar kişiye doğrudan yapılmış bir yardım niteliği taşısa da yine de dikkatli bir biçimde ele alınmalıdır. Çünkü bu rüyalar hem yanıltıcı görüntülerden, hem de bu tür *astral* seyahatlerde karşılaşılan diğer varlıkların izlenimlerinden

etkilenebilirler. Psişik safhadaki *astral* rüyaların farklı bir uzantısı olan telepatik geçişlerin asıl sebebi, bedensiz varlıklardır. Bu noktada bedenliler arasındaki telepatinin aksine bedensiz bir varlıkla bağlantıya geçildiği gözlemlenir. Geri ve uyumsuz bedensiz varlıkların, bedenli varlıklara yaptıkları etkiler sonucunda bu tür rüyalar oluşabilmektedir. Bu tarz rüyalarda kişiye obsede edici nitelikteki telkinler, imajlar ve duygular gönderilir. Rüya gören kişi bunları açıkça anlayamaz. Şuuraltına geçen etkiler, çeşitli sabit imajlara bürünerek, uyanık halde vizyonlar tarzında veya uyurken rüyalar şeklinde şuura çıkarlar. Yayıdığı etkiler bakımından geri varlıklarla irtibat kurup bunun tezahürlerini, uykusunda düş olarak yaşayan kimseler için bu rüyalar aslında çok iyi uyarılardır. Fakat çoğu kimse bu konularda yeterince bilgili olmadığı için bunu anlayamaz. Kabul etmesi zor olsa bile geçerli olabilecek gerçek şudur: Genellikle günlük yaşamlarında düşük tesirli düşünce ve eylemler içinde olan kimseler, doğal olarak uykudayken de bu düşük tesirlerle rezonansa geçebilecek geri varlıkların titreşim bölgelerini aşamazlar. Bu durumda, negatif bir yaşamın rüyalarının pozitif olabileceğini düşünmek pek mantıklı olmayacaktır. (Yücesoy, 2001: 62- 64).

c) Haberci ve Eğitici Rüyalar: Haberci rüyaların duyu ötesi algı, yani altıncı his yeteneklerinden biri olduğu da söylenmektedir. Buna göre duyu ötesi algının daha çok değişmiş bilinçlilik durumlarında gerçekleştiğine inanılmaktadır. Değişmiş bilinçlilik durumu, zihnin günlük normal işleyişinden ve iradesinden farklı bir halde olmasıdır. Sinirsel gerilimler, uyku öncesi ve uyanmak üzereyken yaşanan yarı bilinçlilik durumu, hipnoz ve en önemlisi hayal gücünün serbestçe kendisini gösterdiği rüyalarla kendini anlattığı uyku, değişmiş bilinçlilik durumlarıdır. Nasıl ki görme duyusunu kaybeden bir kişinin iştme duyusu gelişirse, beş duyunun çalışmadığı bilinç ve iradenin hükmünü kaybettiği dönemlerde, eğer varsa altıncı hissin devreye girmesi mantıklıdır. Altıncı his görüşünü paylaşanlar, haberci düşlerin tek ve kesin bir geleceği göstermeyip, ancak belki bir fiilin işlenmesi durumunda kişinin başına gelecek olayları simgelediğini düşünmektedirler. (Asımgil, 1999: 222).

Haberci rüyalar; henüz daha gerçekleşmemiş olan bir olayın rüyada görülmesidir. Gelecekte haber verme özelliği vardır. Bu nedenle bu tür rüyalara “kehanet rüyaları” da denir. Haberci rüyalar da, kendi içinde iki bölümde ele

alınmaktadır. Birincisi, bedensiz varlıklar tarafından aktarılan bilgilerle görülen haberci rüyalarıdır. İkincisi ise, duyular dışı algılamalarla önceden bir olayın hissedilmesi ile görülen haberci rüyalar olmak üzere ender görülen rüya çeşitlerindedir. (Türkoğlu, 2001: 76).

Haberci ve eğitici rüyalar; beden dışı yaşam ile asıl büyük, geniş ve yüce yaşam arasındaki ilişkilerden doğan rüyalarıdır. İnsan uykudayken spatyoma* geçişi sonucunda bazı bilgilere ulaşır. Çünkü uyku; öte aleme, ruh dünyasına açılan küçük bir penceredir. Rüyaların büyük bir bölümü insanlara buradan gelir. İşte bunlar haberci, uyarıcı, geçmiş ya da geleceği bildiren rüyalarıdır. Hepsine birden haberci ya da eğitici rüyalar da denilebilir. Haberci rüyalar birkaç amaç taşırlar. Bunlardan biri, ne durumda bulunduğunu insana göstermektir. Bir diğeri de, kişiye bu bilgiyi ya da bu kehaneti veren kaynağın şuur seviyesinin ne kadar kapsamlı olduğunu göstermektir. Bu tür ayrıntılı rüyalarla çok sık karşılaşılır ve zihinde ileride meydana gelebilecek olayları önceden bilme yönündeki çalışmasını işaret ederler; zaten insan şuurunun zaman ve mekana tabi olmayan yanı, şu anda oluşan ve gelecekte oluşacak olan olaylara ait etkileri meydana getirmektedir. Gelecekte olacak bir olayı önceden görmek nasıl mümkün olabilir? Bu, en çok merak edilen bir durumdur. Yaşamı yöneten “kronoloji” denilen zaman olgusu, rüya yaşamı için geçerli değildir. İnsanlara geleceğe ait bir bilgi veriliyorsa, bu hiç yoktan ortaya çıkmış bir gelecek değildir. Eğer rüyalarda gelecekte olacak ama oluşmaları önlenemeyecek olaylar gösteriliyorsa, aslında insanlara olağanüstü güzel bir bilgi verilmektedir. Bu bilgi “Bunlar senin atmış olduğun adımlardır ve seni işte buraya kadar getiriyor. Hiç kimseyi suçlamam gerekmez, çünkü bu işi yapan sensin. İşte yürüdün, şimdi buradan geçiyorsun. Az sonra de şuradan geçip gideceksin ama oradan değil de buradan da gitmeyi seçebilirsin” demektir. Sebep-sonuç zincirinin küçük bir bölümü, rüyalarda kişilere gösterilir. Süreleri, uyanık durumda olursa birçok saati alacak olan olayların rüyasını görmeye birkaç saniyenin yettiği bilinir. Rüyalarda zamanı belirleyen, bir saat kadranında iğnelerin yer değiştirme hızı değil, zihindeki algılamaların birbirini izleme hızıdır. İşte bu yüzden rüya zamanı saatlerle

* Spatyom: Bu terim doğrudan doğruya Latince’den alınmıştır. Ötealem, Ötedünya Ahiret, Ruhlar Evreni terimlerini ifade eder. Bedenimizi terk ettikten sonra veya ruh- beden ilişkimizi değişik şekillerde gevşettiğimizde anlayacağımız mekandır. (Yücesoy, 2001: 55)

ölçülemez. Eğer rüyalarındaki beş dakikalık durum, beş gün gerektirecek bir dizi olayı canlandırmaya yetiyorsa, zihnin rüya görürken uyanık duruma kıyasla düşünülemez bir hızla çalıştığı görülmektedir. Haberci, bilgi verici ve insanın kendi iç muhasebesiyle ilgili rüyaları, fizyolojik rüyalar gibi kontrol etme imkânı yoktur. Haberci rüyalar, varlığın belirli bir şuur seviyesinde zaman zaman irtibat kurabildiği “geçmiş hayat bilgisinin” etkisi altında görülen rüyalarlardır. Ayrıca kişinin ruhsal koruyucusu ve rehberi ile olan irtibatından da oluşabilirler. Bu rüyalar, Yüksek Ruhsal Yönetici Varlıklar tarafından yapılan özel ve genel etkiler sonucu ortaya çıkan rüyalarlardır. Bu rüyalar insanlara, ferdin şuurlu tatbikatlar sonucunda adeta birer mükâfat olarak verilirler. İnsan böylece geçmiş enkarnasyonlarında almış olduğu bilgiyi bu yaşamında tatbik edebilir hale gelir; bu bakımdan bu tip rüyalar hakiki güç ve bilgi kaynağı durumundadırlar. Eğitici rüyaların çok büyük bir bölümünden, belki % 98’inden, bir şey öğrenmiş olmanın, bir gerçeğe ulaşmanın lezzet ve tatminiyle uyanılır. Ama “Bu gerçek neydi? Bunu bana bir cümleyle anlatır mısınız?” diye sorulsa, anlatılmaz. Sadece ihtiyaç olan bir bilgiyi almış olmanın verdiği hazzı ve huzuru hissederiz. Bu durum bütün gün devam eder. İşte bu, eğitici rüyadır. (Yücesoy, 2001: 64- 68).

d) Kolektif Tesir Rüyaları: Jung’a göre kolektif bilinçdışı, tüm insanlığın mirasını, tarihten, tek tek toplumlardan ve ırklardan bağımsız olarak başlangıçtan beri süregelen ve evrensellik kazanmış durumlar karşısında gösterilen kalıpsal tepkileri içerir. Korku, tehlike, savaş, aşk, nefret, doğum, ölüm, aydınlık, karanlık gibi durumlar, bu tür içeriklerden bazılarıdır. Jung’a göre kişiliğin bu bölümü, yapısında barındırdığı olumlu-olumsuz güçler nedeniyle, içeriklerini sürekli çözen ve etkinliklerine göre sınıflandıran dinamik bir yapıdır. Durağanlıktan uzak kolektif bilinçdışının bu dinamik yapısı, üretici fonksiyonlarıyla insan üzerinde belirleyici etkiler icra ettiği için kendine özgü bir gerçeklik arz eder. Kolektif bilinçdışının içeriklerini “arketip”ler teşkil eder. Jung en genel anlamıyla kolektif bilinçdışını, insanın kişisel deneyimlerine dayanmayan ve bu nedenle kişisel deneyim ya da çabalar sonucunda oluşmayan; daha önce hiçbir şekilde bilinç alanına ulaşmamış, miras olarak devralınan insanlığın tümüne ait ortak öğelerin toplandığı psişik kısım olarak tanımlar. Jung özellikle kolektif bilinçdışına ait içeriklerin beyin aracılığıyla

aktarıldığını iddia eder. Ona göre bu aktarım, beynin tüm insanlığa ait eski ve derin deneyimler tarafından biçimlendirilmesi sonucunda mümkün olabilmektedir. Kolektif bilinçdışı, bilinçten çok daha eski ve köklüdür. Arketipler, en genel anlamıyla zihinsel prototipler, biçimler ya da bilinçdışı tabiata ait imgeler olarak tanımlanabilirler. Bunlar, dünyanın hemen her yerinde kültürel yapıyı belirleyen ortak mitlerden, yaşantılardan ve bireyi her zaman etkileyen bilinçdışı kaynaklı ürünlerden oluşurlar. Diğer taraftan insanların, rüyalarında karşılaştıkları gerçek hayatta daha önce hiç tecrübe etmedikleri ve bilgi sahibi olmadıkları mitolojik imgeler, kolektif bilinçdışının mevcudiyetine dair başka bir delildir. (Bahadır, 2007: 82- 86).

Kolektif tesir rüyaları, küçük farklılıklarla birçok kişi tarafından görülürler. Bu tür rüyalar, ortak bir tesir planının yardımlarını fertlere ulaştırmaktadırlar. Varlıklar idrak ve anlayışa ulaşmak için gösterdikleri çaba ve gayretlerle bir kademe meydana getirmişlerse bu yönde çalışan herkesin bağlı olduğu etki mekanizması, fertleri içine alan kolektif bir etki sahası ya da ortak bir etki alanı oluşturur. Bu ortak etki alanı, beden içindeki varlıkları topluca idare etmek ve onlara yardım etmek için kolektif tesir rüyalarını oluşturur. Bunun sonucunda kişiler birbirleriyle aynılık gösteren rüyalar görmeye başlarlar. Bu durum, sanki bir soru karşısında, özellikle zorlanma karşısında uzun süren çabalara rağmen hatırlanamayan bir şeyi rahatlıkla ifade etmek gibidir. Varlıksal seviyede, çaba ve gayretlerle hak edilen cevap, bu tür rüyalar sayesinde bir grup insana aynı anda ulaşır. Bazen de tekâmülün açık bilgi devrelerinde, ferdi tesirler genel tesirle birleşir ve *kişisel akaşalarda** kayıtlı bilgiler; bir şuur sıçramasına sebep olacak biçimde kullanılabilir hale gelirler. (Yücesoy, 2001: 70).

e) Üst Realite Rüyaları: Üst realite rüyaları insanların gelişim seviyeleriyle ilgili olmayıp, bir üst seviyenin yardım ve etkisiyle meydana gelmektedirler. Bu tip rüyalarda insan yaşayışına yön veren, kişiyi kendine çeken bilgi ve yardımlar

* Akaşik kayıt sistemi: Ruhsal varlığın aşkın şuuruna ya da üstün şuuruna işlenen, deneyden, gözlemden, eylemden ve yaşanan ruh hallerinden meydana gelen etkilerin teksif edildiği yerdir. Meksefe de denir. Bireysel, toplumsal ve dünyasal nitelikte meksefeleler mevcuttur. (Yücesoy, 2001: 70).

mevcuttur. Örneğin; duygu realitesinde olan bir kişinin vicdan realitesinden etki aldığı düşünülürse, alınan bu etkiler şuurla imajinatif olarak şekillenecek ve o kişinin, bir üst realiteye geçişine hazırlık anlamında bilgiler almasını sağlayacaktır. Bu üstün sembolik düzeydeki rüyaların hem uyku sırasında hem de uyandıktan sonra kişi üzerindeki etkileri çok fazladır. Çoğunlukla üzerinden yıllar geçse de akıldaki parlaklıklarını hiç yitirmezler. Üst realite rüyalarında kişi içinde yaşadığı hal ile gelecekte alacağı durumun karşılaştırmasını görür veya sadece o andaki hal ortaya konulur ya da yalnızca gelecek anlatılır. Bu tip rüyalar çok semboliktir ve kendilerini kuvvetle belli ederler. Renkleri belirgin, ışık yoğundur. (Yücesoy, 2001: 70- 73).

1.4.3. Tipik Rüyalar: Rüya türlerinden biri de tipik rüyalar. Tipik rüyalar, “hemen herkesin benzer biçimde gördüğü ve herkes için aynı anlamı taşıması gereken belli sayıdaki rüyalar. Tipik rüyalar aynı kaynaklardan doğmakta ve bu nedenle rüyaların kaynaklarına ışık tutmada özellikle iyi niteliklidirler.” (Freud, 2001: 290).

Freud’a göre tipik rüyalar kendi arasında dört gruba ayrılmaktadır. Bunlar; çıplak olmaktan utanma rüyaları, düş görenin düşkün olduğu kişilerin ölmesi rüyaları, diğer tipik rüyalar ve sınav rüyalarıdır.

a) Çıplak Olmaktan Utanma Rüyaları: “Tipik rüyalardan biri, kendini çıplak görmektir. Bu tip rüyalarda, insan kendini kalabalık içinde çırılçıplak görür, hiç kimse onu fark etmediği halde hayrettir ki, büyük bir utanma hissi duyar. Bu tür rüyalar da bazen biraz değişebilir, örneğin kişi çıplak olacağına yer ve zaman ile uyumsuz giysiler kullanabilir.” (Ersevimi, 1997: 305).

“Bu tür rüyalar, Freud’a göre utanma devrinin başlamadığı çocukluk çıplaklığına bir dönüş arzusunun ifadesidir.” (Freud, 2001: 293).

b) Düş Görenin Düşkün Olduğu Kişilerin Ölmesi Rüyaları: Tipik olarak betimlenebilecek bir başka rüya grubu bazı sevilen akrabaların örneğin bir ana babanın, bir erkek ya da kız kardeşin veya bir çocuğun ölümünü içerenlerdir. Bu tür düşlerin iki sınıfa ayırt edilmesi gerekir: Düş görenin acı duymadığı bu nedenle uyandığında duygusuzluğuna şaşırdığı düşler; düş görenin ölüm acısını

derinlemesine duyduğu ve hatta uykusunda acı acı ağladığı düşler. Bunlardan ikincisi tipik sayılan düşler arasına girmektedir. Bu tip rüyaların kaynağında rüyayı gören insanlar, rüyasındaki ölen kişinin gerçekten ölümünü belli bir zaman diliminde istemiş olmasıdır; rüyayı gördüğü zamanda değil de hayatının bir döneminde rüyasında ölü olarak gördüğü insandan kurtulma duygusu yatar. (Freud, 2001: 298).

“Örneğin ablası tarafından kullanılan ve kontrol edilen küçük bir kız çocuk, ergin yaşta ablasının ölümünü rüyasında görebilir. Bu, onun, ablasının ölümünü arzu ediyor demek değildir; belki, ondan bir süre için kurtulması arzusu, ölüm şeklinde simgelenmiş olabilir. Eğer bilinç ötesi herhangi bir malzemeyi artık saklamak istemiyorsa, ölüm dahil, herhangi bir simgeyi serbestçe kullanabilir.” (Ersevimi, 1997: 306).

c) Diğer Tipik Rüyalar: Düş görenin hoş duygularla kendini havada uçarken ya da anksiyete duygularıyla düşerken gördüğü başka tür tipik rüyaları Freud, ruh çözümlemelerine dayandırmaktadır. Bu tür rüyalarda, aslında çocukluk döneminde yaşanan oyunların, sekmelerin, hoplamaların bırakmış olduğu duygular tekrar yaşanmaktadır. (Freud, 2001: 320, 321).

Uçma temasını içeren düşler, insanın ruhunu kendinden emin ve yüce bir havayla donatır, insanı aşağılardan alıp yukarılara çıkarır, güçlüklerin yenilip üstünlük amacına ulaşılmasını basit ve kolay bir iş gibi gösterirler; dolayısıyla böyle bir düşü görenin uykuda bile içindeki hırsın elinden yakasını kurtaramayan cesur, ileriye bakan, gözleri yükseklerde biri olduğu söylenebilir. Düşte “İlerlemeli miyim, yoksa ilerlememeli miyim?” sorusu üzerinde durulur ve düşü gören gördüğü düşten “Yolumda hiçbir engel yoktur, ilerlemeliyim” yanıtını alır. (Adler, 2003: 111).

Uykuya daldıktan hemen sonra düşme duygusu çok sık yaşanır. Bunun uyanıklık ile uyku arasındaki geçişle ilgili olduğu düşünülmektedir. Birden uyanınca hissedilen kaldırım kenarından kayma duygusu da benzer bir tecrübedir. Bu da bir rüya değildir aslında. Kol ve özellikle bacak kaslarının kasılmasından kaynaklanır. Buna miyoklonik kasılma denir. Kaldırım kenarından kayılırsa benzer bir spazm geçirilir. (Dee, 1997: 27)

“Düşme düşleri; güçlükleri kolları sıvayıp yenmekten çok ayakta kalma kaygısının ve yenilgi korkusunun insan ruhunu daha çok uğraştırdığını gösterir.” (Adler, 2003: 111).

d) Snav Rüyaları: Rüya gören genellikle bir sınava girer ve uyandığında hala onun duygusal izlenimini taşır. İlginç olarak imtihan edilen kimsenin imtihan edildiği suje onun zayıf bir yanı değil, tam tersine kuvvetli olduğu bir konudur. Bu tür rüyalar iyi tahsil terbiye görmüş, akademik çalışma yapmış kişilerin yeni bir teşebbüs veya maceraya başlamalarından önce görülür. (Ersevim, 1997: 306).

“Freud’a göre, okul çalışmalarının sonunda bitirme sınavlarına girmiş herkes, başarısız olduğu biçiminde anksiyete düşleri görür. Kötü davranışlar nedeniyle çocuklukta uğranılan cezalar silinmez anılar biçiminde kendilerini bu tür rüyalarda gösterirler. Okul dönemi bittikten sonra ana baba ya da öğretmen tarafından bu tür cezalar uygulanmaz. Gerçek yaşamda artık ne zaman kişi bir şeyleri yanlış yapsa ya da doğru dürüst yapmasa, ne zaman sorumluluğun yükünü duyumsasa bu tür düşleri sık sık görür.” (Freud, 2001: 323).

Pek çok insan sınavdan geçirildiğini görür düşünde. Buldukları yaşta hala bir sınavdan geçmek zorunda kalmalarına ya da çoktan ilgilenmedikleri bir bilim dalında sınavdan geçirilmek istenmelerine kimi kez hayret ederler. Bazı insanlarda bu gibi düşlerin söylemek istediği şudur: “Sen karşılaştığın sorunları çözecek hazırlığa sahip değilsin!”. Bazı kimseler ise şöyle demek isterler: “Sen bu sınavı daha önce vermiştin, onu şimdi de başaracaksın!”. Aynı görüntülerin değişik insanların düşlerinde taşıdığı anlam hiç de birbirinin aynısı değildir. Her düşte öncelikle dikkat edilmesi gereken, düşün, düşü görenin ruhunda estirdiği hava ve düşü görenin yaşam üslubuyla ilişkisidir. (Adler, 2003: 112).

1.4.4. Halüsinatif Rüyalar: *Eter, klorofor, lüminal, nembütal* gibi sinir sisteminin belirli yerlerine veya doğrudan uyku merkezine etkili bazı uyuşturucu ilaçlar, bedene girdikleri zaman dozlarına göre uyku hali veya onun daha derini olan narkoz halini meydana getirirler. Bu tür ilaçlar uyku dozunda verildiklerinde kişi uyku ihtiyacı duyar ve uyur. Bu durumda normal bir uykuda olduğu gibi şiddetli uyarılarla uyandırılabilir ya da belirli bir süre uyuduktan sonra kişi kendi kendine

uyanabilir. Bu sonuç, uykuyu düzenleyen mekanizmanın bedendeki maddelerin etkisi altında kaldığını göstermektedir. Ancak bu uyuma her zaman sadece ilacın dozuna değil, aynı zamanda alt şuurun, şuurun ve üst şuurun haline ve kararına da bağlıdır. Şuurla ilgili değişiklikler meydana getiren bir diğer grup ise keyif verici uyuşturuculardır. Esrar sarhoşluğunun patolojik rüyasında normal yaşamdaki uyku rüyasının özellikleri görülebilmektedir. Bu durumdaki bir kişi bir bardak suya bakarak, okyanusların rüyasını görebilir veya rüyasında kendisini kuş gibi hissedebilir. (Yücesoy, 2001: 163- 165).

1.4.5. Telepatik Rüyalar: Telepatik yolla başka biri tarafından oluşturulan ve sözcükler olmadan onunla haberleşmeyi sağlayan rüyalarlardır. İnsan aklının, uykudayken “görünmez, hissedilmez” ve kendi bilinçaltımız ya da başka birinin enerji alanları tarafından oluşturulan bazı uyaranlara açık olduğu saptanmıştır. Genellikle telepatik rüyalar, rüyayı görenin tanıdığı kişilerle ilgilidir. Bu tip rüyalar, kişinin o anda görüşmesi fiziksel olarak mümkün olmayan biriyle arada telefon kablosu varmışçasına iletişim kurmasını sağlar. Telepatik rüyayı yorumlamaktan ziyade neden görüldüğü üzerinde durulmalıdır. (Telesco, 1999: 23, 24).

Telepatik rüyalar kişilerin diğer kişilerden aldığı etkilerle oluşan şaşırtıcı rüyalar ve oldukça sık görülürler. Uyku sırasında kişinin içinde olduğu zaman ve mekânı aşan vibrasyonlara açık bir ekran oluşmuştur. Bu ekran üzerinde, insan varlığının sempatische olduğu planlardan etki ve ikazların gelmesi rüyalar kanalıyla olur. Öncezilerin bazıları da telepatiye dayanmaktadır. Birbirleriyle sempatische iki kişi düşünülürse birisinin ölümü diğeri tarafından algılanabilir. Sonrasında diğeri bunu rüya olarak da görebilir. Bu durum bir öncezi gibi görünse de aslında telepatik bir algılamaya dayanmaktadır. Bazen insan uzun süredir görmediği bir yakını bir gece rüyasında görür. Ertesi gün ise o yakını ya bizzat görür ya da kendisinden haber alır. Bu olay tesadüf olarak değerlendirilmemelidir. İnsan şuuru alıcı bir durumdadır. Burada bir fikir veya duygu aktarımı olduğu da açıktır. Yani telepatik bir irtibat söz konusudur. Sonuç olarak uyanırken algılanabilinen telepatik etkenler uykudayken olursa telepatik rüyalar oluşur. Örneğin birbirini çok seven iki kişiden birinin yaydığı baskın tesirleri, diğeri uykusunda algılayabilir. Açık veya kapalı rüyalar görebilir. Düşünce ve imajlarla yayılan bu tesirler ilgisini bulunca rüyaya dönüşür. Çoğu

zaman kişiler diğer kişilerle oluşan sempaticizasyona göre birbirinden etkilenir ve ruhsal durumunu birbirine yansıtır. Telepatik rüyaların şu özellikleri olabilir: (N. Yılmaz, 2002: 112, 113).

- Aynı rüya sempaticize olan iki kişi tarafından da görülebilir.
- Biri rüya görür, diğeri bunu ryet, vizyon olarak algılayabilir.
- Rüyanın bir bölümünü biri, kalan bölümünü de diğeri görebilir. Böylece telepatik dizi sonunda tamamlanmış olur.
- Rüyayı bir kişi görmekle beraber, rüyadaki sahneler ve ruhsal eylemler, diğer kişiye genel bir duygu tarzında, sezgisel olarak yansıtıyabilir.

İKİNCİ BÖLÜM

RÜYA VE SEMBOLİZM

Çalışmanın bu bölümünde rüyaları anlamlandırmada büyük rol oynayan sembol konusu üzerinde durulacaktır. Bilindiği gibi birçok hususun açıklanmasında semboller önemli bir yere sahiptir. Günlük yaşantımız sırasında çeşitli sembollerle karşılaşmaktayız. Açıklanması gereken ya da anlatımı zor olan birçok olay ve olgu sembollerle anlatılmaktadır. Hastanelerde gördüğümüz susan hemşire profili, trafik levhaları, çeşitli dini semboller günlük yaşantımızda sıkça karşılaştığımız sembollerdendir. Tıpkı bu semboller gibi rüyaların da kendine özgü sembolleri vardır. Bu anlamda rüyaların da soyut nitelik taşıdığı düşünülecek olunursa sembollerin anlamlandırılması vasıtasıyla bu soyutluk biraz da olsa somutluğa dönüşmektedir. Ancak rüyalarda görülen olay ve nesnelere anlamak düşünüldüğü kadar kolay değildir. Bu nedenle rüyanın tarihsel serüvenine bakıldığında rüya yorumculuğunun vuku bulduğu görülmüştür. Bu anlamda herkesin rüya yorumculuğu yapmadığı, belli bilinen kişilerin bu işi yaptığı görülmektedir. Rüya yorumculuğunun tarihsel gelişimine bakıldığında rüya yorumculuğu yapan insanların çeşitli nitelikler taşıması gerektiğinden bahsedilmektedir. Çünkü rüya sembollerini anlamlandırmak geniş bir bilgi birikimi istemektedir. Ayrıca rüya yorumculuğu yapan insanlarda bilgi birikimi dışında; dürüstlük, bulunduğu toplumun kültürünü iyi bilme gibi özellikler de aranmaktadır. Günümüzde de aynı şekilde insanların, etkisi altında kaldığı rüyalarını herkese aleni bir şekilde anlatmadığı ve işin ehlini bulmaya çalıştığı gözlemlenmektedir. Bunun nedeni belki de rüya yorumcularına öteden beri kutsallık atfedilmesidir. Günümüzde de rüyaların anlaşılması için rüya tabiri veya rüya sembolleri adı altında birçok kitap kaleme alınmaktadır. Bu kitaplarda rüyalarda görülen birçok nesnenin ya da olayın çeşitli anlamları sembollerle dile getirilmektedir. İşte bütün bunların bilimsel açıdan ele alınması ve açıklanması için çalışmamızda bu bölüme yer verilmiştir. Bu bölümde öncelikle sembol dilinin özellikleri, sembolün ne anlama geldiği, çeşitli mecazlar ve imaların nasıl anlamlandırıldığı üzerinde durulacaktır. Ardından rüyalarda sıkça görülen ve rüya ile ilgili hemen hemen tüm kitaplarda kabul görmüş sembollerin ne anlama geldikleri bilimsel açıdan işlenecektir. Son olarak da rüya yorumculuğu ve rüya sembol ilişkisi üzerinde durularak ikinci bölüm sonlandırılacaktır.

2.1. SEMBOL DİLİNİN ÖZELLİKLERİ

“Tekniğin en son harikası olan karmaşık bir makineyi tarif etmek, çoğu insan için hiç de zor değildir. Ancak çok basit bir tad alma duygusunu anlatmak için, gerekli kelimeleri bulmakta birçok insan epey güçlük çeker. Genelde bütün duygular için aynı sorun geçerlidir. Örnek olarak, yalnızlık çevresini sarmış, tek başına bırakılmışlığın ezikliğini yaşıyor olan bir insan düşünölsün. Dünyası kapkaranlık ve bu hal ona acı vermektedir. Bir arkadaşına bu ruh halini anlatmak isterse, herhalde kelimeler çabucak tükenecektir. Belki ona birtakım şeyler anlatacak ama sonunda tam olarak yansıtamadığını görecektir. Bir de aynı gece o insanın bir rüya gördüğü düşünölsün. Bu rüyada; güneş daha yeni doğmaktadır, tanımadığı bir şehrin dış mahallelerinde dolaşıyordur. Sokaklar daha bomboş ve yalnızca bir sütçü görünmektedir. Bütün evler karamsar bir görünüme sahip çevre, her şey çok yabancıdır. O insanı, yabancı olmadığını ve ürkmediği mahallelere götürecekt tanıdık taşıma araçları da yoktur. Daha sonra o kişi, uykudan kalktığında bu rüyayı hatırlarsa; birdenbire arkadaşına anlatmaya çalıştığı ama bir türlü anlatamadığı ruh hali aklına gelir. Oysa gördüğü bir rüya ruh halini çok güzel bir biçimde tanımlamıştır. Rüyada yalnızca tek bir sahne vardır. Bu sahneyi görmek de, en fazla bir ya da iki saniyeyi almaktadır. Halbuki daha önce içinde bulunulan ruh halini uzun uzun sözlerle ifade etmek çok zor olmuştur. Rüyada görölen bu sahne, bir duygunun sembolüdür. İşte rüyalarda çok yalın bir sembolle, çok karmaşık bir ruh halini, böylece anlatabilme imkanı bulunabilmektedir.” (Fromm, 2003: 25, 26).

2.1.1. Sembolün Anlamı

Rüyalardaki sembollere ve bunların özelliklerine geçmeden önce sembol denilen kavramın ne olduğu üzerinde durmakta ve sembolizmin neyi anlattığını kavramakta fayda görölmüştür. Bu nedenle çalışmanın bu kısmında sembol teriminin anlamı, yapısı üzerinde durulacaktır.

Sembolün tanımı çoğunlukla, “Başka bir şeyin yerinde duran, onun yerini alan, onu temsil eden” olarak yapılmaktadır. Bu haliyle sembol teriminin anlaşılması zorlaşmaktadır. Fakat beş duygunun bazı sembollerle temsil edilebileceği düşünölsün ve bu semboller incelenecek olunursa, konu biraz daha ilginçleşecektir. Sözü edilen bu semboller; bir tecrübenin, bir duygunun ya da bir düşüncenin yerine geçtiği

varsayılırsa, böyle bir sembol insan benliğinin dışını yansıtmaktadır. Sembolize ettiği şey ise insanın içinde saklıdır. Sembol diliyle, insan içindeki duyguları sanki somut birer algı imiş gibi açıklayabilir ve birçok şeyi temsili olarak anlatabilme imkânına kavuşabilir. (Fromm, 2003: 26).

Bir başka kaynakta ise sembol şu şekilde anlatılmaktadır: “Sembolizm; bir fikri, bir duyguyu, bir varlık ya da bir eşyayı başka şeylerin somut imajı ile göstermek olduğuna göre, sembol; somut bir imajdır. Duygu, arzu, fikir ve ıstırapların çeşitli şekiller altında gözükmesi, sembollerini meydana getirmektedir. Örneğin adalet düşüncesi teraziyle, millet düşüncesi bayrakla, kültür ve irfan ise meşale ile temsil edilmektedir. Bunlar her kültürde hemen hemen aynı anlamları içeren bir tür işaret veya rumuzlardır. Genelde herkesin anlayabileceği, yaklaşık anlamlara gelen türden işaretlerdir. Ortak olan bu tarz semboller, doğuda ve batıda benzer şekillerde anlaşılır, yorumlarında benzerlik gösterirler.” (Yücesoy, 2001: 267).

Gayle Delaney’in *Rüyalarla Problem Çözme* isimli kitabında Louis sembolleri, “gerçeklerin anlamlı temsilleri” olarak tanımlamaktadır. (Delaney, 1997: 276). “Rüyaların dili bilinçaltının dilidir, mesajları sözcükler ve konuşma dışında farklı bir yöntemle ileten psikolojik bir metindir. Sözcükler yerine görüntüleri, şekilleri ve sembolleri kullanır. Anlamak için dili çözmek gerekir. Bazı sahneler açıktır, bazıları ise semboliktir, resim şeklindedir. Bu yüzden yorumları zordur, çok derin anlamları olabilecekken genellikle saçmalık olarak kenara atılırlar. Rüyalar, bu şekilde bakınca anlam ifade etmeye başlarlar. Uyanırken düşünceler bilinç düzeyindeki etkilenmeler üzerine kurulurlar, uyurken rüyalar bunları daha derin bilinçaltı imajlarla birleştirirler. Ortaya kademeli bir diyalog çıkar. Bazı rüyalar bilinçli hatıraların net bir şekilde tekrar sahnelenmesidir, bazıları semboliktir ve diğerleri her ikisinin karışımıdır.” (Dee, 1997: 57).

Hayatın akışı hızla değişmektedir. Yüzyıllar önce insan hayatında bu kadar sembol yoktu, şimdilerde ise semboller arttı, var olan sembollerin insanın kendisine ve toplumun deneyimlerine göre anlamları da değişmiştir. İnsanoğlu her an değişim içindedir. Bu değişim rüyalarda görülen sembollerin de anlamlarını değiştirmektedir. Elma insan için keyif ve mutluluk veren bir sembol olabilir. Elma şekeri insanın içindeki çocuğun neşesini ifade edebilir. Bir gün sonra rüyada elmalı şeker pembe

renge dönüşüp, hayatta keyif için önce sevgi gereklidir mesajı verilebilir. Öyleyse sembollerini yorumlarken onların uyanık yaşamdaki insanın bütünlüğünde ne anlama geldiği, neyi ifade ettiği önemlidir. Daha önce birisi için martı özgürlüğü ifade ederken, şimdiki niyetleri ve yaşadıkları artık yükselişi, başarıyı temsil ediyor olabilir. Her sembol insanın bir duygusunun, düşüncesinin, inancının rüyasına yansımadır. Ve insanın parçalarını tamamlaması için bir renge, bir kişiye, bir nesneye dönüşmesidir. (Elçi, 2008: 134, 135).

Rüyalardaki çerçeve bütün rüyanın anlamını yakalamak için önemli ipuçları verebilir. Jung'un dediği gibi, "Yerin tanımı çok önemlidir; rüyanın geçtiği yer, otel, istasyon, cadde, orman, suyun altı vb. bile yorumda çok büyük bir fark yapar.". Çerçeve genellikle rüya eyleminin duygusal durumuna işaret eder ve böylelikle onun bağlamını verir. Çerçevede ifade edilen benzetme anlaşılabilirse, rüyada keşfedilen günlük hayatın alanının ne olduğu anlaşılacaktır. Bütün rüyaların açık çerçeveleri yoktur. Bazısında, eylem özel olmayan bir yerde ya da tanımlanmamış bir yerde vuku bulur. Böylesi durumlarda, sadece rüyanın mesajını ifade etmeye kâfi gelen öteki rüya öğelerine doğru ilerlenir. Bir rüya, ruhsal durumdaki bir değişmeyi veya rüyada bir rol oynadığı gözüyle bakılan konular hayatın başka bir alanındaki bir değişmeyi bildiren bir çerçeveden çok daha fazlasını içine alacaktır." (Delaney, 1997: 129).

"Her rüya için iki tip anlam vardır: Açık ve açık olmayan anlam. Açık olmayan anlam, bilinçaltının bilince anlatmaya çalıştığı gerçek mesajdır. Bu mesaj bilinçaltının derinliklerinde oluşum aşamasındayken, sembolik bir betimleme dönüşüp, bilince rüya formunda sunulmaya hazırlanır. Bu betimleme açık anlamı içerir." (Türkoğlu, 2001: 57).

Bir sembol; başka bir şeyin yerine geçen, onun yerini alan, onu temsil eden olarak tanımlanırsa, önemli bir soru da hemen bunun peşinden gelecektir. "Acaba sembolün kendisi ile sembolize ettiği şey arasında ne gibi bir ilişki vardır?". Bu soruyu cevaplayabilmek için, sembollerin üç türe ayrıldıklarını bilmek gerekmektedir. Bunlar sırasıyla; geleneksel, rastlantısal ve evrensel sembollerdir. Son iki tür, insanın iç dünyasını ve hislerini sanki algılarıymış gibi açıklayabilen sembollerdir. Ve yine bu iki sembol türü, sembol dilinin tipik özelliklerine

sahiptirler. Fromm'un açıklamalarına göre semboller şu şekilde incelenmektedir: (Fromm, 2003: 26- 32).

a) Geleneksel Semboller: Semboller arasında kullanılan en yaygın ve tanınmış olan tür, geleneksel sembollerdir. Geleneksel sembollere verilebilecek en yaygın örnek, kelimelerdir. Ama geleneksel semboller, sadece kelimelerle sınırlı tutulamaz. Bazen resimler de geleneksel sembollere örnek olabilirler. Örneğin bayrakların renkleri, sembolize ettikleri ülkeyle yakından ya da uzaktan hiçbir ilgileri yoktur. Fakat buna rağmen, onlar da birer semboldür. Geleneksel semboller, kişiye ya da belirli bir topluma özgüdür.

b) Rastlantısal Semboller: Örneğin bir kişi, herhangi bir şehirde üzücü bir olayla karşılaşmıştır. Bu kişi, daha sonraları o şehrin adını duyduğunda buruk bir duyguya kapılacaktır. Eğer o şehirde güzel bir anısı olsaydı, kişinin içi neşeye dolacaktı. Kişisel bir ilişkilendirme sonucu, sözü geçen şehir bir sembol biçimini almıştır. Aynı duygusal tepki, belki de belirli bir ev, bir sokak, bir kıyafet ya da belirli bir olay için veya özel bir duyguyu gerektiren herhangi bir başka bir durumla karşılaşınca da gösterilebilirdi. Kişi, rüyasında o şehirde olduğunu görebilir ve uyandıktan sonra neden burayı gördüğünü merak edebilir. Oysaki biraz düşündükten sonra da, yatağa yatmadan önceki ruh halini, bu şehrin sembolize ettiği ruh haliyle benzeştiğini fark edebilir. Rüyada görülen resim, içinde bulunulan ruhsal durumu, görülen şehir ise, bir zamanlar aynı duyguların yaşanmış olduğunu sembolize etmektedir. Burada, sembol ve sembolize edilen şey arasındaki ilişki bütünüyle rastlantısalıdır. Rastlantısal sembolün anlamı sadece kişiye özgüdür.

c) Evrensel Semboller: Evrensel sembollerde, sembol ve sembolize ettiği şey arasında belirli bir ilişki vardır. Bu tür sembolde, sembolize eden ile sembolize edilen arasındaki doğrudan, sürekli ve rastlantısal olmayan bir ilişkiyi kavrayabilen tek semboldür. Evrensel semboller tüm insanlar tarafından ortak olarak kullanılmaktadır. Evrensel semboller, insan bedeninin, duygularının ve ruhunun özellikleriyle ilgilidir. İnsanlığın geliştirdiği tek ortak dildir. Örneğin ateş, tüm dünya insanları için sürekli olan gücü temsil etmektedir.

2.1.2. İmalar: Rüyalarda görülen bir diğer ifade şekillerinden biri de imalardır. İmalar (allusions) dolambaçlı olmalarına rağmen işaret edilmiş şey ile mantıksal ve bilinen bağları olan üstü kapalı ifadelerdir. Bunlar zihinde bir olay, bir şahıs, bir eşya vb. fikrini uyandıran fikirler veya sözlerdir. İma; tarih, mitoloji, edebiyat, örf ve adet, renk ve eşya biçimlerinden meydana çıkmış olup bunlardaki mevcut haller, söz ve fikirlere kuvvet vermek veya onları kestirme yoldan belirtmek için kullanılır. Bir tür gizli kıyaslama da denilebilir. Sanki rüya gören kişi, imayı tamamlamaya ve ona yorum kazandırmaya davet edilmiş durumdadır. (Yücesoy, 2001: 267, 268).

2.1.3. Mecazlar: Rüyalarda ve anlatımlarda önemi yadsınamayacak derecede olan ifade şekillerinden bir diğeri mecazlardır. “Mecazlar (allegories) seçilmiş şekiller vasıtasıyla soyut bir fikri temsil eden zihinsel bir anlaşmadır. Edebiyat ve ilahiyatçıların en çok kullandıkları ve faydalandıkları ifade tarzı olan mecazlara özellikle kitaplı dinlerde çok rastlanır. İfade edilmek istenen düşünce veya bilgi bazı şeylere benzetilir, hatta bunlar bir araya gelerek bir hikaye halini bile alabilirler.” (Yücesoy, 2001: 268).

2.1.4. İşaretler: İşaret dili rüyaların anlaşılmasında önemli bir yere sahiptir. Bu anlamda işaret açıklanacak olunursa şu şekilde bir tanımlama karşımıza çıkmaktadır: İşaret (signe) belirli bir fikir ve duyguyu ifade eden dildir. Özellikle uyuyan kişi tarafından kabul olunmuş bir anlaşmadır. İşaretler kişisel ve kolektif içgüdüler tarzında da olabilirler. İşaret bu durumda kendine has işaret ediciliğini, temsil değerini ve güdüleme özelliğini keser ve sadece ilk değerini ifade eden şekillere alternatif hale geçer; mesela söz ve yazıdaki kelimeler, sağır ve dilsiz anlatımı, telgraf işaretleri müzik notaları vb. gibi. Rüyalarda çeşitli işaretler, hemen hemen sadece rüyayı gören şahıs için belirli bir fikri göstermektedir. Bu tür sembollerin özellikle rüyalarla ilgili olan en tipik örnekleri; sayılar, geometrik şekiller, alfabe harfleri olarak kabul edilir. (Yücesoy, 2001: 268, 269).

2.1.5. Sürekli Tekrar Eden Rüya Sembolleri: Hemen hemen tüm kültürlerdeki insanlar her gece rüyalarında benzer sembolleri görmektedirler.

İnsanlık tarihine bakıldığında bu sembollerin o zamandan bu zamana kadar çok da fazla değişmediği görülmektedir. Bu nedenle sürekli tekrar eden rüya sembolleri çalışmamız açısından önem arz etmektedir.

Her biri farklı farklı olan rüya imajlarının aralarında bir denkleşme olması şart değildir. Ama aynı zamanda arketipler ifade prensibi bakımından birbirine bağlıdırlar. Arketipsel evren, kapsamlı bir değere sahiptir. Psikolojiye göre arketipler; anne- baba sevgisi, ebeveyn ve çocuk arasında meydana gelen ruhsal bağlar gibi hayatın tipik verilerini içine alan ilkel imajlardır. Daima var olan bu şekiller, zaman boyunca her insanın şuur altında tekrar ederler. Jung bu sebeple arketipleri kolektif şuur altı sembolleri olarak adlandırmıştır. Jung'a göre kolektif şuur, özellikle derin ilkel imajlarla doludur. Arketipler şuura yakın olmalarına rağmen, sadece açık ve imajlar şeklinde beliren psişik fonksiyonlardır. Kısacası arketipler, psişik kuvvetlere yakın içgüdülere karşılık gelen bir tür psişik kuvvettirler. (Yücesoy, 2001: 269, 270).

Rüyaların tam olarak açıklanabilmesi için tek bir sembolün, işaretin veya mecazın anlaşılması yeterli değildir. Rüyaların oluşmasında birçok neden bir araya gelmektedir ve sonuç olarak rüyalar oluşmaktadır. Rüyaların oluşumunda kişisel olaylar, bulunulan çevre, rüya görüldüğü andaki atmosfer olayları vb. birçok şey rüyayı etkisi altına almakta ve sonuç olarak rüyalar karmaşık bir hal almaktadır. Böylelikle her ayrıntı, dahil olduğu bütüne göre farklı bir anlam kazanmaktadır. Sonuç olarak, her zaman ve herkes için geçerli, değişmez bir yorum ve sembol verilemez. Ancak rüya sembolleri yorumlanırken genellemeler yapılabilir. Rüyaların yorumlanması sürecinde genellikle kullanılan başlıca sembol grupları şunlardır: (Yücesoy, 2001: 272).

- Mekan Sembolleri
- Ev Sembolleri
- Vücut Sembolleri
- Toprak ve Su Sembolleri
- Hava, Ateş ve Işık Sembolleri
- Şekil ve Eşya Sembolleri
- Bitki ve Hayvan Sembolleri
- Maden Sembolleri

- Renk Sembolleri
- Sayı Sembolleri
- Geometrik Şekil Sembolleri
- Alfabe Sembolleri
- Çokça Görülen Olaylar
- İsim ve İnsan Sembolleri
- Ölüm Sembolü
- Taşıt Sembolleri

Çalışmanın bu kısmında çeşitli kaynaklardan edinilen bilgiler ışığında bu semboller teker teker açıklanacaktır.

- **Mekan Sembolleri:** Mekan sembollerinden ilk düşünülen ve çok fazla kullanılan ifadeler sağ ve sol yönleridir. Bu iki yönün yorumunun geçmişi çok eskilere dayanmaktadır. Rüyalarda sol taraf; pasifliği, kendine dönüşü, derin düşünceyi ifade eder. Bir bakıma sol ile ilgili olan şeyler şuur dışı ve geçmişle ilgili olan şeylerdir. Sağ taraf; aktiftir, amaca yönelik bir hareket prensibini ifade eder. Yenmek isteği, savaşmak, hakim ve hükümlan olmak gibi anlamlara gelmektedir. Sağa yönelmek dışı doğru yönelmektir, şuur ve gelecekle ilgilidir. (Elçi, 2008: 98).

Sağ; aktif, sol; pasif olarak kabul edilir. Başka bir yorum tarzında ise sağ; erilin, sol ise; dişilin sembolüdür. Sağ ve sol yönlerinin yanı sıra aşağı ve yukarı yönleri de önemlidir. Yukarı yön; semavi, ilahi ve yüce olan şeyleri gösterir; tefrik, başarı, nur ve inancı temsil eder; ahlaki, sosyal ve hayatsal olmaktan çok ruhsal olanı bildirir. Aşağı ise tam tersine, uçurumu ifade eder. Bu düşünce; karanlık, felaket, gerileme, düşüş, karamsarlık, yorgunluk ve ruhsal çöküntüye işaret eder. (Yücesoy, 2001: 272, 273).

Yönlerin dışında belli mekanlar belli anlamları çağrıştırmaktadır. Rüyada kendini hapisanede görmek, insanın kendisiyle ilgili pek çok şeyi göz ardı ettiğini ve kendi yaşamında tutsak olduğunu ifade etmektedir. Eğer görülen yer bir hastane ise iyileşme sürecinde olduğunu ve her türlü yardım ve desteğe ihtiyaç duyulduğunu gösterir. Okul, üniversite gibi yerler görülüyorsa eskiye dair özlemlerin olduğunu ya da yeni açılımlara hazır olduğunu anlatmaktadır. İnsan kendisini

ibadethanelerde görüyorsa; çok fazla bu konulara yönelmiş, ruhsal arınma ve değişim sürecine girmiş demektir. (Elçi, 2008: 93).

- **Ev Sembolleri:** Katları, bölmeleri ve farklı kısımları ile ev sembolü; insanın çeşitli ruhsal hallerini ifade etmektedir. Örneğin evin duvarları, cepheden görünüşü, insanın bilinen yanlarını, sosyal rolünü, medeni kişiliğini hatta sosyal maskesini de belirtir. Çeşitli katlar ise vücudun farklı kısımlarını ve değişik ruh hallerini anlatır. Mesela, evin damı ve üst katları; rüya gören kişinin şuurla ilgili faaliyetlerinin ve düşüncelerinin seviyesini gösterir. Mahzen gibi yerler ise, evin üst kısmının tersine şuur altı ve nefsaniyeti temsil eder. Bazı yorumcular mutfak sembolü için şunları söylemektedirler: Mutfak sembolü; ruh halinde bir şekil değiştirmeyi, ruhsal bir başkalaşmayı gösterir. Gerçek anlamda bir iç değişme ve manevi bir dönüşme hemen hemen olmak üzeredir. Bunun dışında rüyada mutfak, inisiyasyon yolunu temsil eder. Odalarla ilgili tüm semboller ise insanın ruhsal yönlerini anlatmaya çalışır. (Yücesoy, 2001: 273).

“Başka bir kaynakta ise rüyadayken mutfakta olmak ya da mutfak görmek; insanın üretimleriyle ilgili olabileceği gibi, aşırı verme eylemi ve insanlara hayır diyememeye de işaret edebilir. Yeni tarifler uygulandığı görülüyorsa eğer, yaratıcılığın en kısa zamanda hayata geçirme gerekliliği anlamına gelmektedir. Pişmiş yiyecekler görülüyorsa, paylaşımına açık olmak gerektiği anlamındadır. Yatak odası daha çok duygularla ilgilidir. Eğer rüyada yatak odası görülüyorsa hislerin üzerinde durulmalıdır. Çatı katı aile ile ilgili duygusal bağları ifade eder. Bodrum kat da aileyle ilgilidir ancak insanın kendini önemsiz hissetmesi ve bastırdığı duyguları ifade etmektedir. Oturma odası, paylaşım ve sevgi yeridir. Eğer rüyada evin içinde dolaşılıyorsa geçilen yerlere dikkat edilmelidir; yatak odasından mutfığa geçiliyorsa kendini ifade etme, eyleme geçme anlamlarına gelmektedir. Koridorda yürürken görülüyorsa hala aile bağlarına sıkı sıkıya tutunulduğunu ya da bir geçiş dönemini, kararsızlığı ifade etmektedir.” (Elçi, 2008: 90, 91).

- **Vücut Sembolleri:** “Mekan sembollerinde sağ ve sol yönler için ifade edilen her şey vücudun sağ ve sol yönleri için de aynı anlamı taşımaktadır. Baş ruhsal bir işaretidir. Uyanıklık ve canlılığı anlatmaktadır. Mitolojide güneş ve saçlar, erkek

cinsiyetini belirtir. Saçsız baş sembolü, anne-baba ve mal kaybını ifade ettiği gibi birçok korkuların da sembolüdür. Ruhsal sıkıntının, zihinsel karmaşanın, hastalıklı psikolojinin rüyalandaki sembolü saçsız başlardır. Rüyalarda dişlerin yeri önemlidir. Dişlerin dökülmesi, çıkması, çürümesi; genellikle maddi ve manevi acı ve kayıplarla sembolize edilir. Sağlam dişlerden birinin yerinden çıkması ise yakınlardan birinin ölümünü işaret eder. Eski yorumlarda ise dişler; maddi zenginlik, yaşamsal güçlerde artış, döl bereketini temsil eder. Dr. Allendy'ye göre ise dişler; hücumla geçen kuvvetleri ya da faaliyeti ifade etmektedirler. Göz; bazen ruhun aynası, bazen de ruhun alıcı yeteneğinin sembolüdür. Alın; karakter ve onun değeri ile ilgilidir. Çeşitli alın şekilleri, değişik değerleri olan karakter veya mizaçları ifade etmektedir. Kişisel kudretler sakal sembolü ile ortaya çıkar ve sakalların çeşitli biçimlerine göre değişik anlamlar kazanırlar. Ağızın yorumuna gelince; ağızın şekli, simetrik oluşu, hareket tarzı, bir şeyi tutuşu farklı farklı anlamlar taşımaktadır. Örneğin; ağız su ile dolu olmak yakın bir ölümü, ağız kum dolu olmak kötü bir hastalığı ifade eder. Parmakların çeşitli durumlarda olması, hayattaki kişisel ve ailesel karışıklıkları anlatmaktadır. Parmak sayısını normalden fazla görmek; başarı ve yeni dostluklar kurmak anlamına gelmektedir. Eller, faaliyet vasıtalarını temsil etmektedirler. İri ve kuvvetli eller, maddi ve manevi ilerlemeyi ifade etmektedirler. Beyaz, temiz ve bakımlı eller ise kolay başarıyı; siyah ve sert eller ise güç çalışma şartları ve zor kazanılan başarıyı anlatmaktadırlar. Son olarak kollar, birlik ve beraberlikle ilgilidir. Dostluk ve arkadaşlık kuvvetlerini sembolize ederler.” (Yücesoy, 2001: 274, 275).

“Ayrıca bunlar dışında çeşitli hastalıkların uyarı olarak bir rüya ürettiği düşünülmektedir. Göğüs hastalıkları rüyada kavga olarak görülmekte, beyin yüksek ateşi yangın olarak algılanmaktadır. İnsanı uyandırmayan ama rahatsız eden herhangi bir acı ise, rüyada diken batması, çekiç sesi veya acının olduğu yeri hayvan ısırması gibi görülmektedir. Bu tür rüyalar kişiye acı dışında bedenin belirli sinyaller de verebileceğinin göstergesidir.” (Dee, 1997: 26).

- **Toprak ve Su Sembolleri:** “Toprak ve su sembolleri *Ana* arketipinin çeşitli yanlarını ifade ederler. Su ve toprakla ilgili düşünceler ve tasavvurlar, analık içgüdüsünün sembolü olmaktadır. Bununla birlikte hakimiyet, egoizm ve gaddarlığı da ifade etmektedirler. Toprak bereketi, su ise tüm hayatı doğuran ana

sinesini ifade eder. Çocuk doğduğunda, annesinin sinesi çocuğa göre tek sığınak ve kaynak yeridir.” (Yücesoy, 2001: 275). “Toprak çamurlu ve pis ise gelecekle ilgili yersiz kaygıların varlığına işaret etmektedir. Çorak toprak yalnızlığı anlatmaktadır. Çamur hiç umulmayan yeniliklere delalettir.” (Elçi, 2008: 109).

“Bazı rüyalarda kadınların ayı görmeleri çocuk doğuracaklarını anlatmaktadır. Bunun nedeni ise ayın arz sularıyla olan ilişkisi ve “ gel-git olayı”dır. Ay, rüyada dolunay gibi ve ışıklı ise mutluluk ve zenginliğin sembolü olmuştur. Bazen rüyalarında ayı eline alan kimselerde durugörü yeteneği ortaya çıkmıştır. Suyun çeşitli halleri özellikle yağmur, hayatın kaynağıyla ilgili bereket, yardım, hayır hallerini sembolize etmektedir.” (Yücesoy, 2001: 276).

Başka bir kaynakta ise su; rüyada görülen en önemli elementtir. Suyun berraklığı, zihnin rahatlığına ve ruhun huzurlu ve dingin olduğunun göstergesidir. Suyun taşıyor olması bolluk ve bereket işaretidir. Ev ya da iş yerinin sular altında kalması ise bu mekanlarla ilgili köklü bir değişimi anlatmaktadır. Kendini denizde yüzerken görmek alınan yeni kararın başarılabacağı anlamına gelir. Suyun kirli olması kararsızlık ve negatif bakış açısını anlatmaktadır. (Elçi, 2008: 109).

- **Hava, Ateş ve Işık Sembolleri:** Bu semboller çok farklı anlamları içlerinde barındırırlar. Hava; özgürlüğü, yaratıcılığı, sevgiyi, sürekliliği ve devamlılığı anlatmaktadır. Zihnin, ruhun ve bedenin durumuna bir göstergedir. Ateş ise ruhsal bir büyümedir. Duygu ve inançlarda derin değişimleri işaret eder. (Elçi, 2008: 109, 110).

“Ateş; ruh, bilgi ve aşkı ifade eder. Ruh ateşi, ilahi aşkın alevi, ruhsal aşkın arketiplerle ilgili imajları olmaktadır. Sık sık rüyalarda görülen ateş; evren enerjisi ile insan ruhunda saklı bulunan kuvvetlerin faaliyetlerini gösterir yani insanın kendi kendine olan değişmelerini ifade etmektedir. Alev ve ışık beraber ortak bir semboldür. Işık; yaratıcılık, güneş; zekadır. Rüyalarda görülen lamba, mum vb. yaratıcılık ve zekanın belirtisidir. Bazen de rüyalarda güneş bir ışık kaynağı olarak görülür ve kudreti ifade eder. Genel olarak ışık; zekayı, saklı enerjiyi, yüksek akli ve idraki sembolize eder.” (Yücesoy, 2001: 276).

- **Şekil ve Eşya Sembolleri:** Çeşitli şekiller çok farklı şeyleri sembolize edebilirler. Örneğin; bir daire, üçgen, yıldız veya düzgün olmayan geometrik şekiller; birçok hakikatin ve ruhsal durumların ifadecisi olmaktadır. Daire görmek; ruhsal bir tecrit ve çaresizliğin sembolü olabildiği gibi zihinsel gelişim, yüksek ideali ve zihnin belirli bir konuya saplantısını da ifade etmektedir. (Yücesoy, 2001: 277).

- **Bitki ve Hayvan Sembolleri:** Rüyada elma görmek bilginin sembolü olarak bilinmektedir. Çiçek ruhu ifade etmektedir. Eğer çiçekler renkli ise, insanın ruhsal kuvvetlerindeki özel bir hali anlatmaktadır. Rüyada çiçekler insanın kendi çabası ve gayretiyle yaptığı işlerin semeresini belirtmektedir. Ayrıca çiçekler ümit ve mutluluğun sembolü olarak da görülmektedir. Çiçeklerin renklerine göre yorumları farklılaşmaktadır. Bitki sembolleri, ruhun daha üstün faaliyetlerini ve hislerini ifade etmektedir. Hayvan sembolleri genellikle erkek ve aktif prensibi ifade etmektedir. Rüyalarda görülen hayvan sembolleri; ilkel şekilleriyle ruhsal enerjiyi, şekil değiştirmek isteyen içgüdüsel kuvvetleri temsil ederler. Ayrıca burada insanın içsel hayatıyla ilgili mücadelesi de söz konusu olmaktadır. Yılan, akrep, örümcek ise nefsanî bağları, ihtiras ve kin gibi birtakım duyguları sembolize eder. Yılan; kımıldanışı ile yeniden meydana gelmeyi, silkinme ve toparlanmayı da temsil etmektedir. Kanatlı bir yılan, barışın sembolüdür. Rüyada balık, serbestleşmek isteyen enerjinin evrensel büyük sembolüdür. Yeniden doğuşu, hayatın tazelenmesini anlatmaktadır. Balığın rüyada görülmesi insanın kendi yaşamsal kuvvetini elde etmesi anlamına gelmektedir. (Yücesoy, 2001: 277, 278).

- **Maden Sembolleri:** Rüyalarda altın, gümüş, bakır, demir, kurşun vb. madenler görülmektedir ve çeşitli anlamlara gelmektedirler. Örneğin gümüş, dünya zenginliği ve dünya güçlüğü sembolize eder. Bakır; derin his hayatı, mutluluk vb. duyguları anlatmaktadır. Kurşun ise, beklenmedik zenginlik veya samimi arkadaşlığı ifade etmektedir. (Yücesoy, 2001: 279).

- **Renk Sembolleri:** Uyanırken, yaşamın içinde renklerin her çeşidini barındırırken rüyaların çoğunun renksiz olması oldukça ilginçtir. Bazı insanlar sürekli renkli rüyalar görmektedir ama bu tip insanlar azınlıktadır. Günümüzde

yapılan en son rüya araştırmalarında çıkan sonuca göre; insanlar açık ve renkli rüyalardan çok siyah ve beyaz rüya görmektedirler. Renksiz rüyalar çok nadir de olsa renkler arasında bir ayırım gösterirler ve bu renkle genellikle l tonlardaki gri ve kahverenginin çeşitli tonlarıdır. Calvin Hall, araştırmaları kapsamında bine yakın rüyayı incelemiş ve bunların sadece % 29'unun renkli olduğunu ifade etmiştir. Rüyalarda en sık rastlanan renkler konusundaki araştırmasında Dr. Fred Snyder, en çok tekrar eden rengin yeşil olduğunu, ardından kırmızı, sarı ve mavininse yeşilin yarısı kadar grldğun belirtmiştir. Bir başka rüya uzmanı Patricia Garfield, kendi rüyaları üzerinde özel bir analiz yapmış ve renklerin birkaç saatlik uykudan sonraki rüyalarda daha sık ortaya çıktığını fark etmiştir. Bunun nedeninin de beynin korteksinin birkaç saatlik dinlenme sonrasında harekete geçebileceğini anlatan kimyasal bir olaydan söz etmiştir. (Türkoğlu, 2001: 59, 60). "Rüyalarda renkler ne kadar canlı ve parlak ise insanın hayatı da o kadar keyifli ve güzel demektir." (Elçi, 2008: 104).

Rüyaların yorumlanmasında birinci derecede rol oynayan unsurlar renklerdir. Toplum hayatında, dinsel törenlerde, askeri kıyafetlerde, bayraklarda, işaretlerde ve özellikle dinsel elbiselerde rengin çok büyük önemi vardır. Aynı şekilde renklerin insanın ruhsal yaşamında hatta bedensel faaliyetleri üzerinde önemli etkilerinin olduğu bilim adamlarınca kanıtlanmıştır. Renkler, sıcak ve soğuk olmak üzere iki gruba ayrılmaktadır. Kırmızı ve sarı gibi sıcak renkler; hareket, kuvvet ve neşenin olduğu duyguları anlatırlar. Mavi ve menekşe gibi soğuk renkler; sükunet ve samimiyeti ifade etmektedirler. Bu temele dayanan renklerle tedavi yöntemi, modern ve eski tıbbın yararlandığı şifa aracı olmuştur. Rüyalardaki renklerle organizma arasındaki dengeleri inceleyen Amerikalı bilim adamı Dr. W. Thribbs 'e göre mahrumiyet içinde bulunan mahkum ve kutup yolcularının hissettikleri ile uyku halindeki sembollerin ifadeleri birbirine yakın içeriktir. Bu durumlarda hemen hemen aynı renk veya renk nüansları tekrarlanmaktadır. Dr. Thribbs'e göre: (Yücesoy, 2001: 279, 280).

"Kırmızı; ruhsal çöküntüyü, felci, organik ataleti belirtmektedir.

Mavi; asabi bir hali, migreni, organlardaki hararet artışını, düzensiz uykuları ortaya koymaktadır.

Menekşe rengi; derin düşünce, asli sebeplerin tahlili, sır bulma zevkine uygun gelen bir renktir ve bu renkteki rüyalar sinirsel yorgunlukla ilgili olarak meydana gelmektedir.

Sarı ve turuncu renkler; bronşit, kabızlık ve müzmin romatizmalı kimselerin rüyasal renkleri olmaktadır.

Çividi renkler; görünen rüyalarda ise mide hastalıkları belirmiş olmaktadır.”

Tabî ki bu yorumlar Dr. Thribbs'e aittir. Rüyaların yorumlanmasında renklerin anlamları ise şu şekilde değerlendirilmektedir:

Siyah: “Ölüm, intikam, mutsuzluk, gece, pasiflik, alıcılık ve annelik.” (Dee, 1997: 75). “Endişe, korku, geleceği görememe.” (Elçi, 2008: 104). “Bilgi ve hakimiyeti ifade etmektedir. Matem, felaket, ters olayları sembolize ettiği gibi parlak ve gümüşü siyahlar; asil, yüksek ve derin düşüncelerin ortaya çıktığı ruh hallerini de temsil etmektedir.” (Yücesoy, 2001: 282).

Beyaz: “Arınma, değişme, ferahlık, saflık.” (Elçi, 2008: 104). “Mutlak ve ilahi olanın yansıması olarak kabul edilir. Beyaz renk seçkinlerin zafer elbisesidir. Bütün dinlerde beyaz elbise din büyüklerinin giysisi olmuştur. Bu renk temelde; bakırlığı (özellikle ruhsal bekaleti), sağlığı, adaleti ve zaferi işaret etmektedir. Kötü anlamda da sefaleti ve sıkıntıyı, verimsizliği ve soğukluğu sembolize etmektedir.” (Yücesoy, 2001: 282).

Menekşe, Mor: “Yumuşaklık, mutluluk, feragat, fedakarlık.” (Dee, 1997: 76). “Gelişme, ruhsal büyüme, Tanrı ile bütünleşme, içindeki bilgeliği harekete geçirme.” (Elçi, 2008: 104).

Gri: “Korku, sıkıntı, heyecan, karamsarlık, belirsizlik.” (Yücesoy, 2001: 282).

Koyu Mavi (Lacivert): “Derin sezgi gücü ve anlayışın ifadesidir.” (Türkoğlu, 2001: 61).

Mavi: “Temizlik, mutluluk, sağlık, maddi bolluk, doğruluk, kendini ifade ve kendine güven.” (Dee, 1997: 76). “Samimiyet, sadakat, dürüstlük, dostluk ve barışın işaretçisidir. Mavi renk, günlük yaşamda insana huzur vermekte ve zihnin düzenli çalışmasını kolaylaştırıcı etkilere sahip olmaktadır. Örneğin; safiyet, mutluluk, sağlık, maddi tatmin ile ilgili rüyalarımızda insanları çeşitli güzel duygulara daldırır.” (Yücesoy, 2001: 280).

Altın Sarısı: “Bilinci, bilgeliği ve gerçeği simgeler. Aynı zamanda erkeklik sembolüdür.” (Türkoğlu, 2001: 61).

Yeşil: “Samimiyet, neşe, nüfuz edicilik, bilgelik, gizli ilham. Ayrıca kıskançlık anlamına da gelir.” (Dee, 1997: 76). “İlham, fiillerle yeniden üreme, doğuş ve yaratıcılık rengi olarak bilinir. İlahiyat alanında yeşil, ümidi ve iyiliği belirtir. Aile ilişkilerinde mutluluğu, huzuru ve aşkı dile getirir. Kötü anlamda da öfke, manevi çökme, delilik ve karamsarlık olaylarını sembolize eder.” (Yücesoy, 2001: 281, 282).

Turuncu: “Mutlu bir aşk, kişisel hareket kudreti, araştırmacı, yenilik peşinde, sosyal ilişkiler ve önemsiz konular.” (Dee, 1997: 75).

Kırmızı: “İhtiras, kızgınlık, faaliyet, şiddet.” (Dee, 1997: 75). “Ruh ateşinin sembolüdür. Bu renk; merhamet, hayırseverlik, canlılık, öfkeyi sembolize ettiği gibi kin, gazap, acımasızlık ve katliamı da ifade etmektedir.” (Yücesoy, 2001: 281).

Pembe: “Duygusallık, hassasiyet, sevgi.” (Elçi, 2008: 104).

Sarı: “Açık ve entelektüel düşünme gereğini temsil eder. Mesaj; kalbinle değil, aklınla düşündür. Olumsuz açıdan korkaklığı simgeler.” (Dee, 1997: 75). “Güneşin rengidir. Sarı renk, üstün dünya anlayışı içinde ilahi ilhamlarla aydınlanmış dünyasal zekayı ifade etmektedir. Dinsel alanda ise imandır. Günlük yaşamda gönül zenginliğini, ilhamları, bilgeliği, iyi öğütleri sembolize eder. Kötülük anlamında, amacı ve ilkesi fesatlık olan bencilliği ortaya koyar. Soluk sarı renk ise aldatma ve aldanma ile ihaneti gösterir.” (Yücesoy, 2001: 281).

Kahverengi: “Toprağın rengi olması sebebiyle duyuları ifade eder. Bazen de ayrılma ve dağılmayı simgeler.” (Türkoğlu, 2001: 61).

Turkuaz: “Boyut atlama ve en yüksek nokta.” (Elçi, 2008: 104).

- **Sayı Sembolleri:** Rüyaların yorumlanmasında kullanılan en eski sembol türlerinden biri de sayılardır. Sayı, mantıksal sembollerden en tipik olanıdır. Bunun nedeni ise iki unsuru sembolik bir bağ ile birleştirebilen zihinsel ve soyut özelliklere sahip olmasıdır. Sayılar rüyalarda şu anlamlara gelmektedirler:

& Bir Sayısı (Tek Çizgi —): “Bir başlangıcı belirtir; ilk aşkın, üzüntünün ve düşmanlığın başlangıcı olabilir. Olumlu anlamda ise talih ve ruhsal bir emeğin başlangıcı olabilir. Bencillik, egoizm, kavga, hareket, bir şey edinme, iş, tahakkuk başlangıcı gibi anlamlar yüklenmektedir. Erkeği, faal ve olumlu olanı temsil

etmektedir. Aynı zamanda diplomatlık, teşebbüs, yetenek ve ustalıklarla sağlanan başarı anlamlarına da gelmektedir.” (Yücesoy, 2001: 285).

& İki Sayısı (İki Çizgi ===): “Zıtlığı temsil etmektedir. Bu anlamda varlık ve yokluk, iyi ve kötü anlamlarını taşımaktadır. Başlangıcın zıddıdır, belirsizliktir. Dişiyi, atıl ve negatif prensibi temsil etmektedir. Bunların yanı sıra sır, gizlilik, karanlık ve bulanık işler anlamlarını da taşımaktadır.” (Yücesoy, 2001: 285). “Olası bir değişiklik hakkında endişeleri ifade eder. Ani değişiklikler ve içgüdüsel davranışlar hakkında kişiyi uyarır. Ayın sembolü olması nedeniyle sezgiyi simgeler.” (Türkoğlu, 2001: 63).

& Üç Sayısı (Üçgen): “Ülkü ve idealin belirtkenidir. Doğuran ve canlandıran, mucizevi faaliyet gibi anlamlar taşımaktadır. Aynı zamanda filizlenme, düzenleme, bereket, canlılık, devam eden çalışmalarda sonuç alma gibi anlamları da barındırmaktadır.” (Yücesoy, 2001: 285).

& Dört Sayısı (Kare veya artı +): “Maddeyi temsil etmektedir. Destek, kararlılık, kudret ve himaye gibi anlamlar taşımaktadır. Muhafaza, kurulu cemiyet, intibak, parçalanmayla meydana gelmiş, bolluk, doğal çoğaltıcı şekil anlamlarını ifade eder. Mizaç ve ruhsal faaliyet de dörtlü unsurun içindedir. Değişmezlik, süre, kesinlik, yapılanlar devam etme gibi anlamları da taşımaktadır.” (Yücesoy, 2001: 285).

& Beş Sayısı (Yıldız): “Evensel hayatı, küçük alemini temsil etmektedir. İnsan; ruh ve madde birleşimi (2+3) dir. Şahsiyet ve irade, dünyasal kişilik demektir. İrade hakimiyeti ve zeka üstünlüğünü anlatmaktadır. Aynı zamanda ilhamı, sezgiyi ve dehayı ifade etmektedir.” (Yücesoy, 2001: 286). “Yoğun cinsellik ve aşkı ifade eder. Aynı zamanda değişim, yolculuk, özgürlük ve iletişim anlamlarını da barındırmaktadır. Bir elin beş parmağını temsil ettiği için hayatın sembolüdür.” (Türkoğlu, 2001: 64).

& Altı Sayısı (İki Üçgen): “Denge kanununu belirtir. Aydınlık ve canlılık anlamları taşımaktadır. Çalışma ve hürriyet anlamlarına da gelmektedir. İyi ve kötünün arasında ayırım yapmak aynı zamanda mücadele etmek ve sınav anlamları taşımaktadır. Aynı zamanda aşk, çekicilik, sevimlilik ve hissi haz anlamlarına da gelmektedir.” (Yücesoy, 2001: 286).

& Yedi Sayısı: “Kişinin kendi kendini aldatmasına karşı uyarır. Yalnızlık, bağımsızlık ve gurur eğilimlerini ifade etmektedir. İnsanlar ve olaylar hakkında analitik davranılmasını temsil eder.” (Türkoğlu, 2001: 64).

& Sekiz Sayısı: “İnsan tarafından alınan ve saklanan İlahi adaleti, doğruluğu, hak bilirliliğini temsil etmektedir. Aynı zamanda sorumluluğu, yardımı ve elde edilmiş başarıyı da belirtir.” (Yücesoy, 2001: 286).

& Dokuz Sayısı: “Ahenk, hiyerarşi ve dünya güzelliği, fikir mükemmelliği gibi anlamlar taşımaktadır. Dokuz sayısı ilahi fikrin bütün ve mutlak kudretini ifade eder. Aynı zamanda tedbir ve telkin anlamlarını da içermektedir.” (Yücesoy, 2001: 287).

& On Sayısı: “Mükafat ve tezahür etmiş tüm kudretlerin sembolüdür. Kader, yükselme veya düşme, durumun değişmesi gibi anlamlara da gelmektedir.” (Yücesoy, 2001: 287).

& On Bir Sayısı: “Çaba, zahmet gibi anlamlar taşımaktadır. Bunun dışında kuvvet, enerji ve etkinlik anlamlarını da içermektedir.” (Yücesoy, 2001: 287).

& On İki Sayısı: “Evrensel hayatın burçları, ilimlerin vücut bulması anlamlarını içermektedir. Kavrayan ve kainatı açıklayan zeka; tabiata hakimiyet, merhamet gibi anlamlar taşımaktadır. Aynı zamanda sınav ve fedakarlık anlamlarına da gelmektedir.” (Yücesoy, 2001: 287).

& On Üç Sayısı: “Ölüm, bir devrin sonu, maceranın tamamlanması anlamlarını taşımaktadır.” (Yücesoy, 2001: 288).

& On Dört Sayısı: “Değişim, tahayyül ve seçilmeyi sembolize etmektedir.” (Yücesoy, 2001: 288).

& On Beş Sayısı: “Kaderi kuvvetleri ve iyi veya kötü sonuçları temsil etmektedir.” (Yücesoy, 2001: 288).

- **Geometrik Şekil Sembolleri:** Geometrik şekiller insanlık tarihinin en eski semboller karakteridir. İnsanların ilk yazıları bilindiği gibi geometrik şekillerden oluşmaktadır. Geometrik şekiller incelenecek olursa şu anlamlar çıkmaktadır:

Daire: “Daire ilk, mükemmel teklik sembolüdür. Bu teklik Tanrı'nın birliğidir. Daire mükemmel bir sınırdır ve evren onun içinde ancak düzenlidir. Daire başlangıç ve sonun ezeli tekrarlanışını da ifade etmektedir. Bu, bir tür geçmiş ve gelecek sembolüdür. Rüyada altın bir daire görmek ise; yakın bir başarı, miras; gümüş daire

ise; para ve iş alanında hakimiyet, demir daire; şerefli ve verimli teşebbüsleri ifade etmektedir.” (Yücesoy, 2001: 289).

Üçgen: “Tepesi yukarıda olan bir üçgen göğe doğru yükselen alevlerin, imanın sembolüdür. Aynı zamanda faaliyetin, hareketin sembolüdür. Tepesi aşağı doğru olan üçgen ise, ilahi ateşin atıl maddeyi canlandıran kudretinin işaretidir. Ayrıca ruhun ve arzunun sembolüdür. Üçgene benzer şekiller ise genellikle bir hayli çabadan sonra elde edilecek bir zaferi anlatmaktadır.” (Yücesoy, 2001: 290).

Kare: “Tabiatın dört büyük temel kuvvetidir. Yani su, hava, ateş ve toprak sembolleridir.” (Yücesoy, 2001: 290).

- **Alfabe Sembolleri:** “Rüyalarda alfabeyle ilgili pek çok semboller görülmektedir. Harflerin sembolik anlamlarından bilgiler çıkarmak ve gizli şeyleri açıklamak çok eski dönemlere dayanmaktadır. Eski uygarlıklarda harfler bir ifade şeklini almıştır. Sembol yazılar hiyeroglif ve hiyeratik (şekil, resim ve harf birleşimi) ifadeler birden çok anlamları içermekteydiler. Harflerin yorumu şu şekilde yapılmıştır.” (Yücesoy, 2001: 291- 295).

Mutluluk Harfleri: Neşe, aşk, evlilik, doğum gibi dünyasal mutlulukların harfleri; C, H, N, V.

Uygun Harfler: Hayallerin gerçekleşmesi, başarı, servet kazanımı gibi anlamlar taşıyan harflerdir; B, F, I, J, O, P, T.

Hüzün Harfleri: L, M, Q, S.

Uğursuz Harfler: E, U, Z.

Kaderi Harfler: A, D, K, R, X, Y.

Harfler tek tek incelenecek olursa: (Yücesoy, 2001: 291- 295).

A Harfi: Başlangıcın ifadesidir. Ezel anlamı taşımaktadır. Rüyalarda yapabilmek ve genel düzeni değiştirebilmek anlamlarını sembolize etmektedir.

B Harfi: İhtiras ve arzuların harfidir. Aynı zamanda iç sıkıntısını ve karışıklığı ifade etmektedir. Bunlarla birlikte dini duyguların, dostluğun var olacağını belirtir.

C Harfi: Rüyalarda kibir tezahürü ve uyum gibi ruhsal halleri sembolize etmektedir.

D Harfi: Bereket, ışık, kudret vb. durumların sembolüdür. Aynı zamanda matem, tehlikeli aşklar, dedikoduyu da ifade etmektedir. Belli bir amaca ulaşmada uygulama kolaylığını anlatmaktadır.

E Harfi: Hata, bencillik, başıboşluk, aldatma, kötü düşüncelerin sembolüdür. Aynı zamanda maddi ve manevi yönden gelişmeye yardım eden iç aydınlanmasının ortaya çıkmasını sağlayan ilham ve gelişimin sembolüdür.

F Harfi: Ölümsüzlük, iç ışık, niyet gibi anlamlara gelmesi yanında tereddüt, vicdan rahatsızlığı, vesvese, bağlılık, anlayış imkanı, kuruntu ve sıkıntılardan kurtulma gibi anlamları taşımaktadır.

G Harfi: Çalışma, direnme ve mücadelenin sembolüdür. Ayrıca ululuk, şan, iyilik ve kötülük hakimi olmak gibi ifadeleri de taşımaktadır.

H Harfi: Muhakeme ve zekanın sembolüdür. Önceden anlama, tedbirli olma ve zengin içsel hayata sahip olma gibi anlamlara da gelmektedir.

I ve J Harfi: Şiir, mistik aşk, mükemmellik, iyilik ve kötülüğü ayırt etme gibi anlamlar taşımaktadır.

K Harfi: Dini ve mistik bir semboldür. Tabiat hazzı, merhamet ve kudsiyet ruhunu ifade eder.

L Harfi: Hayatın sadeliğini ve ciddiyetini, mutluluğun ancak gelecek hayatta mümkün olacağını sembolize eder.

M Harfi: Ahlaki ve ruhsal bir şekil değişimini ifade eder.

N Harfi: Aşk, fazilet ve dostluğun sembolüdür.

O Harfi: Tereddüt, saptırma ve kaderi anlatmaktadır. Rüyalarda kişinin bu durumlara girebileceğini göstermektedir.

P Harfi: Herkes tarafından tanınma ve sevilme, sanat ve yazıcılık zekası, kudret gibi konuların ifadesidir. Aynı zamanda zafer ve felaket, bilgelik ve ümitsizlik arasında meydana gelen kararsız bir dengeyi göstermektedir.

R Harfi: Verimli düşünce, pratik sağduyu, çalışan akli temsil etmektedir.

S Harfi: Musibet, keder, inziva anlamlarını taşımaktadır. Ayrıca unutkanlık, yanlışlık, hata gibi anlamları da vardır.

T Harfi: Kuvvet, küstahlık, cüret ve ilahi aşkı anlatmaktadır. Sınavlardan atlama, hamle yapma, macera ruhu, araştırma ve seyahat zevki gibi durumları da sembolize etmektedir.

U Harfi: Esaret, bağıllık, tereddüt, ve zayıflık harfidir.

V Harfi: Herhangi bir şeyi yapabilme ve hızla uygulama anlamlarını taşımaktadır.

Y Harfi: Azizlik, günahlardan sakınma, kararsızlık, dost bilmezlik, iradi bir hakimiyet ve ilhamı temsil etmektedir.

Z Harfi: Başarı ve yeteneği anlatmaktadır.

- ***Çokça Görülen Olayların Sembolleri:*** Hareket, seyahat, uçma vb. pek çok olay birçok insanın rüyalarında belirir.

Çok az rüyada sabit sahneler vardır. Çoğu hareketlidir. Rüyadaki yolculuk tarzı, kişinin hayatına ne derece hakim olduğunu, başkalarının desteğiyle mi yoksa kendi gücüyle mi yaşadığını göstermektedir. Yürümek, koşmak, atlamak, dönmek, ata binmek, araba kullanmak, otobüsle, trenle veya vapurla yolculuk kişinin kendi azmiyle hedeflerine varacağını, ilerleyeceğini simgeler. Dar ara sokaklar, virajlı ve geniş yollar, üst ve alt geçitler kişinin yolunda engeller ve tehlikeler olabileceğini anlatır. Kalabalık bir otobüs veya tren yolculuğu ise hayat içinde diğerleri ile sürüklenildiği ve bir an önce kişinin kendi hayatına yön vermesi gerektiğini gösterir. Otobüs durakları ve tren istasyonları bir an önce karar verme gerekliliğini vurgular. Rüyada otobüs vb. taşıt kaçırmak bir fırsatı değerlendirmeyi anlatır. Rüyalarda uçmak ise rüya görenin, problemlerini aşma arzusunu veya aştığını simgeler. Dünyevi olaylarla bağlandığı kısıtlayıcı bir hayattan kurtulma isteğini de bildirir. (Dee, 1997: 32- 63).

- ***İsim ve İnsan Sembolleri:*** Rüyada görülen insan tanıdık birisi ve sıkıntılı bir şeyler yaşanmışsa bu tür rüyalar genellikle telepatik rüyalardır. Daha sonra rüyada görülen kişi ile görüşülürse gerçekten de onun bir sıkıntısı olduğu anlaşılacaktır. Eğer rüyada böyle bir duygu yaşanmamışsa bu sefer görülen insanın kişide ne gibi anlamlar ve duygular barındırdığı önemlidir. Örneğin, yüksek hedefleri olan insanlar sık sık başarılı, kariyer sahibi insanları görüyorlarsa başbakan ya da cumhurbaşkanı gibi o zaman bu insanlar gerçekten de başarıya ulaşacaklar demektir. Yani önemli olan görülen kişinin hayatında ne denli bir yere sahip olduğudur. (Elçi, 2008: 80, 81).

- **Ölüm Sembolü:** Rüyalarda ölüm; büyüme, bağılıklardan kurtulma, değişim ve yenilik anlamlarına gelir. Ölüm yılanın derisini değiştirmesi gibi yenilenme ve yepyeni bir hayat demektir. Kişi kendi ölümünü görüyorsa, hayatını gözden geçirmesi ve hayatında neleri değiştirmesi gerektiğini belirlemelidir. Eğer bir yakının ölümü görülüyorsa o kişiyle ilgili duygular gözden geçirilmelidir. Birisine çok bağılılık taşıyorsa o kişinin öldüğünü görmek çok olası bir rüyadır bu endişe kaynaklıdır ve genelde anneler çocukları için bu tür rüyalar görürler. Eğer öldüğünü görülen kişi ile sıkı bir bağ yoksa o zaman farklı anlamlar çıkarılabilir. Örneğin arkadaşın ölümünü görmek toplum içinde yalnız kalma duygusunu ifade etmektedir. (Elçi, 2008: 85, 86).

- **Taşıt Sembolleri:** Kişi rüyasında kendisini bir taşıtın sürücüsü olarak görüyorsa hayatındaki her şeyi ve herkesi kontrol altında tutma isteğini ifade eder. Eğer sürücü başkası ve kendisi yolcu durumundaysa, çok rahat olduğunu ve hayata güvendiğini işaret eder. Sürücü tanıdık biriye (eş, anne, baba, çocuklar, sevgili vb.) hayatını başkalarına göre yaşadığını sembolize eder. Eğer rüyada gemi görülürse, manevi yolculuk anlamına gelir. Önemli bir değişikliğe işaret eder. Otobüs görülmesi ise kişinin sosyal yönünü anlatmaktadır. Toplum içindeki konumu ve toplumsal endişelerini dillendirmektedir. (Elçi, 2008: 96).

2.2. RÜYA- SEMBOL İLİŞKİSİ VE RÜYA YORUMCULUĞU

Çalışmanın bu kısmına kadarki incelemelerde görüldüğü gibi sembol rüyaları anlamak için çok büyük önem taşımaktadır. Her şeklin, her harfin, her rengin sembolize ettiği bir anlam vardır ve kişiye göre bu anlamlar zaman zaman farklılıklar göstermektedir. Ancak genel anlamda bu sembollerin taşıdığı anlamlar değişmemekte çok çok farklı istisnai durumlar dışında tüm dünyada evrensellik göstermektedir. Bu bağlamda rüyalar ve semboller oldukça ilişkilidir ve birçok rüya semboller anlaşılmadan bir yere oturtulamaz. Sembollerin anlamlandırılması kolay bir iş olmadığı için bu anlamlandırmaları yapan insanlar giderek yorumculuğa doğru yol almışlardır. Rüyanın tarihsel süreci de göz önüne alınacak olunursa rüya yorumculuğunun önemi yadsınamayacak düzeyde önemlidir.

Hayatın akışı hızlı bir şekilde değişmektedir. Yüzyıllar önce insanoğlunun hayatında bu kadar çok sembol yoktu. Olan semboller ise dönemine göre bir anlam ifade ediyordu. Oysaki şimdi artık semboller arttı, var olan sembollerin kişinin ya da yaşadığı toplumun deneyimlerine göre de anlamları değişmiştir. İnsanlar seçimleriyle yaşamlarını değiştirmektedirler. Sorularıyla, beklentileriyle, yargılarıyla, deneyimleriyle hayatlarına ve ruhlarına yön vermektedirler. Elma insanlar için keyif ve mutluluk veren bir sembol olabilir. Elma şekeri kişinin içindeki çocuğun neşesini ifade edebilir. Bir gün sonra ise, yine aynı insanın niyetine göre rüyadaki elma şekeri pembe renge dönüşüp hayatında keyif için önce sevginin seçilmesini temsil edebilir. Öyleyse sembollerin öncelikle kişi için anlamları önemlidir. Semboller yorumlanırken, rüyayı görenin uyanık yaşamdaki karakteri iyi tanımlanmalıdır. Düşler; o kişi için gelecekte, şimdide ve geçmişte neyi ifade etmektedir? Daha öncesinde rüyayı gören için martı özgürlüğü ifade ederken, şimdiki niyetleri değişmiş ve yaşadıklarıyla artık yükselişi ve başarıyı temsil ediyor olabilir. Tüm rüya sembolleri kişiye özeldir. Her şeyin değiştiği gibi rüya sembolleri de kişiye, kişinin deneyimlerine göre değişebilmektedir. Her sembol kişinin duygu, düşünce ve inancının rüyasına yansımasıdır. Ve bu parçaları tamamlamak için semboller, rüyalarda, bir renge, bir kişiye ve bir nesneye dönüşür. Bir sembol üzerinde düşünülürken o sembolün bizde bıraktığı hislere dikkat edilmelidir. (Elçi, 2008: 134, 135).

Rüyaların hem açık hem de gizil içerikleri vardır. Açık (manifest) içerik olayların hatırlanmasında anlatılan gerçek öykülerin rüyalarda ortaya çıkmasıdır. Yine de rüyanın gerçek anlamı, gizli veya sembolik anlamı olan gizil (latent) içerikte bulunmaktadır. Bu gizli anlamı yorumlamak için, terapist açık içerikten gizli içeriğe, yani açık içerikteki ilgili olayların gizli ve sembolik anlamlarını yorumlamaya doğru ilerlemelidir. Bu karmaşık bir iştir. Rüyalarda ortaya çıkan sembollerin pek çoğu sadece rüyayı gören kişinin yaşantılarıyla ilgili olmasına rağmen, diğerleri tüm insanlarda ortaktır ve bundan dolayı genelde aynı anlamdadır. (Schultz, 2007: 604).

Tüm kültürlerde ve dinlerde rüyaya verilen önem düşünülecek olunursa rüya yorumculuğu tarihsel süreçte hep önemli bir yerde bulunmuştur. Rüya yorumculuğu yapan insanlara kutsallık atfedilmiş hep onlara karşı saygı duyulmuştur. Rüya

yorumculuğu yapmak için gerekli şartlar aranmış ve bu şartları taşıyan insanlara her zaman rüyaları anlamlandırmak için başvurulmuştur.

Bazen rüyalar beynin yaptığı faaliyetlerin dışında, doğrudan doğruya hafıza bölgemize intikal eden birtakım yorumsal imajlar tarzında da ortaya çıkabilirler. Bütün mesele; fizik bedene aktarılan etkinin yani gerçekleşen algılamanın nasıl yorumlanacağıdır. Yorum meselesi hayli karışıktır çünkü herkesin yorumu farklı farklıdır. Mesela aynı müziği birçok insan dinlediği halde herkesteki imajinatif çağrışımı başkadır. Aynı müzik kişiler tarafından farklı şekillerde yorumlanır. Esasında rüyanın tek bir yorumu yoktur; her kişi için ayrı bir yorumu olması gerekir. Bundan dolayı rüya yorumlayabilmek çok uzun çalışmalarla elde edilen bir melekedir. Rüya araştırmacıları rüyalarımızın bize anlatmak istediği şeyin ne olduğu ihtimali üzerinde durulmasını isterler. Yaşamı mutlu olan kimse için bile, yine de değiştirilecek bazı şeyler vardır. Göz ardı edilen potansiyeller, yadsınan ya da bastırılmış duygular, yanlışlıkla uzaklaşılan amaçlar ve istekler gibi. (Yücesoy, 2001: 200- 256).

İyi bir rüya yorumculuğu için önemli adımlar vardır: (Elçi, 2008: 137).

- Rüyanın hangi katmandan, kaynaktan geldiğini bilmek.
- Rüyanın hangi ihtiyaçtan kaynaklandığını tespit etmek.
- Rüyalar arası kıyaslama yapmak.
- Düzenli olarak rüyaları hatırlamak.
- Kişinin kendine ait sembolleri, rüya dilini oluşturması.
- Rüya sonrası duygu, düşünce ve fikirlerini ortaya çıkarmak.
- Rüyayı gördüğü zamanki ruhsal durumunu bilmek.
- Rüyayı herkesle paylaşmamak.
- Rüyayı zihinde canlandırmak.
- Rüya sonrası gelişmeler, öncü işaretlere dikkat etmek.

ÜÇÜNCÜ BÖLÜM

RÜYA VE İNSAN PSİKOLOJİSİ

Bu bölüm; rüyanın psikoloji bilimi ile olan ilişkisinin açıklandığı bölümdür. Çalışmamız açısından önemli bir yere sahip olan bu bölümde; rüya tecrübesinin psikolojik alt yapısı, önemli psikoloji kaynakları ışığında açıklanacaktır. Bu anlamda yadsınamaz bir gerçek olan rüyaların bilinçaltıyla ilişkisine dayanarak, ilk başta bilinç ve bilinçaltı üzerinde durulacaktır. Ardından bilinçaltı ile rüyaların ilişkisi incelenecektir. Bu kısımda rüyaların uyanıklık yaşam ile ilişkisi, rüyaların malzemesi olan düşlerde bellek, rüyaları unutma gibi önemli hususlara bilimsel alanda açıklık getirilmeye çalışılacaktır. Ayrıca bu kısımda bilinçaltıyla ilişkisi olması hasebiyle kaçınılmaz olarak, ego savunma mekanizmaları devreye girmektedir. Çünkü çoğu rüyalar, bilinçaltımızın savunma mekanizmaları doğrultusunda edinilen tecrübelerdir. Bu anlamda rüyalarla ilişkisi olduğu düşünülen ego savunma mekanizmalarından birkaçıyla ilgili genel çerçevede bilgi verilecektir. Aynı zamanda rüya tüm insanların yaşadığı bir tecrübe olarak düşünüldüğünde hayatımızda belli bir işleve sahip olduğu gerçeği ortaya çıkmaktadır. Bu işlev biz insanlar için oldukça önemlidir. Bu nedenle rüyaların işlevlerinin hayatımız için ne denli bir fonksiyona sahip olduğu konusu üzerinde durularak üçüncü bölüm sonlandırılacaktır.

3.1. BİLİNÇ, BİLİNÇALTI VE RÜYA

Rüya denilince hemen hemen akla ilk gelen olgular bilinç ve bilinçaltı kavramlarıdır. Rüyanın bilinçle ve bilinçaltıyla çok sıkı bir ilişkisi vardır. Psikologlara göre birçok rüya, bilinçaltından gelen mesajlar doğrultusunda uykuda insanlar tarafından tecrübe edilmektedir. Bilinçaltında birikmiş olan birçok malzeme, geceleyin uyku sırasında rüyalarda kendini göstermektedir. Bu anlamda rüyaların kompleks yapısının anlaşılabilmesi için bilinçaltı çalışmamız açısından önemli bir yer tutmaktadır. Bu ilişki bağlamında çalışmanın bu kısmında genel olarak bilinç ve bilinçaltı kavramlarının anlamları üzerinde durulacaktır.

3.1.1. Bilinç ve Bilinçaltı

Genel anlamda bilinç şu şekilde tanımlanmaktadır: “Bilinç, birinin anılarının, duygularının ve bedensel duyularının olduğu kadar, görsel ve işitsel dış dünya

olaylarının da farkında olmasını kapsayan bir süreçtir. Uyku, bilinç ile bilinçsizlik arasındaki en açık ayrımıdır. Bilinç, içsel ve dışsal durumların o andaki farkındalığı olarak tanımlanır. Bu tanıma göre bilincin iki yönü vardır: (Solso vd., 2009: 9- 179).

- Bilinç, çevresel uyaranların fark edilmesini içerir. Örneğin, aniden bir kuşun ötüşünün, keskin bir diş ağrısının ya da eski bir arkadaşın görsel olarak tanıma farkına varılır.
- Bilinç aynı zamanda, bir kimsenin kendi zihinsel olaylarına ait düşüncelerini de kapsar- bu düşünceler, sizin dahili benlik ve farkındalık duygularınızdan ve anılarınızdan kaynaklanır. Örnek olarak; bir kuşun adını, dışçinizin telefon numarasını ya da kalabalığın içinde ne kadar utangaç olduğunuzu düşünebilirsiniz.”

Psikoloji açısından temel referanslar arasında gösterilen “İnsan ve Davranışı” isimli kitaba bakılacak olunursa bilinçaltı şu şekilde tanımlanmaktadır: “Bilinçaltı farkında olunmayan arzu, istek, dürtü, duygu ve düşüncelerin depolandığı büyük hazneyi temsil eder. Örneğin yakın bir arkadaşta duyulan derin kin bilinçaltında saklanır. Bilinçaltındaki bu arzu, istek, dürtü, duygu ve düşünceler sürekli davranışı etkiler ancak kişi bu etkinin farkında olmaz.” (Cüceloğlu, 2005: 409).

Fechner’e göre; zihin bir buzdağına benzemektedir. Şöyle ki, buzdağının önemli bir bölümü yüzeyin altında kalan ve görünmeyen buzdağını, yani zihnin gözlemlenemeyen güçler tarafından idare edilen bölümünü temsil eder. İşte bu gözlemlenemeyen bölüme bilinçaltı denilmektedir. Bilinçaltı duygu ve düşünceleri, davranışı doğrudan ya da dolaylı olarak etkilemektedir. (Schultz, 2007: 568, 569).

3.1.2. Rüyaların Uyanıklık Yaşamı İle İlişkisi

“Haffner’e göre, birinci planda rüyalar, uyanıklık yaşamını sürdürür. Rüyalarımız, kendilerini kısa süre önce bilincimizde yer almış düşüncelere düzenli olarak bağlarlar. Dikkatli bir gözlem, bir rüyayı, bir gün öncesinin yaşantılarına bağlayan bir ipliği hemen her zaman bulacaktır. Jessen ise ruhbilim kitabında biraz daha geniş bir biçimde yaklaşır ve bir rüyanın içeriği, değişmez bir biçimde rüya görenin bireysel kişiliğine, yaşına, cinsiyetine, sınıfına, eğitim standardına ve alışılmış yaşam biçimi ile geçmiş tüm yaşamının olay ve deneyimlerine az ya da çok bağımlıdır. Yine bir başka filozof J.G.E. Maass; deneyimler, en sık olarak en sıcak

tutkularımızın odaklandığı şeyleri rüyamızda gördüğümüz yolundaki görüşümüzü desteklemektedir. Ve bu da tutkularımızın rüyalarımız üzerinde bir etkisi olması gerektiğini gösterir. Hırslı adam, rüyalarında, kazanmış olduğu ya da kazandığını hayal ettiği ya da kazanmak istediği defne dalından taşları görür, oysa âşık, rüyalarında tatlı umutlarının nesnesiyle uğraşmaktadır... Yürekte uyuklayan tüm bedensel arzu ya da itilmişlikler, eğer bir şeyler onları harekete geçirirse, kendilerine eşlik eden düşüncelerden doğan bir rüyaya neden olur ya da zaten var olan bir düşüncelerin karışmasına yol açarlar.” (Freud, 2001: 62).

“Rüyaları anlamak için bilinçaltı ile bilinçaltı katmanlarının nasıl bir işbirliği içinde olduğunu bilmek önemlidir. Böylece görülen rüyaların hangi katmandan geldiğini kolayca ayırt etmek mümkündür. Onları yorumlamak da kolaylaşır. R. Şanal, “Kuantum Düşünce Tekniği” isimli kitabında katmanlar arasındaki işbirliğini; “Rüyalar, insanın değişik katmanlarından bilince ulaşan mesajlardır.” diyerek açıklamıştır. Bilinç, farkındalık sınırlı olan bir alanı kapsar. Örneğin bir konsere gidildiğinde orada birçok şey görülür, duyulur ve hissedilir. Belki binlerce detay vardır. Fakat sıra bunları hatırlamaya gelince sadece birkaç sözcük dile getirilir. Bunun gibi, herhangi bir durumda duygusal girdiler, düşünceler ve duyguların tümünü bir anda hatırlamak mümkün olmaz. Ancak bilinçaltı düzeyde saniyede üç milyon veri saklanabilir. Bütün bu verileri yüklemiş olan bilinçaltı, istenilen durumda uygun olan bilgiyi insana vermek için hazır beklemektedir. O anlamlılık ve amaçlılık koduna uygun olarak çalışır. Amacı insanın kendisinde bulunan mevcut potansiyeli ortaya çıkarmaktır. Bu yüzden kişiye sunduğu her görüntü, sembol ve sözün bir amacı vardır. Bu anlamda her rüyanın uyanıklık yaşamla ilgisi vardır. Bu yüzden rüyalarla işbirliği bilinçaltı ile de işbirliği demektir. Bu da bilinçaltı yaşananlardan etkilendiği ve kaydettiği için rüya direkt olarak uyanıklık yaşamla ilişkilidir.” (Elçi, 2008: 39, 40).

“Bununla birlikte; düşlerde, günlük yaşam, zahmetleri ve hazları, sevinçleri ve acıları ile asla yinelenmez görüşü de vardır. Tersine, düşlerin başlıca amacı kişiyi onlardan arındırmaktır. Hatta aklımız bir şeylerle dopdolu olduğunda, derin acılarla perişan olduğumuzda ya da tüm zekâ gücümüz bir sorun tarafından emildiğinde bile bir düş, bizim duygusal durumumuza bürünüp gerçekliği simgelerle temsil etmekten başka hiçbir şey yapmayacaktır. Strümpell; düşlerin doğası ve kökeni üzerine yaptığı

çalışmada aynı etkiden söz eder ve düş gören insan uyanıklık bilinçliliğinin dünyasından uzaklaştırılır. Ayrıca düşlerde uyanıklık bilinçliliğimizin düzenli içeriklerine ilişkin belleğimiz ve de bilinçliliğimizin normal davranışları hemen tümüyle yitmiştir. Düşlerde akıl, uyanıklık yaşamının olağan içerikleri ve olaylarından neredeyse belleksiz bir biçimde kopar diye yazar.” (Freud, 2001: 61).

3.1.3. Rüyaların Malzemesi Olarak Düşlerde Bellek

Bir düşün içeriğini oluşturan tüm malzeme, bir biçimde yaşıttan türemiştir; yani düş içinde yeniden üretilmiş veya anımsanmıştır. Bir düş, kişi uyanırken sahip olduğunu bilmediği bilgi ve anıların kanıtlarını sağlayabilir. Düşlerin yeniden üretmek için malzeme (bir bakıma anımsanan ne de uyanıklık düşünce etkinliklerinde kullanılan malzeme) türettikleri kaynaklardan biri çocukluk yaşantısıdır. Hildebrandt; düşlerin, bazen en erken yaşlarımızın çok uzak hatta unutulmuş olaylarını hem de olağanüstü bir yeniden üretme gücüyle aklımıza geri getirdiklerini söyler. Düşler çocukluktan kalma malzemeyi ellerinin altında bulduklarından ve de hepimizin bildiği gibi bu malzeme büyük kesimiyle belleğimizin bilinçli yeteneğinde boşluklarla örtülmüş olduğundan bu koşullar ilginç düşler yaratırlar. Düşlerdeki belleğin en çarpıcı ve en az kavranabilir olan özelliklerinden biri de yeniden üretilen malzemenin seçiminde ortaya çıkmaktadır. Çünkü anımsanmaya değer bulunanlar, uyanıklık yaşamında olduğu gibi yalnızca en önemli olanlar değil tersine en önemsiz ve en anlamsız olanlar da olabilir. (Freud, 2001: 65- 73).

Bireyin anımsayabildiği en eski anıları, önemsiz ve rastlantılı olanlardır. Yetişkinin anısında bu sürece değin önemli ve duygusal izlenimlerin izine bile rastlanmaz. Bilindiği gibi bellek, izlenimler arasında belli bir seçim yapar ve çocuklukta yapılan bu seçim de anlalsal olgunlukta yapılandırılan apayrı ilkelerle oluşmaktadır. (Freud, 1986: 30).

3.1.4. Rüyaların Uyarıları ve Kaynakları

Rüyalar hazımsızlıktan ileri gelir diyenler olduğu gibi rüyalar uyku bozukluğunun bir sonucudur, uyku sırasında rahatsız edici bir şey olmasa rüya görmezdik rüya da işte bu rahatsızlığa tepkidir diyenler de vardır. Kısacası rüyaların

uyaranları ve nedenleri araştırmacılara göre farklılıklar oluşturmaktadır. Bu anlamda çalışmanın bu kısmında rüyaların uyaraları ve kaynakları üzerinde en çok görüş bildirilen nedenler ve kaynaklar üzerinde durulacaktır.

“oğu otoriteye göre uykuyu bozan nedenlerin yani dş görmenin kaynaklarının değişik türden olabileceği ve bedensel uyaraların ve zihinsel uyarılmaların aynı biçimde dş kışkırtıcısı olarak rol oynayabileceğinde düşünce birliği içinde gibi görünmektedirler. Ancak düşlerin şu ya da bu kaynağına öncelik verilmesinde ve de düşlerin üretilmesindeki etmenler olarak onlara verdikleri önemin sıralanmasında görüşler büyük ölçüde farklılaşmaktadır. Buna göre en uygun sonuç dört çeşit kaynağın olduğunu göstermektedir.” (Freud, 2001: 75).

a) Dış Duyusal Uyarılar: Uykuya hazırlık sırasında insanlar, en önemli duysal kanallarını gözlerini kapatır ve diğer duysularını da tüm uyarılardan ya da onlara etki eden uyarılardaki herhangi bir değişimden korumaya çalışır ve sonuçta da uykuya dalar. Ne uyarıları tümüyle duysu organlarından uzak tutabilir ne de duysu organlarının uyarılabilirliğini tümüyle askıya alır. Herhangi bir anda glce uyarının kişiye uyandırması uykuda bile ruhun beden dışı dünya ile sürekli bir ilişi içinde bulunduğunun kanıtıdır. Uyku sırasında kişiye ulaşan duysal uyarılar düşlerin kaynakları olabilirler. Bu türden pek çok uyarı vardır ve bunlar, uyku durumunun kendisinin de ister istemez içerdiği ya da zaman zaman dayanmak zorunda kaldığı kaçınılmaz uyarılardan, kazara ortaya çıkmış ve uykuyu sona erdirebilen veya erdiren uyandırıcı uyarılara dek değişir. Gözümüze parlak bir ışık gelebilir ya da bir gürültü kendini işittirebilir veya bazı güçlü kokulu nesnelere burnumuzun mukozasını uyarabilir. Uykumuz sırasındaki istensiz devinimlerimizle bedenimizin bir kısmının açılmasına ve uşmesine yol açabilir ya da duruşumuzdaki bir değişiklikle kendimize basıncı ya da dokunma duysuları gelmesine neden olabiliriz. Bir sivrisinek tarafından ısırılabiliriz ya da geceleyin bazı kk kazalar duysularımızdan çoğuna aynı anda saldırabilir. Dikkatli gözlemciler, uyanıklıkta saptanmış bir uyarı ile, dş içeriğinin bir kesimi arasında, uyarı düşün kaynağı olarak tanımlamayı olası kılacak denli güçlü bir uygunluğun bulunduğu koca bir düşler dizisi biriktirmişlerdir. Freud, bu tür uyarılmalarla oluşan rüyaları Düşlerin Yorumu isimli kitabında, Jessen’den bu tür rüyalara ilişkin aldığı örnekle

açıklamaktadır. Belirsiz biçimde algılanmış her gürültü kendine uyan bir düş imgesini uyarır. Bir gök gürültüsü bizi bir savaşın ortasına götürebilir; bir horozun ötüşü bir adamın dehşet çığlığına dönüşebilir; bir kapı gıcirtısı hırsızlara ilişkin bir düşü üretebilir. Gece üstümüz açılırsa, belki de, çıplak dolaşma veya suya düşme düşleri görebiliriz. Eğer yatakta çaprazlama yatıyor ve ayağımızla yatağın kenarını itiyorsak kendimizi korkunç bir uçurumun kıyısında dikiliyor ya da bir kayalıktan düşüyor olarak görebiliriz. Eğer başımız yastığın altına girmişse düşümüzde ağırlığıyla bizi ezecek bir noktada asılı duran kocaman bir kayanın altında görebiliriz kendimizi. Maury; uykusunda yapılan çeşitli dış uyaranlarla kendisinde üretilmiş düşlere ilişkin bazı yeni gözlemler getirmiştir. Bunlar:

- Dudakları ve burnunun ucu bir tüyle gıdıklandığında; düşünde korkunç bir işkence türü gördü. Ziftten yapılmış bir maske yüzüne yerleştiriliyor sonra çekiliyor ve derisini alıp götürüyordu.

- Bir makas bir kerpeten üzerinde keskinleştiriliyordu. Çanların çalındığını işitti.

- Biraz kolonya koklatıldı. Kahire’de Johann Maria Farina’nın dükkânındaydı.

- Hafifçe boynu çimdiklendi. Düşünde kendisine hardal yakısı uygulandığını gördü ve kendisini sağaltan doktorun bir çocuk olduğunu düşündü.

- Sıcak bir ütü yüzüne yaklaştırıldı. Düşünde yine ayaklarının sıcak kömür mangallarına sokularak işkence yapıldığını gördü.

- Alnına bir damla su damlatıldı. İtalya’da şiddetle terleyip beyaz şarap içtiğini gördü.

- Yüzüne kırmızı bir kâğıdın arkasından birçok kez bir mum ışığı düşürüldü. Hava ve sığağa ilişkin bir düş gördü ve Manş Denizi’nde yakalandığı bir fırtınayı yeniden yaşadı. (Freud, 2001: 76- 78).

b) İç (Öznel) Duyusal Uyarılmalar: “Düş imgesi kaynakları olarak öznel duyusal uyarılmaların, nesnel olanlar gibi dış rastlantılara bağımlı olmama biçiminde açık bir avantajları vardır. Denebilir ki onlar, bir açıklama için ne zaman gereksinim duyulsalar hemen el altındadırlar. Ancak, nesnel duyusal uyaranlarla kıyaslandıklarında bir düşü harekete geçirmedeki rollerinin, nesnel uyaranlarda olduğu gibi gözlem ve deneyle doğrulanmaya hiç açık olmaması ya da pek az açık

olması gibi bir dezavantajları vardır. Öznel duyuşsal uyanların düşleri harekete geçirmedeki gücü lehinde en iyi kanıt imgesel görsel görüngülerdir. Bunlar sıklıkla, çok canlı ve hızla değişen imgeler olup, uykuya dalma dönemi boyunca bazı kişilerde alışkanlık halinde ortaya çıkmaya eğilimlidirler, ayrıca gözler açıldıktan sonra da bir süre devam edebilirler. Örneğin perhiz yapan biri açlık nedeniyle rüyasında geniş bir masada yemek yediğini görebilir.” (Freud, 2001: 84).

c) İçsel Organsal Bedensel Uyanlar: İç organların belirgin hastalıkları pek çok olguda kesin olarak düşlerin başlatıcısı olmaktadır. Kalp ve akciğer hastalıklarında anksiyete düşlerinin sıklığı genellikle bilinmektedir. Aslında, düş yaşamının bu yönü birçok otorite tarafından ortaya çıkarılmıştır. Kalp hastalığı çekenlerin düşleri genellikle kısa olup uyanma anında dehşet verici bir sona ulaşmaktadır; içeriklerinde de hemen her zaman korkunç bir ölüm bulunur. Akciğer hastalıkları çekenler, boğulma, kalabalık içinde sıkışıp kalma, kaçma düşleri ve dikkate değer sıklıkla karabasanlar görürler. Sindirim bozuklukları durumlarında düşler, yiyecekten hoşlanma ya da tikslenme ile bağlantılı düşünceler içerir. Uyku sırasında dış dünyadan uzaklaşmış olan aklın, bedeninin içine daha çok dikkat yöneltebildiğini kabul edersek; iç organların, uyuyan akla ulaşabilecek uyarılmalara bir biçimde düş imgelerine dönüşen uyarılmalara neden olmak için hasta olmaları gerekmediğini varsaymak olası görünmektedir. Ruh hekimi Krauss, dikkate değer bir tutarlılıkla gerçekleştirilmiş bir araştırmada, düşlerin, sabuklamaların ve sanrıların kökenlerini aynı etmene yani organsal olarak belirlenmiş duyumsamalara bağlamıştır. Organizmada bir düşün ya da bir sanrının çıkış noktası olmayacak bir kesim düşünmek pek zordur. Organsal olarak belirlenmiş duyular iki sınıfa ayrılabilir. Birincisi genel duyguları oluşturanlar, ikincisi ise vejetatif organizmanın temel sistemlerinde yaygın olarak bulunan özel duyumlardır. Bu ikinci sınıf kendi içinde de kassal, solunumsal, mideye ilişkin, cinsel ve çevre organlardan gelen duyular olmak üzere beş guruba ayrılabilir. Krauss, bedensel uyanların üzerinde düş imgelerini oluşturan süreci şu şekilde açıklamaktadır: Ortaya çıkan duyum, bazı çağrışım yasalarına uygun olarak benzer doğada bir imgeyi uyarır. Kendisi de o imge ile organik bir yapı oluşturacak bir biçimde birleşir; ancak bilinç bu yapıya anormal bir biçimde tepki verir. Çünkü bilinç, duyuma hiç dikkat etmez ve kendini tümüyle

eşlik eden imgeye yöneltir ki bu da gerçek olguların neden bu kadar uzun süre yanlış anlaşıldığını açıklar. Ancak tipik diye tanımlanan çeşitli düş biçimlerinin yorumu üzerinde oldukça fazla bir görüş birliği vardır. Çünkü bunlar çok sayıda insanda ve çok benzer bir içerikle ortaya çıkarlar. Bunlar yüksek bir yerden düşme, dişlerin dökülmesi, uçma ve çıplak ya da yarı çıplak olduğu için utanma gibi bilinen düşlerdir. Strümpell'e göre, uçma düşü, göğüs içindeki deri duyumlarının bilinçli hale gelmesinin kesintiye uğradığı anlarda akciğer loblarının şişip sönmesinin yarattığı uyarının bir yorumu olarak aklın uygun bulduğu bir imgedir. Yüksek bir yerden düşme düşünün, derideki basınç duyusunun artık bilinçli olamamaya başladığı bir anda, bir kolun bedenın üzerinden düşmesine ya da bükülü bir dizin ansızın uzatılmasına bağlı olduğu söylenir; sözü edilen devinimler dokunma duyularının bir kez daha bilinçli hale gelmesine neden olur ve bilinçliliğe geçiş, ruhsal olarak düşme düşüyle temsil edilir. (Freud, 2001: 87- 90).

d) Ruhsal Uyarılma Kaynakları: “Düşler üzerine en eski ve en yeni çalışmaların çoğunun insanların gün boyunca yaptıkları ve uyanırken ilgilendikleri şeyleri düşlerinde gördüğü konusunda araştırmacıların birçoğu birleşmektedir. Bazı araştırmacılara göre ise çoğu düşte bedensel uyarılarla ruhsal hareketlendiricilerin işbirliği içinde çalıştıkları düşüncesi belirir.” (Freud, 2001: 92, 93).

3.1.5. Rüyalar ve Unutma

Rüyalar; sadece rüyayı gören kişi rüya devam ederken uyandığı taktirde ya da rüya, kişi uyanmadan on dakika önce görülmüşse hatırlanıyor. Gece görülen her rüyayı hatırlamak kolay değildir. Çoğu zaman bir rüya görüldüğü halde görülen rüyanın tüm detayları hatırlanamayabilir. Rüyaların unutulmaması için bu konuda araştırma yapan bilim adamları her gece yatmadan önce kişinin kendi kendine bu gece göreceği rüyaları hatırlayacağına dair söz vererek gerçekleştirebileceğini söylemektedirler. Yani bir şekilde rüyaları beynin kaydetmesini isteyerek olacağını belirtmektedirler. (Türkoğlu, 2001: 74).

Kimisi yıllar önce gördüğü bir rüyadan sonra uyanık yaşamında olan olumsuz olaylar nedeniyle artık rüya hatırlamayı istememektedir. Böylece sorumluluk almak zorunda da kalmaz. Kimisi de, gördüğü rüyanın yanlış yorumlanması nedeniyle

bilinçaltına ekilen o olumsuz yorumları hayatına çekmekte ve bu durum rüyalara olan güvenini sarsmaktadır. Rüyaların sadece bilinçaltı kaynaklı olduğunun söylenmesi insanların rüyalarını hatırlamasına, paylaşmasına ve üzerinde durmasına engel olmaktadır. Bunların dışında, çok yorgun olarak uyumaya başlandıysa, rüyaların hatırlanması konusunda gereken kararlılığa sahip olunmamışsa, zihin her gün ya da o gün yaşananların peşindeyse rüyalar ne yazık ki hatırlanmamaktadır. (Elçi, 2008: 142, 143).

“Rüyaların hatırlanmasına etki eden faktörleri Cohen, başlıca üç şekilde ele almaktadır. Bunlar; bastırma, ön plana gelme ve araya girmedir. O, rüyaların hatırlanmasında bastırma hipotezini destekleyen bulguların çok az olduğunu belirtmekte ancak zihni hadiselerin uykuda ön plana çıkarılıp çıkarılmaması ile araya giren bireysel farklılıkların rüyanın hatırlanmasında etkili olduğunu söylemektedir. Yani uyku esnasında zihni faaliyet eğer bir tarzda ayırt edici ve eğer zihni karıştıran çeliciler çok az ise rüyalar daha iyi hatırlanabilmektedir.” (İmamoğlu, 2004: 38).

Rüya hatırlamayı birçok durum etkileyebilir. Bunların başında rüyaların uykunun hangi evresinde görüldüğü gelmektedir. Genel olarak REM rüyalarının %80-85'i, buna karşın NREM rüyalarının ise %10-15'i kadarı hatırlanmaktadır. Sabaha karşı görülen rüyalar, hem daha gerçekçidir hem de daha iyi hatırlanır. Kişinin kişilik özellikleri de rüya hatırlamayı etkilemektedir. Duygusal yaşantısı zengin, iç dünyası dolu, rüyaların yaşamını daha fazla etkilediği, rüyalarının etkisinde daha çok kalan ve telkine yatkın kişiler daha yüksek oranda rüyalarını hatırlarlar. Gündüz görülen rüyalar gece görülenlerden daha iyi hatırlanır. Sonuç olarak rüyalar biyolojik, fizyolojik, psikolojik, sosyolojik ve kültürel yönleriyle uykunun çok önemli bir işlevini temsil eder. Bunun yanında insan yaşamının vazgeçilmez bir parçasını oluşturur. (Güven ve Belbağı, 2006: 53, 54).

3.2. RÜYA VE EGO SAVUNMA MEKANİZMALARI

Çalışmanın bu kısmında bilinçaltıyla ilişkili olması nedeniyle ve bazı ego savunma mekanizmalarının rüyalara etki etmesi hatta birçok rüyanın savunma mekanizmaları olarak tecrübe edilmesi hasebiyle rüya ile ilgisi olan ego savunma mekanizmaları üzerinde genel anlamda bilgi verilecektir. Öncelikli olarak ego

savunma mekanizmalarının psikolojik anlamda tanımı yapılacak ardından rüya ile ilişkisi olan savunma mekanizmaları, temel referanslar doğrultusunda incelenecektir.

“Hemen herkeste zaman zaman görülen bazı davranışlar vardır ki, “anlaşılmaz” ya da “garip” olarak nitelendirilir. Örneğin, bazı kişilerin kendilerini çok övdükleri, bazen lüzumsuz yere öfkelenedikleri, bir ablanın ya da ağabeyin kardeşleri için aşırı derecede fedakârlıkta bulunduğu, bazense, insanın kendisini aşırı bir heyecanla ve doğru olmayan nedenlerle savunmaya kalktığı görülür. Aslında bu davranışlara, çoğu kere, doyurulmamış temel ihtiyaçların neden olduğu iç huzursuzlukların giderilmesi için başvurulur. Bazen bu davranışlar, insanın mutluluğu için önemli olabilir. Çünkü doyumsuz kalan temel ihtiyaçlara, gerçekleşmemiş istek ve emellere, çözüm yolu bulunamayan kişisel problemlere ancak böyle tahammül göstermek mümkün olur. Psikologlardan bazıları, bu davranışlara uyum mekanizmaları demektedirler. Çünkü bu davranışlar yoluyla birey, ihtiyaçlarının karşılanmadığı durumlara uyabilmekte, tahammül edebilmektedir. Psikologların çoğu ise, bunlara, savunma mekanizmaları demişlerdir. Çünkü doyurulmamış ihtiyaçlar karşısında birey, kendi varlığını tehlikede görmekte ve bu davranışları ile benliğini savunmaya geçmektedir.” (Baymur, 1972: 95).

Ağır bir zorlanma altında birey başlıca iki sorunla karşılaşır. Birincisi yeni duruma uyum sağlamak için gerekli çabayı göstermek, ikincisi ise psikolojik dağılmaya karşı kendini korumak. Birinci grup güçlükler çabaya yönelik davranışlarla, ikinci grup sorunlar ise savunmaya yönelik davranışlarla çözümlenmeye çalışılır. Çabaya yönelik tepkiler geliştirilirken, önce içinde bulunan durum değerlendirilir, yedek yollar üzerinde düşünülür ve en uygun görülen tepki biçimi seçilir. Eyleme geçildikten sonra geri bildirim (feed- back) aracılığıyla davranışta gerekli değişiklikler ve düzeltmeler yapılır. Savunmaya yönelik tepkiler, zorlanma karşısında uyum sağlamaktan çok, içinde bulunulan güç durumun yaratabileceği anksiyete ve psikolojik dağılmayı engelleyici bir amaç taşır. Bu tür tepkiler iki grupta toplanabilir: Birincisi ağlama ya da kaygı yaratan konuyu sürekli anlatma biçimlerinde ortaya çıkabilen onarım mekanizmaları. İkincisi insanın bilinçdışında var olduğu halde bilinçli dünyasının onaylamayacağı duygularıyla yüzleşmemek ve anksiyeteye girmemek için kullandığı, neden bulma ve yadsıma gibi ego savunma mekanizmaları. Savunmaya yönelik tepkilerin her iki türünde de amaç,

psikolojik bütünlüğü ve dengeleşimi sürdürebilmektir. Anksiyeteye karşılık egonun geliştirdiği savunma mekanizmaları genellikle birkaç alanda birden korumayı sağlar, bir insan tek bir savunma mekanizmasını değil, bir grup savunma örüntüsünü birlikte kullanır. İnsanın ön planda kullandığı savunma mekanizmaları, içinde bulunduğu koşullara göre, yaşamının bir döneminden diğerine değişebilir. Ego savunma mekanizmalarını çabaya yönelik davranışlardan ayıran en önemli özellik, bu tepkilerin bilinçdışında geliştirilmesi ve işlemesidir. Bir başka deyişle, kişi kullandığı savunma mekanizmalarının anlamını bilmez. Bu mekanizmaların oluşturduğu duygu ve davranışları, bunların gerisindeki dinamik güçlerin farkında olmaksızın yaşar. Yapısal kişilik kuramına göre açıklamak gerekirse, idin içgüdüsel dürtüleri ile süperegonun tehditleri arasında uzlaşma sağlamaya çalışan ego, bu tür durumların yarattığı anksiyeteye karşı kendisini korumak amacıyla bu mekanizmaları geliştirir. Her insan psikolojik bütünlüğünü sürdürmek ve özdeğerini korumak amacıyla çeşitli savunma mekanizmaları kullanır. (Geçtan, 1990: 43- 45).

Savunma mekanizmalarının ortaklaşa paylaştıkları özellikler vardır. Bu genel özellikler şunlardır: (Cüceloğlu, 2005: 301).

- Savunma mekanizmasını kullanan birey, davranışının gerçek işlevinin farkında değildir. Savunma mekanizmalarına bu anlamda bilinçsiz davranışlar olarak bakılır.

- Savunma mekanizmalarının etkisi altında, gerçeği olduğundan biraz daha farklı algılarız. Bir dereceye kadar kendi kendini aldatmaca işin içine girer ve böylece algılamadaki bu değişiklik bizdeki kaygı düzeyinin azalmasına yol açar.

- Savunma mekanizmaları kaygımızı azaltmada gerçekten etkindir ve yaşamımızda ortaya çıkan zor durumları kendimizi yıpratmadan atlatmamıza yardımcı olur.

- Savunma mekanizmaları herkes tarafından kullanılır ve normal bir davranış biçimi olarak kabul edilir.

Savunma mekanizmalarıyla ilgili verilen bu bilgilerden sonra çalışmanın geri kalan kısmında sadece rüya ile yakından ilişkisi olan savunma mekanizmalarının üzerinde durularak çalışmaya devam edilecektir.

3.2.1. Bastırma: “Belirli ruhsal süreçlerin, kişinin isteği dışında bilinçdışında tutulması ve bilince çıkmalarının önlenmesine baskı (represion), uygun görülmeyen istek ve anıları bilinçten uzaklaştırma mekanizmasına ise bastırma (supresion) denir. Savunma kavramını ilk geliştiren araştırmacı olan Sigmund Freud, başlangıçta baskıyı tek ve temel savunma mekanizması olarak ele almışken ancak sonraları onu; yansıtma, karşıt tepki oluşturma, gerileme gibi savunma mekanizmalarından biri olarak tanımlamıştır. Anna Freud’a göre ise, tüm diğer savunma mekanizmaları baskı mekanizmasıyla birlikte çalışır ve diğer savunma yöntemleri gerçekte, baskının eksik bıraktığı savunmayı tamamlama çabasıdır. Baskı; ilkel, beklenmedik anda bir tehlikeyle karşılaşıldığında yaşanan korkuya karşı geliştirilen akut savunma ketlenmesiyle özdeşdir. Baskı altına alınan veya bastırılan duygular, düşünceler ve geçmiş yaşantılar, çoğu kez simgesel bir biçimde rüyalarda ya da günlük yaşamdaki dil sürçmelerinde anlatım bulurlar. Ancak kişi, çoğu kez rüyalarının içeriğiyle bilinçdışı dünyası arasındaki ilişkinin farkında değildir. Baskı mekanizması kişiye tehlikeli isteklerini denetim altında tutmada ve sarsıcı olayların ilk etkilerini hafifletmede yardımcı olur. Ne var ki, bu mekanizma bazen, yüzleşilerek gerçekçi yollardan çözüm bulunması gereken zorlanmalı yaşantıları da bilinçten uzaklaştırarak sağlıklı bir nitelik kazanabilir.” (Geçtan, 1989: 180, 181).

“Toplumca onaylanmayan, hoş görülmeyen duygu ve istekleri birey kendine yakıştıramaz; bunların etkisinde olduğu halde, onları tanımamaya, hatta bazen bile bile inkâr etmeye çalışır. Buna “supresyon” denir. Birey bazen bunları tamamıyla baskı altına almakta başarı gösterir. Buna bastırma, “represyon” denir. Böylece, duygu ve güdüler bazen yarı bilinçli, bazen de tamamıyla bilinçsiz hale girer. Supresyon ve represyon arasındaki fark birincisinde bir yaşantının bilinçli olarak örtbas edilmesi, ikincisinde ise tamamıyla bilinçsiz olarak baskı altına alınması, inkâr edilmesidir.” (Baymur, 1972: 100).

Buradan anlaşılmaktadır ki; günlük yaşamda bastırdığımız, görmezden geldiğimiz hatta inkar ettiğimiz birçok olay ve olgu geceleri rüyalarımızda bastırma savunma mekanizmasının devreye girmesiyle görülmektedir. Bu nedenle özellikle terapistler, terapi sırasında hastalarının rüyalarını anlamaya çalışarak aslında neden kaçtıklarını psikolojik ifadeyle neleri bastırmaya çalıştıklarını kolayca anlayabilirler.

3.2.2. Yadsıma ve Düşleme: “Tüm ilkel savunma mekanizmaları çevredeki tehlikelerin varlığını yadsıma (denial) amacı güderler. Eğer kişi tehlikeyle baş edemez ya da ondan kaçınmazsa, kullanılabilir tek yol, bu tehlikeyi yokumsamak olur. Anna Freud, iki tür yadsımadan söz etmiştir. Birincisi düş içinde yadsımadır. İkincisi ise, söz ve davranışlarda yadsımadır. Yadsıma mekanizması can sıkıcı nitelikli içsel duyguların algılanmasına karşı kullanılır. İnsanları ne denli sevdiğinden sık sık söz eden biri, gerçekte içsel düşmanlık duygularını görmezlikten gelen çabası içinde olabilir. Çocuklarda çok sık rastlanan düş içinde yadsıma, normal yetişkinler tarafından da arada bir kullanılır. Kişi can sıkıcı gerçeği bilmekle birlikte bunu yadsıyıcı düşleri de sürdürür. Düş içinde yadsıma, nevrotiklerin tümünde görülür. Bazı insanlar, yaşadıkları sıkıntılı durumlarda, her işleri yolunda gidiyormuşçasına davranarak kendilerine ve çevrelerine karşı mutsuzluklarını kabul etmezler.” (Geçtan, 1990: 46, 47).

Buradan anlaşılmaktadır ki aslında birçok insan yadsıdığı, yok saydığı olayları ve olguları rüyalarında yaşamaktadırlar. Hatta bunun en sık örneği çocuklarda görülebilmektedir. Bu savunma mekanizmasının normalden fazla kullanılması nevrotikliğin doğmasına yol açmaktadır.

3.2.3. Hayal Kurma Yoluyla Avunma: “İnsan, arzu ve emellerini gerçekleştirmediği, iç ve dış nedenlerle ihtiyaç ve güduları doyumsuz kaldığı zaman, hayal kurarak doyum sağlama yoluna sapar. Günlük hayatta tatminsiz kalan istekler, rüya veya hayal aleminde gerçekleşebilir. Fakir, zengin; çirkin, güzel; başarısız, başarılı olabilir. Başarısızlıklar karşısında kalan birçok kişi, böylece mücadeleden kaçıp hayallerle avunurlar. Televizyon seyretmek, kitap okumak, sinemaya, tiyatroya gitmek de aynı çeşit savunma yollarıdır. Bu gibi sanat eserlerini izlerken, insan kendini bu eserlerin kahramanları yerine koyar ve hayatta yapamadığı birçok şeyleri bu kahramanların yapabilmesi ona ikinci elden doyum sağlar. Bu hayali işleyen eylemler, ölçülü ve ılımlı olursa bireyi hem kısmen teselli etmesi bakımından hem de temel ihtiyaçlarını giderebileceği yeni yollar telkin etmesi bakımından yararlı olur. Ancak hayal kurmada çok aşırıya gidilecek olunursa; birey, gerçek yaşamı dikkate almadan sadece hayal kurarak kendine doyum sağlama yoluna

saparsa, onun kendisini hayal aleminde kaybetmesi olanağı ortaya çıkar.” (Baymur, 1972: 100)

3.3. RÜYALARIN İŞLEVİ VE ÖNEMİ

Rüyalar, bazı kaygıları ve geleceğe yönelik arzuları dile getirebildiği gibi, rüyayı gören kişinin içinde bulunduğu durumu da yansıtabilmektedir. Bu çerçevede rüyalar; yaratıcı, yol gösterici, uyarıcı hatta parapsikolojik içerikli olabilir. J. Taylor, rüyanın işlevini şu şekilde özetler: (Aktaran: Merter, 2008: 314, 315).

“Bütün rüyalar ruh sağlığını ve bütünlüğünü oluşturmak için gelir. Hiçbir rüya zaten bilinenleri kişiye göstermek için gelmez, içeriğinde hep yeni mesajlar vardır. Bunun anlamını sadece rüyayı gören kişi yakalayabilir. Terapist bu süreçte, rüyayı gören kişinin yanında bir rehber ve ayna rolünü oynar. Tüm rüyalarda benzetme ve sembollerden oluşan evrensel bir dil söz konusudur.”

Uyku ve rüyaların birçok işlevi olduğunu gösteren bilimsel çalışmaların sayısı giderek artmaktadır. Bu işlevlerden birisi öğrenme ve hafıza ile ilgilidir. Özellikle rüyalar ve *REM* uykusu sırasında, yeni öğrenilen bilgilerin eskiden var olanlarla birleştirilmesi ve depolanması sağlanır. Yeni öğrenilen bilgilerin depolara yerleştirilmesi *REM* uykusu sırasında olur. Yapılan çalışmalarda gece yeni bilgilerin öğrenilmesinden sonra *REM* uykusunun süre ve yoğunluğunun arttığı görülmüştür. Örneğin yeni bir dil öğrenmeye başladıktan, dil kursuna gittikten sonraki günlerin gecelerinde *REM* uykusunun arttığı bilinmektedir. Yine Kur'an ezberleyen hafızların gece uyku sırasında, rüyada ezberlerini tekrarladıkları bilinir. Öğrenme deneyleri insanda iki türlü öğrenmenin olduğunu ortaya koymuştur. *Explicit* (kesin ve doğrudan) ve *implicit* (ima yoluyla ve dolaylı). Bunlardan ilki bilgilerin birebir öğrenilmesini ifade eder. Okulda bilgilerin öğrenilmesi ya da deneme yanılma yoluyla öğrenme bu türdür. Başka bir deyişle bu tür öğrenme bilinçli öğrenmedir. İkincisinde ise bilinçli bir öğrenme yoktur. Öğrenilenler fark edilmeden öğrenilir. Bu tür öğrenme daha çok uyku ve rüyalarda olur. Hafıza yeteneklerinin çoğu bu tür öğrenmeye dayanır. Bu durum bebeklerde neden uyku süresinin ve *REM* uykusu yoğunluğunun fazla olduğunu ve yaşlılarda hafızanın azalmasıyla birlikte neden uyku süresinin ve *REM* uykusunun azaldığını açıklar. Uyku ve rüyaların bir diğer işlevi insanın duygularının ve mizacının düzenlenmesidir. Rüyalar ve *REM* uykusu

bozuk olan duygu durumunu düzenlemede birincil derecede rol oynar. Depresyonlu hastalarda *REM* uykusunun süre ve yoğunluğunun artması ve daha çok gecenin ilk saatlerine doğru kayması bu anlamda bir telafi etme düzeneğini temsil eder. Çoğu insan, sıkıntılı ve çökkün bir duygu durumunda iken uyuduğunda hoş ve tatlı bir rüyanın ardından kendini dinlenmiş, oldukça rahatlamış ve özgüveni artmış olarak kalkar. Rüyalara atfedilen bir diğer işlev, sorun çözmedir. Rüyalar yoluyla günlük yaşamda bilinçli olarak halledilemeyen birçok sorun uyku sırasında çözümlenebilir. Örneğin kişiler arası çatışmalar ya da sorunlar rüyalar yoluyla çözümlenebilmekte ve hatta bu işlevine binaen rüyalar psikoterapide kullanılmaktadır. (Güven ve Belbağı, 2006: 51- 53).

Gestalt Terapisi rüyaların işlevini, daha çok çocuklar üzerinden açıklama yoluna gitmiştir. Bu anlamda Gestalt Terapisi'ne göre rüyaların işlevi şu şekildedir: "Gestalt psikologları rüyaları görmedeki amacın sonuçlanmamış bir işin psikik gerilim yarattığını, bu gerilimin de insanı bu durumdan kurtulmaya doğru uyardığını ileri sürerler. Çocukların rüyalarının bitmemiş, yarım kalmış eylemleri etrafında döndüğünü ortaya çıkarmışlardır." (Baymur, 1972: 218).

Adler'e göre düşlerin asıl amacı, yaşam üslubunu mantığın beklenti ve zorluklarına karşı korumaktır. Mantığın yasalarına uygun olarak çözemediği bir sorun karşısında bulunan kişi, düşlerinin ruhunda uyandırdığı duygulara başvurarak kendini güçlendirebilir. Düşlerimizde kendi kendimizi aldatırız. Her düş bir kendini zehirleme, bir kendini uyutmadır. Tek amacı varsa, karşılaştığımız bir sorunu göğüslemeye hazır olacağımız havayı içimizde yaratmaktır. (Adler, 2003: 102- 105).

Jung'ta ise rüyaların işlevi dört kısımda incelenmiştir. Bunlar; rüyaların ödünleyici işlevi, tanıtıcı işlevi, indirgeyici işlevi ve tepkisel işlevidir. Bunlara detaylı bir şekilde bakılacak olunursa şu sonuçlar ortaya çıkmaktadır:

"Rüyaların işlevi, çoğunlukla hastaların durumunu düzenlemekle ilgilidir. Bu anlamda tedavi olan hastaların düşleri, doktorlarına tedavi sürecinde etkisi yadsınamayacak anlamda yol gösterirler. Bütün düşlerin bilinç verileriyle aralarında bütünleyici bir ilinti bulunur ancak ödünleyici işlevi olan rüyalardaki olguların açıkça belirmesi zordur. Ödünleme ya da telafi, engellenen ve doyurulamayan dilek, istek ve davranışların yarattığı tedirginliği, onların yerine geçebilecek başka dilek, istek ve davranışlarla gidermektir. Bu uyum mekanizması, üstün olma ve beğenilme

ihtiyacının herhangi bir şekilde engellenmesi sonunda ortaya çıkar.” (Baymur, 1972: 102).

Jung’a göre düşlerin ödünleyici işlevi dışında tam tersine bir işleve sahip olan tanıtıcı işlevi de vardır. “Varlığını bilinçaltında sürdürerek bilinç etkinliğinin bir üretimi biçiminde ortaya çıkar; hazırlayıcı bir taslak, ayrıntılı bir çizim, uygulanır bir plan tasarısını akla getirir. Simgesel içeriği olanak buldukça, bir iç çatışma çözümünü kapsar.” (Jung, 2001b: 175).

“Bilinç durumları dış çevreye uyum sağlamış kişilerde ise düşün bir farklı işlevi görülmektedir. Bu işlev indirgeyici işlevdir. Buna göre; kişisel karakterlerle uyum kötüdür. Bunlar, bilinç durumları ve uyum sağlama güçleri bireysel kaynakları aşan kimselerdir. Bu kişiler, örneğin, ortak bir ereğin, ortak bir çıkarın ya da toplumun kör desteğinin etkisiyle, doğanın kendilerine tanıdığından çok daha üst bir düzeye ulaşmış görünürler. İç durumları ise dış görünüşlerinin ulaştığı yükseklikte değildir, bu nedenle de bu tür olgularda bilinçaltı indirgen bir işlev görür. İndirgeyici işleve sahip düşler; bozucu, parçalayıcı, değer düşürücü hatta yok edici özelliğe sahiptir.” (Jung, 2001b: 177).

Bilinçli yaşamın oldukça coşkulu bir olayını yansıtan işlevselliğe ise tepkisel işlev denilmektedir. Bu işlev sayesinde düşlerde derin olaylar bir anda ortaya çıkar. Yaşanmış önemli olayların, beklenenlerin dışında, öznenin dikkatinden kaçan ve düşsel bir türetime katılan açıklayıcı ve simgesel bir yanı vardır. Bazen de sinir sisteminin bir doku bozukluğuyla nitelenen bir ruhsal yaralanma yaratmış olan kimi nesnel olayların yer aldığı düşlerdir. (Jung, 2001b: 179, 180).

Burada verilen bilgilerden sonuç olarak şunlar çıkmaktadır: Öncelikli olarak rüyalar, biz insanlar için çok önemli bir fenomendir. Rüyalar, hayatımızda yeri doldurulamayacak nitelikte bir tecrübeyi temsil eder. Rüya görmediğini iddia eden insanlar bile aslında her gece bu gizemli tecrübeyi yaşamaktadırlar. Ancak gördükleri rüyaları hatırlamadıkları için rüya görmediklerini söylemektedirler. Doğumdan ölüme kadar tüm insanlık rüya tecrübelerini milyonlarca kez deneyimlemektedir. Bu deneyim sayesinde insanlar, birçok bilgi edinmektedirler. Bu nedenle bebekler yetişkin insanlara göre daha fazla uyku ihtiyacı duymaktadırlar. Çünkü bebekler aslında uyurken öğrenme yaşantılarını sürdürmektedirler. Aynı şekilde araştırma yapan, yoğun akademik çalışmalarda bulunan ya da hafızlık gibi zorlu bir süreçte bulunan

insanlarda da rüyaların vuku bulduğu *REM* uykusunun, yoğun olarak yaşandığı ortaya çıkmıştır. Bunun dışında bence rüyaların en önemli işlevi insanların ruh hallerini ortaya koymaları ve ruhsal yaşantılarının derinliklerindeki muhtevaların rüyalarda ortaya çıkıp, rüya sahibine gerekli mesajı vermeleridir. Bu anlamda ileride yaşanacak kötü ya da sevinçli bir olayın daha öncesinde rüyalarda görülmesi, rüya gören kişinin yaşayacağı felakete ya da mutlu olaya hazırlanmasını sağlamasında diğer bir deyişle ruhsal olarak hazırlıklı olmasında çok önemli bir rol oynamaktadır. Rüyaların bu fonksiyonu sayesinde birey psikolojik olarak yaşadığı olayı rahatlıkla hazmetmiş olmakta ve ruhsal dengesini kolaylıkla sağlamış olmaktadır. Ayrıca psikolojik rahatsızlığı olan bireylerde, rüyaların anlamlandırılması sayesinde tedavide büyük bir ilerleme kaydedilmesi rüyaların ne denli önemli fonksiyonlara sahip olduğunun bir başka göstergesidir. Birçok rahatsızlığın nedenleri iyi bir rüya analizinin ardından ortaya çıkmakta ve tedavi için gerekenlerin yapılmasına rüya bu fonksiyonuyla katkı sağlamaktadır. Bu nedenle aslında rüyalar uyku ile uyanıklık yaşamı arasında bir köprü vazifesi görmekte ve duyularımız yoluyla hissedemeyeceğimiz ve bilemeyeceğimiz birçok mesajı bizlere iletmektedir.

DÖRDÜNCÜ BÖLÜM

DOĞU VE BATI DÜŞÜNCESİNDE RÜYA

Rüyanın kavramsal çerçevesi çizilip, rüya ile ilgili gereken psikolojik alt yapı oluşturulduktan sonra çalışmanın bu bölümünde Doğu ve Batı'daki önemli bilim insanlarının rüya hakkındaki görüşlerine ve çalışmalarına yer verilecektir. Bu bölüm çalışmamızın en önemli bölümüdür. Bilinmektedir ki rüyanın tarihçesi çok eskilere dayanmaktadır. Bu nedenle hemen hemen tüm bilim dalları rüyalarla ilgilenmişlerdir. Biz de başta Doğu düşünürlerinin, rüyalarla ilgili neler düşündüklerini ve neler çalıştıklarını incelemekle bu bölüme başlayacağız. Bu Doğu düşünürleri aslında; psikoloji, felsefe, tarih ve tasavvuf ile ilgili çalışmaları olmalarına ve bu alanlar üzerine incelemelerde bulunmalarına rağmen bir şekilde yolları rüyadan geçmiştir. Ayrıca sadece Doğu düşüncesi değil, Batı'daki rüya çalışmalarına da, önemli ve buldukları ekollerin kurucuları olan çeşitli psikologların düşünceleri ve rüyalarla ilgili yazmış oldukları kitapları çerçevesinde inceleme yapılacaktır.

4.1. DOĞU DÜŞÜNCESİNDE RÜYA

Çalışmanın bu kısmında Doğu'da temel kabul edilen, araştırmalarıyla ve çalışmalarıyla Doğu kültürüne önemli bir miras bırakan başta psikoloji olmak üzere felsefe ve tasavvuf bilim dallarıyla ilgilenen ve bu bilim dallarında köklü bir yere sahip olan İbn Rüşd, Farabi, İbn Haldun, Gazali ve İbn Arabi'nin görüşleri çerçevesinde rüya konusu incelenecektir.

Rüya konusunda Doğu ve Batı bilginleri arasında zaman zaman farklı yaklaşımlar sergilenmiş; Batı bilginleri genelde rüyayı insanın günlük yaşantısı sonucu gördüğü şey olarak yorumlarken, Doğu bilginleri bu görüşe katılmakla birlikte, onlar rüyayı, Allah'tan gelen ilahi bir mesaj olarak da görmüşlerdir. (Güven ve Belbağı, 2006: 19).

4.1.1. İbn Rüşd ve Rüya

“İbn Rüşd canlıda bulunan güçleri iki kısma ayırmaktadır. Birinci kısmı oluşturan yetiler kendisinde bir nefis bulunması sebebiyle bedene atfedilen güçlerden oluşmaktadır. Nitekim beslenme, duyuvar, *cüz'î idrâk* güçleri birinci kısma örnektir. İkinci kısmı ise; uyku- uyanıklık, gençlik- yaşlılık, ölüm-hayat, sıhhat- hastalık,

rüyalar ve ömrün uzunluğu- kısalığı gibi bir bedende bulunması sebebiyle nefse atfedilen güçler oluşturmaktadır. İbn Rüşd ikinci kısımdaki güçlerin hepsinin canlılığın var olabilmesi için zorunlu olduğunu söylemektedir. İbn Rüşd, Ortaçağ felsefe ve nefis teorisi çerçevesinde, insanın hem nefsinin hem de bedenini ilgilendiren uyku ve uyanıklığı psikoloji biliminin altında incelemiştir. Uyku ve uyanıklık kavramlarının tanımlanmasında, fizikteki hareketi açıklamak için kullanılan *bilkuvve* ve *bilfiil* kavramlarından faydalanmıştır. İbn Rüşd uykuyu; *bilkuvve* hissetme olarak tanımlar ve uyuyan kişinin yeme, içme, görme ve kendi yapısına has olan tüm duyu fiillerine *bilkuvve* sahip olduğunu söyler. Bir kişinin kendisini uykuda yemek yerken veya beş duyusunu kullanırken görebilmesi bunun en güzel örneğidir. Uyanıklık ise uykunun zıttı olarak tanımlanmıştır ve *bilfiil* duyu olarak açıklanmıştır. *Bilkuvve* olmak, *bilfiil* var oluşun ortadan kalkması olduğundan, uyku uyanıklığın yok olmasıdır. İbn Rüşd uykunun mahiyetini ise, ortak duyunun dış duyu organlarından ayrılarak bedenin içine çekilmesidir şeklinde açıklamıştır. Uyanıklık ise ortak duyunun, duyu organlarına doğru olan hareketidir. Bundan dolayı uyku hareketin sükûna ermesi, kesilmesi olarak tanımlanırken uyanıklık ise hareketin sürekliliği olarak tanımlanmıştır.” (Arkman, 2006: 215- 218). “İbn Rüşd, uyku sırasında; ortak duyunun, beş duyu organını kullanmadan da fonksiyonelliğine devam edeceği görüşündedir.” (S. Yılmaz, 2007: 205).

“İbn Rüşd’e göre rüya; gelecekte vuku bulacak bir olay hakkında kendisini uyaran bir rüya görmemiş hiçbir insan yoktur. Nitekim insanlar rüyanın sebebini meleklerle, kehanetin sebebini cinlere ve vahyin sebebini de vasıtalı veya özel bir vasıta ile olsun Allah’a atfederler. Endülüslü filozof rüyayı sadık ve yalan rüyalar olmak üzere ikiye ayırmıştır. İbn Rüşd araştırmalarını birtakım sorular çerçevesinde devam ettirmiştir. Bu sorular şunlardır: (Arkman, 2006: 239- 258).

- Bu iki tür rüya nefsin hangi parçasına nispet edilebilir?
- Sadık ve yalan rüyaların fail sebebi nedir?
- Sadık rüyalar niçin oluşur?
- Nasıl oluşurlar?
- Kaç sınıftırlar?
- Hangi tür bilgi rüyalarda oluşur?
- Niçin özellikle uyku zamanına mahsusturlar?

- Bazı insanlar rüya konusunda niçin üstündürler bazıları niçin yalan rüya görmekte bazıları niçin sadık rüya görmektedirler?
- Bazı insanlar rüya tabirinde iyi olmalarına rağmen bazıları niçin iyi değildir?”

“İbn Rüşd’e göre uyuyan kişi o anda dış dünyada duyu objesi olmamasına rağmen görüyormuş, işitiyormuş, kokluyormuş, tadıyormuş veya dokunuyormuş gibi hissedebildiğine göre uykudaki bu hareket uyanıklıktaki hareketin bittiği yerde başlıyor olmalıdır. Uykudaki bu hareket; uykuda ve uyanıklıkta devamlı aktif olan *mütehayyile* gücünde başlıyor olmalıdır. İbn Rüşd rüyanın oluşumunu hafızanın hayal gücüne bağlamaktadır. Ona göre rüyaların amacı; insanın olacaklara kendini daha çabuk alıştırması ve hayatında gelecekte olacak şeylerle karşılaştığında şoka girmemesidir. Bu amaçla rüyalarda kişi kendisiyle ilgili iyi ya da kötü şeyler gördüğünde bir nebze de olsa olacaklar karşısında tedarikli davranmış olacaktır. Nitekim buna örnek olarak Kralın gördüğü ve Yusuf (a.s.)’a yorumlattığı rüya buna örnektir. Kralın gördüğü rüya Kur’an-ı Kerim’de şöyle anlatılmaktadır: Kral bir gece rüyasında yedi arık ineğin yedi semiz ineği yediğini ve yedi yeşil başak ile kuru başak gördüğünü söyledi. Hz. Yusuf bu rüyayı, yedi yıl bolluk ve bereket olacak ardından yedi yıl da kuraklık olacak şeklinde yorumladı ve yorumladığı gibi de ilk yedi yıl bolluk ve bereket daha sonraki yedi yıl ise kuraklık görülmüştür. Bolluk ve bereket zamanı yapılan yiyecek stoklarıyla kuraklık döneminde sıkıntı çekilmemiştir. (Yusuf, 12/ 43- 50). Rüya tabircisi ise yapısı bakımından rüyada olan benzer sûretleri ve sembolleri anlamada kabiliyetli olan bir kişidir. Rüya tabircilerinin tüm toplumlar için ortak olan sembolleri bilmesi yanında bulunduğu topluma has olan sembolleri de bilmek zorundadır. İbn Rüşd’ün iyi bir rüya tabircisinde olması gereken özellikleri sosyolojik açıdan önemlidir çünkü ona göre iyi bir tabirci, kendisini düşünmeye ve araştırmaya vermeli, bedenini temizliğe alıştırmalı ayrıca behimi huylara meyletmeksizin iffetli ve ruhani olmalıdır. Bir kişinin görmüş olduğu bir rüyanın anlamını bazen bir başka rüyasında öğrenmesi mümkün olmaktadır. Bazı insanlar hayal güçlerinin üstünlüğünden dolayı daha fazla rüya görmektedirler. Bu insanlar melankolik bir yapıya sahip olmalarından dolayı daha sık rüya görürler. Ayrıca İbn Rüşd rüyalara çeşitli sınırlılıklar getirmiştir. Bu sınırlılıklar zaman dilimi ve rüyaların konularıyla bağlantılıdır. Zaman dilimi ile ilgili sadece gelecek zamana ait bilgilerin

değil geçmiş ve şimdiki zamanla ilgili olay ve bilgilerin de rüyalarda görülebileceğini vurgulamıştır. Ona göre konu bakımından ameli sanatlar ve cüzi pratik güçlerin bilgisinin rüyalarda elde edilebileceğini fakat nazari yani teorik bilimlere ise rüyalarda ulaşmanın zor olduğunu ve uzak olduğunu bildirir. İbn Rüşd yalancı rüyaların iki sebeple görüldüğünü belirtir. Birincisi bu rüyalar, dış dünyadaki duyu objelerinin, ortak duyuda bıraktıkları izlerden dolayı hayal gücünün etkisiyle oluşmaktadır. İkinci sebep ise bu tür rüyalar nefsin isteklerinin doyurulmamış olmasından kaynaklanır. Örneğin susamış insanın rüyasında kendisini su içerken görmesi gibi. İbn Rüşd'ün rüya ile ilgili bu açıklamaları onun duyu ve akıl dışında başka bir bilgi kaynağını da kabul ettiğinin göstergesidir.” (Arkman, 2006: 239-258).

4.1.2. Farabi ve Rüya

Farabi, insanın psikolojik yapısından bahsederken çeşitli yapıları kuvvet olarak isimlendirmiştir. Ona göre; hafıza, algılama, hayal, rüya süreçleri “*Muhayyile Kuvvetin*” içinde; zeka, yetenek ve düşünme de “*Nâtık Kuvvetin*” içinde bulunmaktadır. Bu iki kuvvet birbiriyle etkileşim içindedir ve her ikisi de beynin fonksiyonlarında yer alır. Burada bu kuvvetlere girilmeyecek yalnızca çalışma konusu itibariyle *muhayyile kuvvetinden* bahsedilecektir. *Muhayyile*; hayal gücü, tasarlayabilme anlamlarına gelmektedir. Farabi, rüyaları *muhayyile kuvvetinin* bir fonksiyonu olarak ele almıştır. *Muhayyile kuvveti* uykudayken faaliyette olduğu zamanlarda rüyalar oluşmaktadır. Örneğin, uyku sırasında beden herhangi bir dış etkene maruz kalırsa; *muhayyile kuvveti* de bundan etkilenir ve insandaki taklit kuvveti devreye girer böylece ya bedeni etkileyen şeyin aynısı veya ona benzeyen imajlar şeklinde taklit edilebilir. Böylece bedenin maruz bırakıldığı etkenin aynısı veya benzeri rüyada görülmektedir. Mesela, nem ile ilgili bir etki su görülmesine veya havuz gibi bir imajın ortaya çıkmasına neden olmaktadır. Farabi, rüyaları da çeşitlemiştir. Bunlar “adi ve sadık rüyalar” olarak adlandırılmıştır. Adi rüyalar; Jung'un bilincin alışılmış verilerine ters düşen ruhsal oluşum dediği ve genel psikolojide iç yaşantı olduğu belirtilen rüyalarlardır. Bu rüyalar Farabi'de alegorik mahiyette, kapalı, ters manalarla benzetme ve bilmecelerle ifade edilmektedir. Farabi'nin faal akla bağlı olarak ortaya çıktığını ifade ettiği sadık rüyalar konusunda

söyledikleri ise modern psikolojinin dışındadır. Buradaki açıklamaları metafizik alandadır. (Köktürk, 1997: 58- 69).

“O’na göre rüyalar; uyanırken duyma, düşünme ve irade güçlerinin etkisinde kalan hayal gücünün uykuda bu etkiden kurtularak faaliyet göstermesiyle ortaya çıkar.” (Peker, 2003: 40). “Her rüya *muhayyilenin* taklit fiilinin bir ürünüdür. Tahayyül, zamanın üç boyutuna da yönelebilir ve onların her biri ile ilgili olarak çeşitli tasarımlarda bulunabilir. Rüyalar bazen birtakım arzuların gerçekleşmesini yahut bir korkudan sakınmayı temsil ederler. Yine Farabi’ye göre, hayal gücünün uykuda ya da uyanırken faal akılla birleşebilecek bir güç seviyesine ulaşması durumunda sadık rüya ve vahiy olayı gerçekleşmektedir.” (İmamoğlu, 2004: 17, 18).

“İslam filozofları, rüyayı ayrıca dini bir içerikle peygamberlik noktasında da inceleyip yorumladıkları için birtakım fikirler ortaya koymuşlardır. Farabi, uyanırken hayal yetisi güçlü olduğunu söylediği peygamberler arasında, hayal yetilerinin kapasitesine bağlı olarak bir derecelendirme yapar. Ona göre hayal yetisi çok güçlü olan peygamberler, hakikatin suretini doğrudan kavrarlar; biraz güçlü olanlar ise simgelerle alırlar. Farabi’ye göre birinciler yoruma gereksinim duymazken ikinciler yoruma gereksinim duyarlar. Dolayısıyla hakikati doğrudan ortaya koyan peygamberler diğerlerinden daha üstündür.” (H. Aydın, 2007: 175).

Farabi’ye göre rüya ve vahiy olayı, aynı psikolojik mekanizma ya da süreç içerisinde oluşur. Peygamberin yaşadığı vahiy tecrübesini anlamak için rüya olayı bir anahtar görevi yapar. Nitekim her iki olay da hayal gücü vasıtasıyla gerçekleşir. Hayal gücü, duyum ve düşünme gücünün ara yerinde bulunan ve normal uyanık şuur durumunda her ikisinin faaliyetinden de etkilenen arzu etme gücünü harekete geçiren bir orta güçtür. Uyku anında olduğu gibi, şuurlu faaliyet geçici olarak durduğu zaman hayal gücü tam serbestliğe kavuşur ve diğer güçlerle olan ilişkisini koparır. Bu durumda, bağımsız olarak faaliyete geçer ve kendi hafızasında kayıtlı bulunan izlerle meşgul olur. Daha önce şuuru işgal etmiş bütün duyular, kavramlar, istek ve heyecanlar onun çalışma alanını meydana getirir. Hayal gücü, duyulur nesnelerin resimlerini saklama, bunları birleştirme ve ayırma, benzetme ve taklit etme suretiyle yeni hayaller geliştirir veya zihinde saklanmış olan tasavvurlardan yeni şekiller oluşturur. Bunu yaparken, etkilendiği şeyi ya olduğu gibi, kendisine arz edildiği şekilde kabul ederek yapar ya da onu kendi türünden kalıbı içerisinde ifade eder.

Böylece rüyalar, saklanmış hatıraların, tatmin arayan ya da tatminsiz kalmış arzuların, insandaki mizaç ve eğilimlerin, çeşitli bedeni- ruhi hallerin bir ifadesi olarak gerçekleşir. Bundan dolayı ruh halimizin sakin olduğu zamanlar rüyada su görür ya da yüzeriz. Rüyalar bazen birtakım arzuların gerçekleşmesini yahut bir korkudan sakınmayı temsil ederler. Uyuyan bir kişi belli heyecanlara tepki göstererek, yatakta sağa- sola döner, yatağını terk eder veya bilmediği bir kimseyle dövüşür veya onu kovar. Hayal gücü, düşünceye konu olan ruhani, duyular dışı soyut gerçekleri de, kendi türünden duyulur şeylerin en üstün ve mükemmeli olan güzel şeylerle ifade eder. Bu arada hayal gücü, *Faal Akilla* da irtibat kurabilir ve onun kendi üzerine taşan gücü sayesinde, şuurun aracılığına ihtiyaç duymadan bazı tasavvurlar oluşturabilir. *Faal Aklın* hayal gücüne sunduğu cüz'iyât türünden bilgiler, adi veya sadık rüyalarla kendisini ifade eder. Bunların bir kısmı bugüne, bir kısmı ise geleceğe aittir. Hayal gücü, *Faal Aklın* ilham ettiği şeyleri rüyalarla taklit edebildiği gibi, ilahi şeylerle ilgili kehanetler şeklinde de ifade edebilir. (Hökelekli, 2003: 32-34).

4.1.3. İbn Haldun ve Rüya

“Rüya ruhani bir şey olup, uykuda iken insani olan ruhun, mana alemine dalması sonucunda, gaipten kendisine akseden varlıkların şekil ve suretini bir anda görmesinden ibarettir. Çünkü kişi uyku halinde iken ruh, ten ve maddi şeylerle olan ilişkisini kestiği için, diğer ruhani varlıklar gibi o da gaybi aleme yöneldiğinde melekleri ve diğer latif cisimleri müşahede eder.” (Merter, 2008: 324, 325). “İbn Haldun’a göre; latif bir buhardan ibaret olan ruh, gece serinliğinin etkisiyle beden derinliklerine çekilir, duyular dinlenir, böylece ruh bedensel çıkarlar ve maddi düşüncelerden kurtulur. Böylece rüya oluşur.” (Schimmel, 2005: 36).

İslam filozoflarının önemli bir bölümü, Yeni Platoncu öncüleri gibi rüyaları; insan nefsi ve etkin akılla ilişkilendirmekte ve onların geleceğe ilişkin işaretler içerdiğini düşünmektedirler. Rüya, nefsin gaybden kendisine akseden varlıkların şekil ve suretlerini bir anda görmesinden ibarettir. Çünkü kişi, uyku halinde ten ve maddi şeylerle olan ilişkisini kestiği, diğer ruhani varlıklar gibi o da ruhani bir varlığa büründüğü için gaybi aleme yöneldiğinde melekleri ve diğer latif cisimleri müşahede eder. Kişi bu ruhani haletinde, vukua gelecek olan haller hakkında

edinmek istediği bilgileri elde eder. Uykudayken nefsin, zahiri duyulardan olduğu gibi, batini duyularla çekişmekten ve meşgul olmaktan sıyrılarak, bir anda kendisinin ruhani olan zatını dahi manevi bir idrakle anlamaya muvaffak olur ve gaipten kendisinin zatına akseden ve gaipten gelen bilgilere vukuf kesbeder. Bundan sonra, insani nefis vasıtasız olarak telakki ettiği bu gaybi olan bilgileri hayal yetisine sunar. Hayal yetisi ise bu manaları ya olduğu gibi hakikati üzere kabul eder ya da bu manaları birbirine benzeyen kalıplara sokar. İbn Haldun, hayal yetisiyle ilişkilendirdiği rüyayı, insan sınıflamasına uygun olarak derecelendirir. Ona göre insanlar üç gruptur. İlk grup, tabiatı itibariyle ruhani alemi idrakten uzak olan sıradan insanlardır. Onların nefsi aşağı evrene dönüktür ve duyu ve hayal ile idrak ederler. İkinci grup velilerdir ve nefsleri yüksek evrene dönüktür. Bu grup ilk grubun duyu ve hayal ile bildiklerine ek olarak Tanrısal olan bilgileri de elde ederler. Üçüncü grupsa peygamberlerdir. Onların insanlar arasında yaşamaları ve ahaliye karışıp iş görüşmeleri Tanrı ve meleklerle olan münasebetlerine engel değildir. Bunlar riyazet gibi dış sebep ve vasıtalara muhtaç olmadan beşeri olan nefislerin kendiliklerinden Tanrısal olan meleklik makamına çıkarak bir anda yüce evrene ulaşırlar. İbn Haldun insan yeteneklerini dikkate alarak oluşturduğu insan hiyerarşisine koşut olarak; tanrısal, meleksel ve şeytansal olarak üç tür rüyadan söz eder. Tanrısal rüyalar peygamberlere, meleksel rüyalar velilere ve şeytansal rüyalar insanlara aittir. Tanrı'dan olan rüyanın apaçık olduğunu ve yoruma gerek olmadığını, melekten olanın her ne kadar doğru bir düşünüş ise de yoruma gerek olduğunu, şeytandan olanınsa karışık ve geçersiz olduğunu ileri sürer. (H. Aydın, 2007: 173- 176). “İbn Haldun’a göre tüm peygamberler, peygamberlik görevlerine rüya ile başlamışlardır.” (Aydın, 1997: 270).

İbn Haldun, Mukaddimesi’nde rüya ve yorumu ile ilgili şunları söylemektedir: “Rüya, uykuda iken nefsin *Zâhirî* duygulardan olduğu gibi, *Bâtînî* kuvvetlerle çekişmekten ve meşgul olmaktan sıyrılarak, bir anda kendisinin rûhânî olan zâtını, manevi bir idrakle anlaması ve gaybdan kendisinin zatına akseden bilgilere vukuf kesbetmesidir. İnsani ruh, vasıtasız olarak telakki ettiği gaybî bilgileri muhayyileye sunar, muhayyile ise bu manaları birbirine benzeyen kalıplara sokar. Bu manalar birbirine benzeyen kalıplara sokulduğu takdirde, yoruma muhtaç olur. *Nefs-i Nâtika* maddilikten sıyrılarak o anda gaybdan telakki ettiği manaları idrak etmeden önce,

zahiri duygular vasıtasıyla aldığı ve hafızasında sakladığı sûretleri tahlil ve terki ederse, rüya karışık olur.” (İbn Haldun, 2009: 295- 299).

4.1.4. Gazali ve Rüya

Gazali'nin “Kimya-yı Saadet” isimli eserinde sırf bir bölüm ölümlerle dirilerin rüya yoluyla görüşmesini anlatan hadisler ve ashabtan örneklerle işlenmiştir. Bunun dışında Kimya-yı Saadet'te kalbin acı hallerinde Gazali rüyaya şu şekilde değinmiştir: “Ona göre gönülden melekût alemine açık pencere olmasının delili ikidir. Bunlardan birincisi uyku alemidir. Uyku alanında duyular yolu kapanmış iken, kalbin içinden bir pencere açık olup melekût alemini ve *Levh-i Mahfuz*'u seyrederek. Hatta gelecek zamanda olacak işleri öğrenir, nasıl olacağına vakıf olur. Ya gayet açık yoldan görür, yani gördüğü gibi çıkar, yahut temsil ve hayal yolu ile görür ki tabire ihtiyaç olur. Zahir ilim, duyu organlarımızla hâsıl olan ilim (bilgi)dir. Bunun için insanların çoğu zannederler ki, uyanık olan kimsenin marifeti daha üstün, daha kuvvetlidir. Halbuki, uyanıklık halinde gaybı görmek mümkün olmaz, ancak uyku alanında duyuların tavassut ve müdahalesi olmaksızın olur. Kalp ve *Levh-i Mahfuz* birer ayna gibidirler. Bunlarda bütün eşyanın görüntüsü meydana gelir. Nasıl ki ayna karşı karşıya konulduğu zaman, birindeki görüntüler, diğerine aksediyorsa, kalp ve *Levh-i Mahfuz* da birbirine mukabil tutulduğu zaman, *Levh-i Mahfuz*'daki sûretler kalbe akseder. Ancak böyle olması için, kalbin dünya bağlarından kurtularak saf olması, hissedilenlerden boşalması ve böylece *Levh-i Mahfuz* ile münasebet kurması gerekir. Duyulanlar ile meşgul ve onlara bağlı olduğu müddetçe melekût alanında hissedilen varlıkların ilişkisinden kurtulunca, zatının cevherinde gizli olan melekût mütalaası açığa çıkar. Bu bağların kalkmasıyla uyku hisleriyle sükûn bulur. Ancak bu halde hayal durmayıp fikrî hareketi devam eder. Bundan dolayı uyku alanında olan kimse, her ne görürse, hayali temsiller şeklinde görür. Sarih ve açık görmez. Gördükleri kapalılık perdesinden kurtulmaz.” (İmam-ı Gazali, t.s.: 31, 32).

Gazali'ye göre rüya; sıradan insanların gaybten haber verme niteliğini de içeren, peygamberliği onaylamaları için, Tanrı tarafından kendilerine yerleştirilmiş bir numunedir. O şöyle demektedir:

“Tanrı, kullarına, peygamberliğin özelliklerinden bir numune vermekle lütufta bulunmuştur. Bu numune uykudur. Zira uyuyan kimse, rüya aracılığı ile gaybten

olacakları ya açıkça ya da yorumla (tabir) anlaşılacak bir şekilde algılar.” (H. Aydın, 2007: 168).

“Rüyanın en açık betimlemelerinden biri, Gazali’nin *Ihyâ-u Ulûmiddin* (Din İlimlerinin Yeniden Canlandırılması) isimli eserinde bulunmaktadır. Gazali, bu eserinde, üzerinde ezelden beri gerçekleşecek her olayın kayıtlı olduğu *Levh-i Mahfuz*’dan bahseder. Uyku demek, duyuların (dünyevi işler) karşısında dingin kalması ve bu şeyleri kalbe iletmemesi demektir. Kalp bu şeylerden ve fikirden (fikrin aynasından) bağımsız, kalbin özü saf olunca, kalple *Levh-i Mahfuz* arasındaki perde kalkar ve levhandaki bazı şeyler kalbe akseder. Uyku tek başına tüm duyuları iletemez hale getirirse de hayal gücünün harekete geçmesine engel olamaz. *Levh-i Mahfuz*’dan kalbe aksedenleri hayal gücü hemen alır ve onu bir misal ile hikaye eder. İnsan uyandığı zaman ancak hayalindeki şeyleri hatırlar. Rüyayı tabir eden kişinin, görülen şeylerle bu hayaller arasında bir münasebet kurması gereklidir. Gazali rüyaların simgesel anlamını bu şekilde açıklamaktadır. İnsanın korktuğu ve dehşet içinde uyandığı bir şey, yılan şeklinde görünmüş olabilir; bir hükümdar deniz ya da güneş olarak veziri ay olarak ortaya çıkar ve bu rüya resimlerinin ardında, duyularla algılanamayan başka bir dünyanın varlığı yer alır. Gazali; Allah’ı ve peygamberi rüyada görmenin mümkün olduğunu kabul eder, çünkü bu durumda onlar özleriyle, asıllarıyla değil, sözü edildiği gibi uygun suretlerle görünmüş olacaktırlar.” (Schimmel, 2005: 34, 35).

“Gazali’de uyku, duyuların durması ve kalbe uğramaması demektir. Ancak uyku, diğer duyulara mani olsa da hayalin harekete geçmesini engellemez. *Levh-i Mahfuz*’da yazılı olan mukadderattan kalbe aksedenleri hayal kuvveti hemen alır ve onu bir misal ile hikaye eder. Bu misalden hayalde kalanlar uyandığı zaman hatırlanabilir. Rüyayı tabir edenin, gördüğü şeylerle bu hayaller arasında bir ilişki kurması gerekir.” (İmamoğlu, 2004: 41).

“Gazali; rüyanın mahiyetini, mükâşefe ilminin inceliklerinden sayarak açıklanmasını, doğru bulmaz. Rüya, ölümün kardeşidir. Ölümle mâlum olacak şeylerin bir kısmı rüya ile mâlum hale gelebilir. Rüya genellikle Allah’tan, melekten ve şeytandan olmak üzere üç türdür. Allah’tan olan rüya açıktır ve yoruma ihtiyaç göstermez. İkincisi ise melekten olandır ve tâbire muhtaçtır. Şeytandan olan ise

“adgâsü ahlâm”dır. Bu yüzden de aslı ve kaynağı yoktur. Böyle rüyaları, yoruma da gerek yoktur.” (H. K. Yılmaz, 2002: 314).

“Gazali’de kalp, ilmin resimlerini kabul eden bir aynadır. Levh, ilim resimlerinin aynasıdır. Kalbin şehvetleri ve hassaların istekleriyle meşgul olması, kalp ile melekût aleminde olan levhin mütalaa edilmesi arasında gerilen bir perdedir. Gazali’nin bu söylediklerine bakılırsa, kalbin hassaların istekleriyle meşguliyetlerinden birinin de rüya olduğu anlaşılmaktadır. O’na göre; Salih, sadık kimselerin rüyaları doğru çıkar, yalan ve yanlış batmış kimselerin rüyaları doğru çıkmaz.” (Apaydın, 1997: 269).

Başka bir kaynakta ise Gazali; *rüyay-ı sâdıka* yoluyla gerçek bilginin elde edilebileceği görüşündedir. Gazali’ye göre rüya ikiye ayrılır; birincisi *rüyay-ı kâzibe*, yalancı rüyadır ki, günlük hayattaki gerçekleşmemiş arzu ve isteklerin, uykuda yeniden ortaya çıkması veya yaşanmış basit olayların tekrarıdır. Bu tür rüyanın insana vereceği hiçbir mesaj yoktur. İkincisi, gerçek rüya, *rüyay-ı sâdıkadır* ki, bu, insan ruhunun uykuda *Levh-i Mahfuz*’dan kalbe yansıttığı bilgilerdir. Bunlar insana bilgiler verir, ancak çoğu kez mesajlar sembollerle ifade edildiği için insan bunları açıkça anlayamaz, anlaşılmaları tabiri gerektirir. Bir de *yekazâ* vardır ki, insan uyanırken gördüğü rüyadır. Bu rüyada bilgiler, sembolsüz, açık ve seçik olarak insana Allah tarafından verilir. Bu daha çok peygamberlerin vahiy alması şekli olarak değerlendirilmiştir. Ancak, bazı insanlar da bu yolla bilgi elde edebilirler. (Bayrakdar, 2003: 216, 217).

4.1.5. İbn Arabi ve Rüya

İbn Arabi rüyayı şumüllü bir şekilde şöyle tarif eder: “Rüya Allah’ın melek vasıtası ile hakikat veya kinaye olarak, kulun şuurunda uyandırdığı enfüsi idrakler ve vicdani duygulardır. Yahut da şeytani telkinlerden, *rabt-ü yabis* karışık hayallerden ibarettir.” (Cücü, 1977: 97).

“İbn Arabi’ye göre rüya, manevi ve ruhi konuların başında gelir ve onun hayal anlayışıyla yakından ilgilidir. İbn Arabi’nin rüya teorisi; psikoloji, felsefe, metafizik ve tasavvufla ilgili unsurlar içerir. Uyku sırasında, şeylerin misal alemindeki suretleri muhayyileye yansır, tıpkı şeylerin aynaya yansması gibi. Rüya esnasında şeylerin suretleri ya olduğu gibi yansır, bu takdirde rüya olduğu gibi çıkar, yoruma ihtiyaç

göstermez, ya da değişik olarak yansır yoruma ihtiyaç duyar. İbn Arabi, iradesiz ve iradeli rüyalarından da söz eder. Mesela Hz. Yusuf'un gördüğü rüya, görmeyi istediği ve arzuladığı bir rüya değildi. Halbuki İbn Arabi dilediği zaman mürşitlerinin suretlerini gerek uyanık gerekse uykudayken gözünün önünde tahayyül ettirebiliyordu ve ettirebileceğini söylüyordu. Bu anlayış bütün tasavvuf erbabınca da kabul gören bir düşüncedir. Ona göre, insanın rüya suretiyle şeylerin misal alemindeki suretlerini (formlarını) kavraması ile ilham bir bakıma aynı şeydir. Biri uykuda, diğeri ise uyanık iken gerçekleşir." (Apaydın, 1997: 268, 269). "O'na göre rüya; Allah Teâlâ'nın melek vasıtasıyla hakikat veya kinaye olarak kulun şuurunda uyandırdığı enfüsi idrakler ve vicdani duygulardır. Yahut da şeytani telkinlerin etkisiyle ortaya çıkan karışık hayallerden ibarettir." (İmamoğlu, 2004: 29).

"İbn Arabi'ye göre varlığın beş mertebesi, aşağıdaki gibidir:

- *Zat Mertebesi* (gayb-ı mutlak/mutlak bilinmez)
- *Sıfatlar ve İsimler Mertebesi* (ulûhiyyet makamı, bu konumun bir başka ismi de "akıllar mertebesidir")
- *Ef'âl/aksiyon Mertebesi* (Rubûbiyyet/Rab olma makamı, bu konumun bir başka ismi de "Ruhlar mertebesidir")
- *Emsal ve Hayal Mertebesi* (âlem-i misâl)
- *Hisler ve Müşahede veya Şuhûd Mertebesi* (âlem-i şuhûd)

Bu sıralamadan yola çıkılırsa en alt "hisler aleminde" (normal güncel duyu ve duygular) bulunan her şey, bir üst mertebeye, yani hayal mertebesine göre ikincil bir zuhurat (çıkış) hükmündedir. Uyku halinde duyu kapıları kapandığında (âlem-i şuhûd terk edildiğinde) insan, misâl alemiyle zaman ve mekan ötesindeki temas haline geçer. Bu noktada rüya alemine geçiş yapılmaktadır." (Merter, 2008: 323, 324).

İbn Arabî, rüyalarına önem vermiştir. Kırk yaşındayken gördüğü bir rüya birçok eserde anlatılmaktadır. Rüyasında, altın ve gümüş tuğlalardan yapılmış olan Kâbe'yi görür. Ancak bir altın tuğla ile bir gümüş tuğla eksiktir. "İnşaat bitmiş, hiçbir şey kalmamıştı. Onun seyrine dalmış, güzelliğine hayran kalmıştım. Sonra Yemen köşesiyle Suriye köşesi arasındaki tarafa döndüm. Bir de baktım ki, o duvarda Suriye köşesine daha yakın bir yerde, iki sırada birer tuğlalık yer boş kalmış. Üst sırada bir altın tuğla, alt sırada ise bir gümüş tuğla eksikti. Sonra, o iki eksik

tuğlaya ayrılmış yere kendimin yerleştirildiğini gördüm. Ben Kâbe'yi eksiksiz ve kusursuz kılan o iki tuğlaydım. Ayağa kalktım, gayet bilinçli bir şekilde, ayağa kalktığımı gözlüyordum, aynı zamanda hiç şüphe duymaksızın, o iki tuğla olduğumu, o iki tuğlanın ise ben olduğumu biliyordum. Sonra uyandım ve Allah'a şükrettim.” Bu rüyayı yorumlarken, İbn Arabî, Muhammed'in peygamberler arasındaki yeri neyse, kendisinin evliya arasındaki yerinin o olduğu tespitini yapar; yani kendisi, Hâtemü'l-Evliya, veliler arasındaki en yüksek ve en son otoritedir. Bu rüya, üstadın ilk muazzam rüyası değildir. Genç bir delikanlıyken; rüyasında muazzam bir kıyamet günü rüyetine şahit olmuş, burada Allah'ın tahtını yanında görmüş, Allah ona dokunmuş ve kendisi de O'ndan, doğrudan cennete gönderilmeyi dilemiş, ayrıca aynı onuru çevresindeki insanların dördü için daha istemiştir. İbn Arabî'nin rüya yaşamı bu şekilde gelişmiş, sonunda Peygamber ona rüyasında *Fusûsu'l-Hikem* adlı eserini vermiştir. (Schimmel, 2005: 213, 214).

Ayrıca İbn Arabî *Fusûsu'l-Hikem* adlı eserinde Hz. Yusuf'un rüyasına ve rüya tabir etmesine de değinmiştir. İbn Arabî; Hz. Yusuf'un rüyasını, içinde yaşadığımız şu dünya ile doğrudan ilişkilendirir ve meseleyi alemin hayal oluşuna getirir. Ona göre alem, aslında rüyadan ve hayalden başka bir şey değildir. Asıl alem, uyku sırasında görülen alemdir. Onun görüşüne göre rüya, değersiz ya da yanlış şeylere değil sembole delalet etmektedir. (Gürer, 2007: 96- 104).

İbn Arabî'ye göre, rüyada görülenler; hem bizim öznel tecrübemize hem de nesnel muhtevaya dayanarak anlatılmayı gerektirir. Rüyada bir dostunuzu göreceksiniz; bir yanda dostunuzu bir yanda da kendi kendinizi görüyorsunuz demektir; rüyanızın muhtevası öznedir ama yine de belli bir nesnel gerçekliğe sahiptir çünkü başkasını değil belli bir dostunuzu görüyorsunuzdur. Gördüğünüz şeyi hem doğru hem de doğru değil diye kabul etmek durumundayız çünkü siz bir anlamda belirli bir şey görüyorsunuz, başka bir anlamda ise görmüyorsunuz. İbn Arabî, “Allah, bu hayatta (alemu'l- hayvani) bütün insanlar hayal alemine tanık olabilsin ve duyusal dünyaya benzer başka bir dünyanın bulunduğunu bilebilsinler diye rüyayı vermiştir.” diyor. Rüyalarda anlamlar maddi dayanaklar (mevadd)dan bağımsız olma durumundan maddi dayanakların örtüsüne alınırlar. Rüyalarla bağımsız anlamlar arasında bir bağ kurma lehindeki geleneksel temel, Kur'an'ın Hz. Yusuf'un rüyaları yorumlama yeteneğine yaptığı atıflarla ve Peygamber'in bu gücü kullandığını

gösteren çok sayıda hadise dayanır. İbn Arabi, sık sık Buhari’de bulunan bir hadise özellikle işaret etmektedir. “Rüyada bana bir bardak süt verildi; o kadar çok içtim ki parmak uçlarımın bile susuzluğa kandığını gördüm. Sonra kalanını Ömer’e verdim. “Ey Allah’ın elçisi, bunu neye yoruyorsun?” diye sorulduğunda; “bilgi” diye cevap verdi.” İbn Arabi, burada bağımsız bir anlam, uygun bir form farz edilmiş ve hayal alemi içinde tecessüm etmiştir. Aynı şekilde İbn Arabi, peygamberin; “Ben (rüyada) Rabbimi bir genç suretinde gördüm” sözünü de hatırlatmaktadır. Çünkü, diyor İbn Arabi, “rüya gören kimse anlamları duyusal nesnelere şeklinde görür, zira hayalin realitesi yeterince cisim olmayan bir şeyi cisim haline sokmaktır.” Kişi uykuda olup hayali gerçeklikleri rüyada algılayabilir. (Chittick, 1997: 308- 370).

“İbn Arabi vahiy konusunu işlerken rüyanın öneminden de bahsetmiştir ve rüyayı vahyin bir parçası olarak görmüştür. Bilesin ki vahyin başlangıcı rüyadır. Rüya da uyku halinde gerçekleşir. Hz. Ayşe “Peygambere vahiy ilk önce rüya ile başladı” demiştir. Vahiy, özü itibarıyla makul (düşünülür) anlamlardır dolayısıyla da duyusal olarak algılanamaz. Ama eğer anlam duyusal alana inmek isterse, ilk önce, saf anlam ve nesnelere dünyasının ortasında bulunana hayalde dönüştürülmesi gerekir. Zira hayalin yapısı, kendine ulaşanı duyulur biçime sokar, onları duyulur biçimlere dönüştürür. Bu durumdaki vahiy, uykuda rüya, uyanırken ise tahayyül adını alır. İşte bu nedendir ki vahiy hayalle başlamıştır. İbn Arabi, vahiyle oldukça geniş bir manayı kasteder. Sadece peygambere ulaşan en ilahi bildirim anlamaz. Bu yüzden de “nübüvvet bütünüyle sona ermemiştir” der. Rüyaya tekrar dönülecek olunursa, kimi zaman, hiss-i müşterekte toplanan duyu verilerinden kaynaklanır; kimi zaman da yukarı alemde kaynaklanır. Eğer rüya duyu verilerinden kaynaklanıyorsa hayal hisse tabidir, yok eğer akli alemde kaynaklanıyorsa akla tabidir. İnsan ontolojik olarak iki alemin bulunduğu bir varlıktır. Dolayısıyla iki alemle de ilişki içindedir. Öyleyse rüya her iki alemle de ilgili olacaktır. Rüyanın sembolik bir yanı vardır. Ancak, duyusal alanla ilgili olan ve Hz. Peygamber’in rüyasında (Feth, 48/ 27) olduğu gibi, bazılarında yoruma gerek kalmaz. Duyusal alanla ilgili olana adgâs-ı ahlâm denir ki, bir değeri yoktur. Bizim üzerinde durduğumuz kısmı, hayalle ilgili olan ve yoruma ihtiyaç duyan rüyadır. Bu tip rüyaların özel bir yorumlama biçimi yoktur. Bazı çok genel kurallar dışında, şahsi anlayışa bağlıdır. Bazen rüya, yorumlanması gerekirken, yorumlama gerektirmediği düşünülebilir. Mesela Hz.

İbrahim, rüyasında oğlunu kurban ettiğini görmüş, ama bunu yorumlamamıştır. Oysaki onu koç kurban etmek şeklinde yorumlamalıydı.” (Sevim, 1997: 154, 155).

“İbn Arabî, Allah’ın, her şeyin bilgisini insanın içine yerleştirmiş olduğunu kabul eder. Kur’an’daki “Adem’e isimlerin tümünü öğretti” cümlesinden de bu sonuca varılabilir çünkü isimler, müsemmayı da temsil etmektedir. Ancak Allah sonra, içine yerleştirdiği her şeyi Adem’in görebilmesini engellemiştir; bu yüzden yalnızca yaklaşık fikirler mümkün olabilmektedir. Rüya tabiri sayesinde insan, kendisine rüyada gösterilen suretler, kişiler ve imgelerin ne anlama geldiğini öğrenebilir böylece rüyanın şifreli mesajı, deyim yerindeyse “tabir sandalı” yardımıyla öbür taraftaki kıyıda günlük yaşama getirilebilmektedir.” (Schimmel, 2005: 36, 37).

4.2. BATI DÜŞÜNCESİNDE RÜYA

Çalışmanın bu kısmında batıdaki önemli psikologların rüya ile ilgili düşüncelerine ve incelemelerine yer verilecektir. İlk başta bu bölüm Psikanaliz’in kurucusu olan Freud ile başlayacaktır. Çünkü rüyalar konusunda Freud temel taş olarak kabul edilmektedir. Ayrıca rüyalarla ilgili birçok çalışmaya sahiptir. Bu anlamda ilk önce rüyaların temelini atıldığı psikanalizden kısaca bahsedilecek ardından rüya ile ilgili Freud başta olmak üzere; Jung, Adler ve Fromm gibi önemli psikologların rüya tecrübesi hakkındaki düşüncelerine yer verilecektir.

4.2.1. Freud ve Rüya

Freud’un rüya kuramı ile psikolojik kuramı aynı prensibe dayanmaktadır. Buna göre, insan davranışlarının kökeninde genellikle bilincinde olmadığı arzuları, duyguları ve düşünceleri yer almaktadır. Bu anlamda bu bölümün başlangıcında Freud’un Psikanaliz Ekolü’nün genel bir çerçevede incelenmesinde fayda vardır.

4.2.1.1. Freud ve Psikanaliz Ekolü

Freud hastaları üzerinde hipnotizma tekniğiyle yapmış olduğu *cathexis* (problemlerini dışa konuşmak) yöntem tedavisinden umduğunu bulamayınca yeni teknik ve yöntem arayışlarına girmiştir. Bunun sonucunda psikanalizin temeli olan serbest çağrışım tekniğini geliştirmiştir. Serbest çağrışımında; hastalardan bütün

bilinçli düşünüyü bırakıp sükûnet içinde dikkatlerini toplamalarını ve kendiliğinden (istem gücü rol oynamaksızın) akıllarına gelecek düşüncelerin peşine düşmelerini, bir başka deyişle “bilinçlerinin üst yüzeyini taramalarını” istenmektedir. Hastalar akıllarından geçen ne varsa doktora söyleyecekler kendilerine en saçma ve tatsız gelen şeylere bile itiraz etmeyeceklerdir. Aslında unutulmuş patojen nedenleri ortaya çıkarma çabasının hastada sürekli olarak bir direnmeyle karşılandığı ve bu direnmenin üstüne gidilip yenilmesi gerekliliği ortaya çıkmıştır. Freud bilinçdışına itilen duyguların genellikle kötü olarak nitelendirilen bencillik, gaddarlık duyguları en çok da yasak cinsel içgüdüler olduğunu belirtmiştir. Buna göre semptomlar (hastalık belirtileri) yasaklanmış doyumların yerini tutuyor ve hastalık hasta içinde ahlaka aykırı duygularla düşüncelerin denetim altına alınmasında baş gösteren bir yetersizlik anlamını taşıyordu. Böylece hipnotizmanın yerini serbest çağrışım tekniğinin almasıyla Breuer’in *katartik yöntemi* psikanalize dönüşmüştür. Freud, ilgili yöntemi geliştirip ortaya koyabilmek için on yılı aşkın bir süre çaba harcamıştır. (Güleç, 2006: 173- 176).

“Psikanaliz, bilimsel bir dal olarak bundan altmış yıl kadar önce Sigmund Freud tarafından ortaya atılmıştır. Diğer herhangi bir bilim dalı gibi gözleme dayanan bulguların, bu bulgu ve olayları açıklamaya ve bir düzene koymaya girişin kuramların doğmasına yol açmıştır. Psikanalitik kuram, demekle zihinsel işleyiş ve bunun insanda gelişimi ile ilgili bir varsayımlar topluluğu anlaşılmaktadır. Psikanalitik kuramın anormal zihinsel işleyiş kadar normal işleyiş ile de ilgili olduğunu kavramak önemlidir. Psikanalitik kuram, sadece ruh hastalıklarını açıklayan bir kuram olmaktan çok uzaktır. Psikanalitik kuramın uygulanmasının ruhsal hastalık ve dengesizliklerde kullanıldığı, bu kuramın hastalar üzerinde yapılan çalışma ve tedavilerden çıktığı ne kadar gerçekse, anormal zihinsel işleyiş yanında normal kapsadığı da o kadar gerçektir. Herhangi bir bilim dalında olduğu gibi psikanalitik kuram içinde de çeşitli varsayımlar birbiri ile karşılıklı olarak bağıntılıdır. Doğal olarak bunların bazıları diğerlerinden daha temelli, daha sağlam kurulmuş ve giderek bulgularla o kadar çok doğrulanmıştır ki, artık bunları zihnin saptanmış kanunları olarak görülmektedir. Tekrar tekrar doğrulanan bu temel varsayımlardan ikisi; ruhsal determinizm yani; nedensellik ilkesi ile bilinçliliğin ruhsal süreçler içinde daha çok istisnai bir durum olduğu ilkesidir. İkinci ilke içinse

bilinçli zihinsel süreçlerin anormal zihni işleyişte olduğu kadar normal zihni işleyişte de çok anlamı, önemi ve sıklığı vardır.” (Brenner, 1998: 3, 4).

“Freud’un kendisi, psikanalizi öncelikle, sadece anormal psikolojinin veya psikiyatrinin bir dalı yerine, psikolojinin asal bir sistemi olarak görmüştür.” (Hall, 1999: 7). “Freud’un psikanalize yönelmesinin en temel nedeni bu yöntemi bulmadan önce histeri hastalığı konusunda yapmış olduğu araştırmalardır. Histerinin sinir sisteminde biyolojik bir sebebinin olmadığını gören Freud bunu zihinsel kaynaklı bir rahatsızlık olabileceğine karar verdi. J. Breuer ile yapmış olduğu araştırmalar sonucunda bu rahatsızlığın zihinsel kaynağının geçmişte yaşanan tecrübeler olabileceğini düşündü. Breuer ve Freud birçok hasta üzerinde çalıştılar ancak bu kuramın temelini atılmasını sağlayan hasta Anna O. Vakası idi. Josef Breuer daha Freud’un öğrencilik yıllarında Viyana’da histeri tedavisinde ünlü bir nörologtu. 1880- 1882 yıllarında daha sonra Anna O. Takma ismini alacak Bertha Pappenheim isimli bir kadını tedavi etmekteydi. Kadında birçok histerik semptom mevcuttu. Sinirsel öksürük, boşluğa dalma, iştahsızlık, felç, duyu yitimi, çift kimlik ve konuşma düzensizliği bunlardan birkaçıydı. Anna O.’nun hatıraları, ağır hasta olan babasının bakımını üstlendiği zamanlardaki aşırı duygusal tecrübelerle ilgiliydi. Kolundaki felç, babasının yatağında halisünasyon halinde büyük siyah bir yılan gördüğünde gerçekleşmişti. Eliyle yılanı yataktan atmaya çalışmış fakat başaramamıştı. Anna O. hipnoza meyilli birisiydi. Hatıraları aşırı derecede duygulu yükliydi. Geçmiş tecrübelerini hipnozla hatırlamak onu rahatlatıyor ve bir gerilim boşalması yaşıyordu. Breuer, bu gerilim boşalmasını ilk defa Aristo tarafından kullanılan bir terim olan “*catharsis*” ile ifade etti ve bu metodu, “konuşan tedavi” veya “baca temizleme” tabiriyle tanımladı. Freud, Anna O.’yu sonra tek başına tedavi etmeye başladı. Artık Anna O. Psikanalizin ilk ve belki de en önemli vakası olmuştu. Anna’nın durumu, psikanalitik tedavi yönteminin ana unsuru olan “serbest çağrışım- free association” tekniğinin ortaya çıkmasını sağladı. Bu hastadan hareketle Freud, henüz bilinçaltı kavramını oluşturmadan insan bilincinde gizli kalan güçlü bir zihinsel sürecin olabileceğini düşündü ve psikanalize temel teşkil edecek iki önemli prensip belirledi. Bunlardan birincisi, çatışan bir duygunun bastırılması rahatsızlık doğurur. İkincisi ise zihinsel enerji kullanılması gereken yerde kullanılmayınca rahatsızlığa dönüşür. Bütün bunların yanında Freud, bastırılarak

nevroza sebep olan rahatsızlığın kaynağının sıradan bir duygusal tecrübe olmadığı, cinsel bir duygu olduğu gibi çok yeni bir fikir ortaya attı.” (Köse, 2000: 30- 32).

Freud’a göre, içsel yaşantılar bilinçlilik bakımından üç düzeyde süregelir. Kişi tam bilinç düzeyinde birtakım anılar, düşünceler, duygular ve içtepeler gibi bazı içsel yaşantılarının tamamıyla farkındadır. Bu olgularda kişinin bilinci tam olarak aydınlıktır. Freud ikinci düzeye bilinç öncesi demiştir. Burası bilince yakın olan anıların, arzuların depolandığı yerdir. Herhangi bir anda kişi bunların farkında değildir ama istediği zaman bunları bilinç alanına çıkarabilir. Üçüncü düzeyde bilinçaltı bulunur. Burada kişinin istediği anda bilinç alanına çıkaramadığı hatta varlıklarının bile farkında olmadığı duygular, düşünceler, anılar ve dürtüler bulunur. Bunların varlıkları, davranışları şu ya da bu şekilde etkilemesinden anlaşılır. (Baymur, 1972: 318).

“Artık, Freud, nevrozun “bastırma (repression)” mekanizmasından kaynaklandığına emindir ve bu kavram, psikanalizin temel taşı olacaktır. Bu mekanizma biraz açılacak olursa, insan zihni, geçmişte yaşanan travmatik tecrübeleri, bunlardan kaynaklanan duygusal ıstırap veren veya utanılacak olan halleri bilinçaltında tutar, bunların bilince çıkmasını engeller. Bu açıdan bastırma mekanizması, bilinç ile bilinçaltı arasında bekleyen bir bekçi gibidir. Hal böyle olunca bilinçli ve bilinçsiz zihin arasında kişinin farkında olmadığı sürekli bir çatışma söz konusudur ve işte bu çatışma, histeri, saplantı ve fobi gibi nevrotik bozukluklara sebep olur.” (Köse, 2000: 33).

Freud’un yapmış olduğu klinik araştırmalar; erken dönemlerde yaşananların ve özellikle de rüyaların, çocukların karakterinin biçimlenmesinde etkili olduklarını ortaya çıkarmıştır. Bu yüzden Freud, ilk çocukluk yıllarına ait tecrübelerin çok önemli olduğuna inanıyordu. Bu devrin, ferdin kişiliğinde ve duygusal yapısında önemli rol oynadığı kanaatine vardı. Cinselliğin hayatın başından beri var olduğunu ve daha sonraki gelişmeleri etkilediğini savunmasıyla birlikte cinsellik, psikanalizin en temel kavramı oldu. (Fromm, 1997: 135- 142).

4.2.1.2. Psikanalizde Rüya

Rüyaların gizli psikolojik anlamlar içerdiği görüşü Freud tarafından 20. yüzyılda geliştirilmiş ve yaygınlaştırılmıştır. Freud, hastalarının bilinçaltı

çatışmalarını ve arzularını anlamak için onların rüyalarını yorumlamıştır. Günümüzde pek çok terapist rüya yaklaşımını terapi aracı olarak kullanmaktadır. Freud rüyalardaki simgelerde önemli bilinçdışı malzemenin yattığını belirtmektedir. Freud'a göre bilinçaltı dürtüleri sonsuza dek bastırılamaz ve bu nedenle rüyalar bu dürtüleri simgesel olarak dışa vururlar. (Burger, 2006: 113- 118).

“Freud’un Fliess’e yazdığı 4 Mart 1895 tarihli mektubunda, bir tıp talebesinin analizini yaptığı rüyasını “uygunluk rüyası” (dream of convenience), rüyaların “arzu yerine getirici” niteliği olarak yorumlanması, onun rüya yorumunun ilk verileridir. Freud’un 24 Temmuz 1895’de kendinin gördüğü “Irma’s Injection” (Irma’nın Enjeksiyonu) rüyası ve onu yorumlaması, rüya analizinin ilk formal deklarasyonudur.” (Ersevimi, 1997: 285).

“Düş aklın kendisine saldıran uyaranlara uyku durumunda tepki veriş biçimidir.” (Freud, 1998a: 105). “Freud’un görüşüne göre, gün boyunca engellenen yasak arzular rüya esnasında açığa çıkarlar ve bilince sızmak için yol ararlar. Nitekim arzuların yasakçı tabiatı egoda uyandırdığı rahatsızlıktan kaynaklanır, dolayısıyla kişinin uykusunu bölebilir. Freud’a göre, rüyalar sayesinde bunun önü alınabilmektedir, kabul görmeyen arzular kabul gören bir dizi imgeye dönüşerek egoyu korurlar böylece kişinin uykudan uyanmasına mani olurlar. Freud The Interpretation of Dreams’de bundan şöyle bahseder: “Tüm rüyalar esasen faydalıdır. Onlar kişiyi uyandırmak yerine uykuyu uzatma işlevi görürler. Düşler uykuyu ihlal etmeyip onun bekçiliğini yaparlar.” Bu koruma işlevini yerine getiren sansür ya da süperegodur ki, bunlar yasaklanmış arzuyu (Freud’un deyimiyile rüyanın gizil içeriğini) farklı bir görüntüye sokarak, onun benliğini rahatsız etmeyecek ve kişinin uykusunu bölmeyecek bir şekilde ortaya çıkmasını sağlar. Sansür bu gizli içeriği saklamak için bir dizi yöntem kullanır, sözgelimi yer değiştirme, kısaltma, simgeleştirme ve resmetme vb. Sansür ancak serbest çağrışım metodu ile açıklanabilir. Rüya yorumlaması, bilinçdışı zihinsel etkinlikler hakkında bilgilenmenin en mükemmel yoludur.” (Stevens, 1999: 103).

“Bir rüya gerek bütünü gerekse teferruatı itibariyle görüldüğü gibi bir kaostan ibaret olamaz. Psişik bir sebep- sonuç bağlantısı vardır; fizik ilimlerde olduğu gibi burada da bir determinizm söz konusudur. Rühayı gören, uyanırken makul olacağını kabul edemediği şeyleri sanki reel şeylermiş gibi işlemektedir. Motivlerin

uyuşmamasından doğan çatışmalar ne kadar reel ise baskı altında bulunan bir motivin rüyada ortaya çıkış tarzı da o derece reeldir. Rüyalar huzursuzlukların ve komplekslerin tohumlandığı çocukluk yıllarına götürür. Bu genel teori içinde üç ana hipotez vardır. Birincisi her şeyden önce rüyalar manalıdır; rüya imajların, fikirlerin manasız olarak gelişigüzel, karmakarışık, bir şekilde ortaya çıkması değildir. İkinci hipoteze göre her rüya daima belirli bir anlamda arzu tatminidir yani her rüyanın bir gayesi vardır. Üçüncü hipotez ise bu arzular çok defa rüyayı görenin, sosyalleşmiş zihni tarafından kabul edilemeyecek şeyler olduklarından şuurlu olmaktan alıkonularak bastırılırlar ve bu sebepten rüyada bile gizlenerek, kılık değiştirerek ortaya çıkarlar. Bir sansür veya süperego bunları kontrol eder ve ancak tanınmayacak derecede kılık değiştirdikleri taktirde rüyada görünmelerine izin verir.” (Özbydar, 1971: 19).

“Freud bilinçdışı süreçlerin nevrotik bozukluklarda, rüyalarda, hatalı ifade şekillerinde ve özellikle psikopatolojik rahatsızlıklarda kendini dışa vurduğunu söylemektedir. İşte bilinç dışı süreçlerin dışa vurumunu anlamak için Freud hastalarının rüyaları üzerinde fazlaca durmuştur.” (Holm, 2004: 121). Freud’a göre rüya; ruhbilimsel bir teknikle düşlere yaklaşıldığında, her düşün bir anlamı vardır ve uyanıklık yaşamın zihinsel etkinlikleri arasında kayda değer bir yere yerleştirebilecek ruhbilimsel bir yapıdır. (Freud, 2001: 55).

“Düş yorumunun önemi küçümsenemez. Bu yorum kişiye içinde var olan ancak uyanık durumdayken farkına varamadığı duygu ve düşünceleri hakkında bilgi verir. Rüya yorumu, ruh dünyasının bilinmeyen yönlerinin tanınmasında bir Kral Yolu (Via regia)’dur. Ayrıca rüya yaratıcı bir eylemdir. Ortalama insanlar bile uyanikken hiç fark edemedikleri yaratıcı yönlerini rüyalarda görür ve tanırırlar. Ayrıca Freud rüyada sansür olgusu düşüncesinin temelini atmıştır. Ona göre rüyalar, cinsel arzuların üstü örtülü bir biçimde giderilmesine yararlar. Rüyalar bir isteğin tatmini olarak anlamlandırılır.” (Fromm, 1997: 148, 149).

“Düş işlemi süreci, önceden bilinen hiçbir şeye benzemeyen tümüyle yeni ve yabancı bir şeydir. Kişiye bilinçdışı sistemde yer alan süreçlere ilk göz atışını sağlamış ve bilinçli düşüncesiyle bildiklerinden oldukça farklı olduklarını ve bilinçli düşünceye göre yanlış ve mantıksız görünmeye zorunlu olduklarını göstermiştir. Bu buluşun önemi, nevrotik belirtilerin oluşumunda, gizli düş, düşüncelerini görünür

düşe dönüştürmüş olanlar gibi aynı mekanizmaların işlediğini keşfetmesiyle arttı.” (Freud, 1998a: 192).

Normal ruhsal olayların başka hiçbirinde zihnin bilinçdışı süreçleri bu kadar açık belirtilmez. Freud'a göre düşler, zihnin bilinç dışına ulaşan yoludur. Düşlerin psikanalitik açıklaması şu şekilde yapılabilir; uykudaki öznel yaşantı ve uyandıktan sonra düş denilen şey, uyku sırasında bilinçdışı zihinsel işleyişin sonucudur. Bazen bu etkinlik, niteliği ya da yoğunluğu ile uykuyu tehdit edebilir. Uyku sırasında uyuyanın anımsadığı ya da anımsayamadığı bilinçli yaşantıya “görülen düş”, içindeki çeşitli unsurlara da “görülen düş içeriği” denir. Uyuyanı uyandırılmayla tehdit eden bilinçdışı düşünce ve isteklere, “gizli düş içeriği”, gizli düşün, görülen düş haline geçmesini sağlayan zihinsel işlemlere de “düş işlemi” denilmektedir. Düş sözcüğü, psikanalitik terminolojide yalnızca gizli düş içeriği, düş işlemi ve görülen düşün birer parçasını oluşturduğu bütün bir olayı göstermek için kullanılmalıdır. Uygulamada ise, psikanalitik yazılarda “düş”, genellikle görülen düşü kastetmek için kullanılır. (Brenner, 1998: 160).

Freud'a göre rüya görmek, “bir düşünme yoludur”. Böylece Freud iki tarz bir düşünme nizamı üzerinde duruyor. Masallar, hikaye haline getirilmiş birer halk rüyalarıdır; mitoloji, ırkların birer rüya tarzında düşünceleridir. Rüya düşünmesi ile arzu düşünmesi aynı mahiyettedir; ikisi arasında birçok ortak noktalar, temayüller vardır. Böylece gerek uykuda gerek uyanıkken zihni hayatı yöneten iki prensip kabul ediliyor. Bunlardan biri, zevk prensibi, diğeri realite prensibidir Birincisi, her iki durumda da arzuları yönetmekte, ikincisi ise, sert kaideleri ve sansürleri ile kişiyi kendisine intibak etmeye mecbur tutmaktadır. Uyanık hayatla uyku hali arasındaki esas, fark uykuda zihin faaliyetinin karmaşıklık bakımından daha aşağı bir seviyede olması ve daha ilkel bir ifade tarzı bulmasıdır. Bu esnada zihnin genelleştirme ve kavramlaştırma faaliyeti durmuş görünmekte ve bu fonksiyonlar imajlarla temsil edilmek gibi daha ilkel bir yolla yerine getirilmektedir. (Özbydar, 1971: 35, 36).

“Freud kendi rüya içeriklerini yorumladığında iki önemli öğeyle karşı karşıya kalmıştır. Bunlardan birincisi gün boyunca üzerlerinde durduğu ve sonuçlandıramadığı sorunlar diğeri ise, aynı bilinçlilik alanında (birden fazla) var olan düşünceleri birbirlerine bağlamak kompülsiyonudur.” (Ersevim, 1997: 284).

Kısacası Freud'a göre düşler; bastırılmış bir isteğin kılık değiştirmiş bir gerçekleştirmedir. Bilinçsiz ruhsal yaşama ilişkin bilgilerin en önemlileri, gizli düşünüşünü açık düşünüşüne dönüştüren sürecin incelenmesiyle bulunmaktadır. Düş yorumu açık düşünüş üzerindeki maskeyi kaldırarak bunu bir doyum sağlama, bir düşünüş gerçekleştirme, tıpkı histeri belirtilerinde görüldüğü gibi birbiriyle boğuşan iki grup ruhsal eğilim arasında bir uzlaşma ürünü sayılacağını ortaya çıkarır. Bu duruma göre düşünüş sayısal bir belirti değil, normal ruhsal yaşamın bir ürünüdür; gerçekleşmiş gösterdiği istekler ise nevrozlarda bastırılmış isteklerden başkası değildir; doğup ortaya çıkabilmelerini, insanın devinim mekanizmasını (motilite) felce uğratan uykunun baskılamanın gücünü azaltıp bir düşünüş sansürüne dönüştürmesine borçludur. Böylece düşünüş yorumu psikanalize iki ayrı önem kazandırmıştır; bir yandan psikanalizi nevrozların sağaltımında başvuru bir yöntem niteliğine kavuştururken, öte yandan onu yeni bir psikoloji aşamasına ulaştırmış yalnız hekimler değil, manevi bilimlerle uğraşan herkesin haklı olarak dikte alacağı bir istekle ortaya çıkmasını sağlamıştır. (Güleç, 2006: 179).

4.2.1.3. Freud'a Göre Rüyanın Oluşumu

Rüyaların nasıl oluştuğunu merak eden Freud; "Bir düşünüş, dünyaya garip bir idealizmin ışığında bakar ve sıklıkla gördüklerinin etkileri onların asıl doğasına ilişkin derin kavrayışla zenginleştirir. Dünyasal güzelliği, gözlerimize gerçek bir cennet parıltısıyla çizer ve onu en görkemli değerlerle süsler, gündelik korkularımızı bize en korkunç biçimlerde gösterir ve eğlencemizi tanımlanmaz açıklıkta esprilere dönüştürür. Bazen uyanıp da bunlara benzer bir yaşantının hala tüm ağırlığı altındayken yaşamımız boyunca, gerçek dünyanın hiçbir zaman onun eşini sunmamış olduğunu düşünmekten kendimizi alamayız." demektedir. (Freud, 2001: 114).

"Freud'a göre rüya, nevrotik belirtiler gibi yasaklanmış istekler ile bu istekleri engelleyen güçler arasındaki bir uzlaşma sonucu ortaya çıkar. Bu, rüyanın görünen içeriğidir. Buradan yasaklanmış isteklerin yer aldığı gizli içeriğe gidilebilir. Rüyanın temel işlevi, kabul edilemeyen bilinçdışı içgüdüsel isteklerin fantezi aracılığıyla doyum sağlamasıdır. Dolayısıyla uyku rüya içindir. Ona göre, rüyalar, zihni faaliyetin uykuda devamıdır. Zihnin uyanmasının sebebi ise, bazı etkilerin var olmasıdır. Zihne yapılan bu etkiler, rüya ile telafi edilemez ise çok zaman uyumak imkansız hale gelir.

Rüya görülmezse zihne yaptığı etkiler, uykuda meydana gelmez. Hastalık yapan anıları hatırlama yoluyla bilincin denetimine sokmazsak nevrotik durum, bir yandan kişilik dışı bölgeyle ilginin ve bağın kopmasını doğuran şizofrenik duruma, öbür yandan da hastalığı doğuran gereksinmeyi gizlemek ve yalandan doyurmak için düşlemlere dönüşür. Ona göre bu düşler, çocukluk dünyamızı yansıtmaktadır ve cinsel komplekslerimizi bilince çıkarmaktadır. Bütün bu bilgilere rağmen Freud hayatının sonlarına doğru bu düşüncelerden vazgeçmiş ve rüyaların aynı zamanda bir bilgi kaynağı olduğu sonucuna varmıştır.” (Apaydın, 1997: 265, 266). Hatta Freud her düşün anlamının, bir isteğin doyurulması olduğunu, yani istek düşlerinden başka düş olamayacağını iddia etmektedir. (Forrester, 2000: 180).

“Tek başına gündüz yaşanan bir endişe geceleyin rüya oluşturamaz. Düşün gereksindiği itici güç bir istekten sağlanmalıdır; bir isteği itici gücü olarak kullanmak üzere yakalamak endişenin görevidir. Durum bir benzetmeyle açıklanabilir. Bir gündüz düşüncesi bir düş için pekala bir entrepreneur (girişimci) rolü oynayabilir; ama bir fikre ve onu gerçekleştirecek yeterliliğe sahip olduğu varsayılan entrepreneur, sermaye olmaksızın hiçbir şey yapamaz, harcamaları karşılayacak bir kapitaliste gereksinmesi vardır ve düş için ruhsal harcamaları sağlayacak kapitalist, bir önceki günün düşünceleri ne olursa olsun, her durumda ve yadsınamaz bir biçimde bilinçdışından bir istektir.” (Freud, 1998b: 110, 111).

Freud’un rüya yorumu konusunda ortaya çıkardığı gerçeklerden birisi de rüya sansürüdür. Rüyalar sadece bilinçdışı güdülerin bilince çıkması şeklinde anlaşılmalıdır. Freud, birçok rüyanın gerçek anlamlarını gizleme eğilimi içinde bulduklarını keşfetmiştir. (Fromm, 1997: 148).

“Rüyaları yorumlamak için Freud serbest çağrışım metodunu (Free Association) kullanmıştır. Bu metot kişiden rüya ile ilgili aklına ilk gelen şeyleri söylemesini istemektedir. Kişinin söylediği spontane ifadeler ışığında rüya anlamlandırılmaya çalışılmaktadır. Rüyadan sonra söylenen spontane ifadeler ışığında Freud, rüyanın oluşumuna neden olan kompleksi keşfetmeyi amaçlamıştır. Kişilikteki komplekslerin varlığını ortaya koyma temelinde işleyen serbest çağrışım metodu kişiye rüyanın anlamlı bir şeyler sunup sunmadığıyla hiç ilgilenmemektedir.” (Sambur, 2005: 120).

Düş işlemleri, düş düşüncelerini görünen düşe dönüştüren biçim değiştirici süreçlerin genel toplamının adıdır. Ancak düş işleminin gerçekleşmesi şu şekilde olmaktadır: Gün boyunca inşa edilmiş ve tümüyle üstesinden gelinmemiş genellikle çok karmaşık bir düşünce dokusu – “günün kalıntısı”- ona gereken enerji kontenjanını – “ilgi”- gece boyunca da sürdürür ve uykuyu bozmakla tehdit eder. Bu “gün kalıntısı” düş işlemleri ile düşe dönüştürülür ve uyku için zararsız hale getirilir. Düş düşüncelerinden doğan arzu, ön dönemi ve daha sonra da düşün çekirdeğini oluşturur. Bugüne dek yalnızca “düş işleminin” sonuçları, bize gerçekten, bilinçdışı düşünce özelliklerini ve onun bilinçli hale gelme yeteneği olan düşünceden –bilinç öncesi düşünce- farkını tanıtmıştır. Bir düşün biçimlenmesinde ayırt edilmesi gereken üç evre vardır: Birincisi, bilinç öncesindeki gün kalıntılarının, uyku durumunu yöneten koşulların rol alması gerektiği bilinçdışına taşınması; sonra bilinçdışındaki asıl düş işlemleri ve üçüncü olarak da bu biçimde gözden geçirilmiş düş malzemesinin, düşün bilinçli hale geldiği algı biçimine gerilemesi. (Burada gerileme terimi; algı- düşünce- eylem sıralanmasında düşüncenin ya da niyetin eyleme dönüşecek yerde algıya dönüşmesi biçimindeki terslik nedeniyle kullanılmaktadır.) Düşlerin biçimlenmesinde birçok gücün payının olduğu yadsınamaz. Bu güçler; uyuma arzusu, düş oluşturucu bilinçdışı arzunun psişik enerjisi ve gündüz yaşamına egemen olan ve de uyku sırasında tümüyle kaldırılmayan karşı koyucu sansür gücü. Düş oluşumunun görevi, her şeyden önce, sansürün ket vurmasının üstesinden gelmektir ve düş düşünceleri malzemesi içinde psişik enerjinin yer değiştirmeleriyle çözümlenen, kesinlikle bu görevdir. (Freud, t.s.: 168- 173).

4.2.1.4. Freud’a Göre Rüyalarda Görünür İçeriği ve Gizli Rüya Düşünceleri

“Düşün gerçekten bize söylediği görünür düş içeriğidir; düş görenin aklına gelen düşünceleri izleyerek ulaşmayı umulan gizli malzemeye de gizli düş düşünceleri denmektedir.” (Freud, 1998a: 133). Freud’da rüyaların ilk planda göze çarpan (manifest) anlamlarının dışında, bir de gizli (latent) anlamları vardır. Freud’cu rüya yorumu, rüyaların bu çift yönlü ilişkisini araştırır. Rüyanın gizli anlamı, “rüya sansürçüsü” tarafından çeşitli metotlar ile örtülür ve rüya kişiye bu sansürlü haliyle sunulur. (Merter, 2008: 313).

“Freud’a göre bütünsel olarak; düşün başka bir şeyin, bilinçdışı bir şeyin çarpıtılmış bir yerine geçeni olduğu ve bir düşün yorumlama görevinin bu bilinçdışı malzemeyi açığa çıkarmak olduğu ortaya çıkar. Ancak bunu hemen düşleri yorumlama işi sırasında uymamız gereken üç önemli kural izler: (Freud, 1998a: 128).

- Düşün bize nasıl görüldüğüyle, anlamlı mı yoksa saçma mı, açık mı bulanık mı olduğuyla ilgilenmemiz gerekir; çünkü olasılıkla o aradığımız bilinçdışı malzeme değildir.

- Kendimizi her öge için yerine geçen düşünceler çağırarak sınırlamalı, onlar üzerinde düşünmemeli ya da anlamlı bir şeyler içerip içermediklerini göz önüne almamalı ve onların düş öğelerinden ne denli uzaklaştığını sorun etmemeliyiz.

- Aradığımız gizlenmiş bilinçdışı malzeme, tastamam benim yaptığım deneyde unutulmuş “Monaco” sözcüğünün yaptığı gibi kendiliğinden ortaya çıkana dek beklemeliyiz.”

Gizli düşü görünür düşe dönüştüren işleme düş işlemi denilmektedir. Ters yönde ilerleyen ve görünür düşten gizli düşe ulaşmaya çabalayan işlem ise rüya yorum işlemidir. Bu yorum işlemi düş işlemi iptal etmeye çabalar. Düş işlemi, birtakım öğelerle gizli düş içeriğini saklamaktadır. Bu öğeler şu şekilde sıralanmaktadır: (Freud, 1998a: 181- 185).

- Düş işleminin ilk başardığı şey yoğunlaştırmadır. Görünür düşün gizli düşten daha az içeriği bulunmaktadır. Bu durumda görünür düş gizli düşün kısaltılmış bir çevirisidir. Yoğunlaştırma; belli gizli öğelerin tümünden atılması, gizli düşteki bazı bileşimlerin yalnızca bir parçasının görünür düşe geçmesi ve ortak bir şeyleri olan gizli öğelerin bir araya getirilip görünür düşte tek bir üniteye eritilmesi yoluyla gerçekleşir.

- Düş işleminin ikinci başarısı yer değiştirmedir. Kendisini iki biçimde ortaya koyar; birincisinde bir gizli öge kendisinin bir parçasıyla değil daha uzak bir şeyle yani bir imayla yer değiştirmiştir, ikincide ise ruhsal vurgu önemli bir öğeden önemsiz bir öğeye kaymış ve düş merkezi farklı ve garip görünmüştür. Düşlerdeki yer değiştirme için kullanılan imalar, kendilerini bu her iki kısıtlamadan da özgür bırakmışlardır. Yerine geçtikleri öğeyle en dışsal ve uzak ilişkiye sahiptirler ve bu yüzden de anlaşılmazdırlar ve de iptal edildiklerinde yorumları kötü bir espri ya da

incelikli bir biçimde sokuşturulmuş keyfi ve zorlama bir açıklamaları olduğu izlenimini verirler.

- Düş işleminin üçüncü başarısı ruhbilimsel olarak en ilginç olanıdır. Düşünceleri görsel imgelere dönüştürmektir.

4.2.1.5. Freud'da Çocuk Rüyalari

Çocuk düşleri; kısa, açık, tutarlı, anlaması kolay ve kuşkululuktan uzaktır. Ancak çocukların tüm düşleri bu türde değildir. Düş çarpıtması çok erken çocuklukta gelişir ve beş yaşla sekiz yaş arasındaki çocuklar tarafından görülmüş ve daha sonraki yaşlarda görülenlerin tüm niteliklerini taşıyan düşler bildirilmiştir. Aslında belli koşullarda erişkinler bile tipik çocuksu düşlere benzer düşler görürler. Freud çocuk düşlerinin özelliklerini şu şekilde sıralamıştır: (Freud, 1998a: 139- 147).

- Bu düşleri anlamak için hiçbir çözümlemenin, hiçbir tekniğin uygulanması gerekli değildir. Bize düşünüyü anlatan çocuğa hiçbir soru sormamız gerekmez. Ancak birinin çocuğun yaşamındaki olaylara ilişkin bazı bilgiler vermesi gerekir. Değişmez biçimde düşten önceki günde bize düşü açıklayan bazı yaşantılar bulunur. Düş, çocuğun zihinsel yaşamının bir önceki günün bu yaşantısına uykusunda verdiği tepkidir.

- Çocuk düşleri anlamsız değildir. Anamlı, tümüyle geçerli zihinsel eylemlerdir.

- Bu düşlerde herhangi bir düş çarpıtması yoktur ve bu yüzden de hiçbir yorumsal etkinliği çağırılmazlar.

- Bir çocuğun düşü, bir önceki günün arkasında bir üzüntü, bir özlem, ele alınmamış bir istek bırakmış bir yaşantısına bir tepkidir. Düş, bu isteğin doğrudan, kılık değiştirmemiş bir doyumunu üretir. Çocuklarda uykuyu bozan uyaran zihinseldir- üzerinde durulmamış istek- ve düşle tepki verdikleri şey de budur.

- Düşün işlevine gelince; düşler uykunun bozucuları değil uyku bozucularını defeden bekçilerdir. Hiç düş görülme daha derin uyunacağı sanılır ama bu yanlıştır; aslında düşler olmazsa hiç uyunamazdı. Uyunabildiği kadar derin uyunabilmesi rüyalar sayesinde. Düşler insanları biraz rahatsız etmekten kaçınmaz tıpkı gece bekçisinin gürültüsüyle insanları uyandırmaya çalışan barış bozucularını kovalarken bir miktar gürültü yapmaktan kaçınmaması gibi.

- Bir düşü kışkırtan şey bir istektir ve o isteğin doyurulması da düşün içeriğidir bu, düşlerin temel niteliklerinden biridir. Aynı derecede değişmez öteki nitelik ise bir düşün bir düşünceye basitçe anlatım kazandırmayıp isteğin varsanısal bir yaşantı halinde doyurulmasını temsil etmesidir.

- Düşlerde bozulmuş amaç ancak uyumak olabilir. Bozucu amacın yerine ruhsal uyarı ya da uğraşılması için baskı yapan isteği geçirebiliriz; çünkü şu ana dek uykuyu bozan başka bir ruhsal uyarı görülmemiştir. Burada düş de bir uzlaşmanın sonucudur. İnsan uyur ama yine de bir isteği gidermeyi yaşar; insan bir isteği doyurur ama aynı zamanda uyumayı da sürdürür. Her iki amaç da kısmen gerçekleştirilir, kısmen terk edilir.

- Bir noktada düşler istek doyurma işlevi görürler. Örneğin akşam yemeğinde baharatlı bir yemek yiyen herkesin düşünde kendini su içerken görmesi çok olasıdır. Kuşkusuz çok güçlü bir yeme ya da içme gereksinimini bir düşle gidermek olanaksızdır. Kişi böyle bir düşten hala susuzluk duyarak uyanır ve gerçek su içmek zorunda kalır. Bu örnekte düşün etkisi pratik açıdan önemsizdir ama kişiyi uyanmaya ve eyleme geçmeye zorlayan bir uyarana karşı onun uykusunu koruma amacıyla üretildiği hiç kuşkusuzdur. Gereksinimin şiddeti daha az olduğunda doyum düşleri çoğu kez onun üstesinden gelmeye yardımcı olur. Aynı biçimde düşler cinsel uyarıların etkisi altında da doyumlar yaratırlar ama bunlar sözü edilmeye değer bazı gariplikler gösterirler. Cinsel içgüdü, açlık ve susuzluğa göre nesnesinden biraz daha bağımsız olduğu için boşalma düşleri gerçek bir doyum olabilir. Bunun dışında sabırsızlık düşleri de istek doyurma amaçlıdır. Eğer bir kişi bir yolculuk, kendisi için önemli bir tiyatro gösterisini izleme, bir konferansa ya da birini ziyarete gitme hazırlığı yapmışsa düşünde beklentisinin erken doyumunu görebilir; olayın öncesindeki gece kendini gideceği yere ulaşmış, ziyaretine gittiği kişi ile söyleşi içinde görebilir. Ayrıca rahatlama düşleri de bu türden düşlerdir. Daha fazla uyumak isteyen kişinin düşünde kendini uyanmış ve duş alıyor veya okula gidiyor gördüğü oysa hala uyuyor olduğu ve gerçekte değil de düşte uyandığı düşlerdir. Uyuma isteği bu düşlerde açık olarak kendini belli eder.

4.2.1.6. Rüyalarda Sansür

“Düş çarpıtması, bir düşü garip gibi gösteren ve bizim için anlaşılmasız kılan şeydir.” (Freud, 1998a: 149). Görünür düşte ne zaman boşluklar bulursa onlardan düş sansürü sorumludur. Daha da ileri gitmeli ve nerede bir düş ögesi daha açık olarak biçimlenmiş diğer öğeler arasında özellikle silik, belirsiz ve kuşkulu bir biçimde anımsanıyorsa bunu sansürün bir görünümü saymalıyız. Sansür, etkisini çok daha sık olarak ikinci yönteme göre, gerçek şey yerine yumuşatmalar, yaklaşıklıklar ve imalar üreterek gösterir. Yer değiştirme; düş çarpıtmasının en temel araçlarından biridir ve düşe, düş görenin kendi üretimi olduğunu ayırımsamamasından sorumlu yabancılığı veren odur. O halde bunlar- atlama, yer değiştirme, malzemenin yeniden gruplandırılması- düş sansürünün etkinlikleri ve düş çarpıtmasının araçlarıdır. Düş sansürü, düş çarpıtmasının yaratıcısıdır. Değiştirme ve düzenleme kavramları yer değiştirme terimi olarak ifade edilmektedir. (Freud, 1998a: 152, 153).

“Bir düş sansürünün var olması, uyku sırasında bile hala içtetikmalardan ileri gelen az çok bir direnmenin sürdüğünü gösterir.” (Freud, 1991: 31). “Düşlerde dört tane öge var ve sansür bu öğelerle gerçekleştirilir. Bunlar: (Freud, 1998a: 162).

- Parça bütününe yerine geçer;
- İmalar yapılır;
- Esnek olarak betimleme;
- Simgecilik.

4.2.1.7. Freud'da Rüya Sembolizmi

“Freud; bir düşü kural olarak, onun uyandıktan sonra bizde kalan, bir anı parçasından tanıdığımızı söylemektedir. O, bir deneyimi taklit eden ve düşünce süreçleri (düşteki ‘bilgi’) ile duygu anlatımlarının karışmış olabildiği, çoğunlukla görsel, ama başka türde de olan bir duyusal izlenimler ağı, şebekesi olarak ortaya çıkar.” (Freud, t.s.: 168).

“Bir düş gizli düş düşüncelerinin olası tüm öğelerini değil yalnızca belli bazılarını simgeleştirir.” (Freud, 1998a: 164). Düşlerde simgesel olarak temsil edilen şeylerin yelpazesi çok geniş değildir; bir tüm olarak insan bedeni, ana babalar, çocuklar, erkek ve kız kardeşler, doğum, ölüm, çıplaklık ve bazı başka şeyler.

Freud'a göre insan biçiminin bir tüm olarak tipik temsili rüyalarda evdir. Düz duvarlı evler erkekleri, balkonları olan evler kadınları temsil etmektedir. Düşlerde ana babalar, kral kraliçe veya imparator ve imparatoriçe olarak görülürler. Kız kardeş ve erkek kardeşler rüyalarda böcekler veya küçük hayvanlar şeklinde simgeleştirilirler. Doğum sudan çıkma, suya düşme sudan kurtarılma gibi suyla bağlantılı şekillerde temsil edilir. Ölmek yolculuklarla özellikle tren yolculuğu ile sembolize edilirler. Çıplaklık ise giysi ve üniforma ile temsil edilir. (Freud, 1998a: 164, 165).

Freud'un semboller listesi hemen hemen sadece cinsiyet ve cinsel ilişkiler üzerinde durmaktadır. Uzun ve sivri olan her şey, örneğin; sopa, baca, çan kulesi, çiçek sapı, sigara, kalem, anahtar, ağaç, kök, muz vb. fiziki benzerlikten ötürü; tabanca, bıçak, forseps, toprağı süren sapan vb. şeyler ima ettikleri "bir şeyin içine girme" fonksiyonları sebebiyle erkek cinsel organı ifade eden sembollerdir. Bunlara gene çeşitli ortak noktalar bulunarak daha başka semboller de ilave edilebilir. Şapka, asker, cüce, kapıcı, Türkçedeki Ahmet, Mehmet kabilinden John, Dick, Henry, Hans gibi yaygın isimler, sincap, fare, inek memesi, uzun geometrik şekiller, kuş, 3 rakamı vb. aynı şekilde yuvarlak, oyuk veya içine bir şey konabilen objeler kadın cinsiyet organını temsil eden sembollerdir. Cinsel münasebet ise bir temas, bir irtibat gösteren faaliyetlerle veya bazı hareketlerle temsil edilir. Örneğin ata binme, merdiven tırmanma, telefon etme, dans etme, karşı cinsten biriyle yemek yeme, araba kullanma, balık avlama, çift sürme gibi. Böylelikle psikanalitik literatürde erkek cinsel organ için 102, kadın cinsel organ için 95 ve cinsel münasebet için de 55 sembol yer almıştır. (Özbydar, 1971: 29).

Freud'a göre insan hayatındaki dört olgu düşlerin içeriğini beslemektedir. Bunlar: (Freud, 1998a: 177- 180).

- Düş görenin uyanıklık yaşamında bilmediği ve ayımsamadığı simgesel bir anlatım biçimini emrinde bulundurduğu olgusudur.

- Simgesel ilişkiler düş görenler ya da anlatım bulmalarını sağlayan düş işlemi için garip ilişkiler değildir. Gördüğümüz gibi aynı simgecilik söylenceler, masallar vb. yerlerde insanlar tarafından kullanılırlar. Bu anlamda düş simgeciliği de normaldir.

- Düşlerde simgecilik hemen her zaman cinsel nesne ve ilişkileri anlatmak için kullanılmaktadır.

- Düş sansürü simgeciliği kullanmaktadır.

Ayrıca düş yorumunda şu şekilde işleyen bir kural bulunur: “Düşte duyulan bir konuşma her zaman işitilmiş ya da düş görenin uyanıklık yaşamında gerçekleştirilmiş bir konuşmadan türetilmiştir.” (Freud, 2003: 152).

4.2.1.8. Freud’un Kabusa Bakışı

Freud, kabuslar üzerinde çok fazla durmamış, kabusların da aslında birer düş olduğunu ancak bu düşlerin insanda var olan kötü arzular nedeniyle oluştuğunu şu şekilde ifade etmiştir:

Kabuslarla ilgili Freud’a “Göreni rahatsız eden ve sık sık uykudan uyanmasına yol açan böyle rüyaları, nasıl olup da isteklerin tatmin edilmesi biçiminde anlayabiliriz?” şeklinde soru geldiğinde Freud; “İnsanın içinde sadist ve mazoşist arzular da vardır. Rüya, bunların tatmin edilmesi amacıyla yönelik olabilir. Ama bu gizli eğilimlerinden haberi olmayan insanın bilinçli benliğinin, bunlardan ürkmesi ve korkması son derece doğaldır.” demektedir. (Fromm, 1997: 149).

4.2.2. Jung ve Rüya

Jung, rüya hakkındaki görüşlerini ilk kez 1931’de, Dresden’de bilimsel bir toplantıda “Rüya Analizinin Pratik Kullanımı” adındaki raporuyla açıkladı. Ona göre eğer bir kimse nörozların etiolojisinde bilinç ötesinin önemli bir rol oynadığına inanıyorsa, bilinç ötesinin direkt ifadesi olan rüyalara önem vermek zorundadır. Yok, eğer bilinç ötesine ve onun önemine inanmıyorsa rüya analizine de önem vermeyebilir. (Ersevim, 1997: 310).

“Jung’a göre düş; ruhun en içsel bölümünde saklananların, ego bilinci oluşmadan da var olan ve her zaman var olacak olan ruha, yani karanlık kozmik geceye açtıkları küçük ve gizli bir kapıdır. Düşlerde bilinç kendini ayırır ve insan asıl gecenin içindeki gerçeğe daha yakın olan evrensel sonsuz insana daha çok benzemektedir. Asıl insan orada hala bir bütündür. Egosu yoktur ve doğadan ayrıştırılamaz. Her şeyin bütünleştiği derinlerden düş yükselir ve hiçbir zaman çocukça, garip ya da ahlaksız olarak nitelendirilemez.” (Jung, 2001a: 18).

“Jung rüyaya farklı bir anlam ve işlev yükleyerek bastırılmış bir arzunun ifadesinden çok kişinin o andaki psikolojik durumunun en yalın tasviridir der.

Kişiliğin objektif ve doğal ürünüdür. Rüyalar insanları aldatmaz, yalan söylemez, hiçbir şeyi tahrif etmez ya da gizlemez.” (Sambur, 2005: 114). “Jung’ta biricik gerçek şudur ki; rüya ilahi bir ses, bir elçidir ve yabancı zihne zerre kadar zarar vermeyen tükenmez bir mesele kaynağıdır.” (Jung, 1993: 33).

“Jung’un görüşüne göre; rüyalar, ruhun doğal bir ürünüdür. Bunlar homostatik veya kendi kendini düzenleyici bir işleve sahiptir. Ayrıca rüyalar kişisel intibak, gelişim ve hayatta kalma ile ilgili zaruri birtakım biyolojik adaptasyon kurallarına tabidir. Jung’un rüya teorisi dört başlık altında toplanabilir:

- Rüyalar bilinç düzeyindeki bir niyet veya arzudan bağımsız olarak, tabii ve kendiliğinden oluşan olaylardır.

- Rüyalar kişiliğin dengesini ve bireyselliğini teşvik etmeye yönelik maksatlı ve dengeleyici unsurlar barındırır.

- Rüya sembolleri birer işaret olmayıp, gerçek sembollerdir ve aşkın bir fonksiyona sahiptir.

- Serbest çağrışıma dayalı yorumlardan çok, amplifikasyon ve aktif imgelem teknikleri rüyaların sağaltım gücünü ortaya koyar.” (Stevens, 1999: 105, 106).

Düş ruhsal bir oluşumdur, bilincin alışılmış verilerine ters düşer; görünüşü, doğası ve anlamı bakımından bilinç olaylarının aralıksız gelişiminin sınırında yer alır. Genelde ruhun bilinçli yaşamının bütünleyici bir parçası olarak belirmez; hemen hemen dışımızda kalan ve umulmadık anda karşımıza dikiliveren yaşanmış bir ara olaydır daha çok. Oluşumunun özel koşulları, kuraldışı durumunu onaylar niteliktedir. Düş, bilincin diğer verileri gibi, yaşam olaylarının mantıksal ve coşkulu uzantısının bir meyvesi değildir. Uyku sırasında ortaya çıkan psişik bir etkinliğin tortusudur. Yalnızca kendisine özgü olan bu kaynak, onu bilincin diğer içeriklerinden ayırır bilinçli düşünceyle apaçık ters düşen yapısı, onu ötekilerden daha da farklı kılar. Düşler yalnızca bilinçli uzantıların sınırlarında yer almazlar çünkü düşlerde izlenimlerden, düşüncelerden, geçmişin ruh durumlarından kaynaklanan ayrıntıların yer aldığı görülebilmektedir. Rüyalardaki hakimiyet aslında geçmişe yönelik uzantıdır. Kimi düşlerde ise farklı olarak geleceğe yönelik uzantılar görülmektedir, bu tür düşler görenlerin yaşamlarına büyük derecede etkilerde bulunurlar. Yalnız bu tipteki düşlerin birçoğu huy bozukluklarına yol açmaktadır. Rüyaların çoğu, uyanıldığı anda bellekten çıkar, bir bölümü güçlkle anımsanır

açıkça anımsananların sayısı ise oldukça azdır. Aslında hatırlamadaki bu farklılıklar, rüyada beliren çağrışımların ve belirtilerin niteliğine bağlıdır. Düşlerde beliren görünümlerin ilişkisi, mantıksal düşüncenin tam tersine son derece fantastiktir. Oysaki bu çağrışımlar bilinçaltında yer alan ve bilinçle belirli ilişkileri olan yapılardır. Bilinçaltı, bilinçli olmayan demektir ve bu nedenle düşün o andaki bilinçli ruhsal duruma kattığı, kökünden değişik bir davranışa ait görünümlerdir aslında. Rüyanın bu işlevinin psişik bir dengeyi, düzenli etkinliğe gerekli denge ağırlığı oluşturduğu söylenebilir. Uyanık durumdayken değer verilmeyen, iyi tanınmayan, bilinçaltında kalan tüm görüş noktaları simgesel bir biçimde kişinin düşünde belirlemektedir. Düş kişiyle simgesel bir sözlük aracılığıyla iletişim kurar yani iletişim araçları imgesel ve doyumsal görünümler, düşünceler, yargılar, kavramlar, zorlamalar, eğilimler, vb.dir. Bütün bu sayılanlar, bilinçaltına itilmiş, kişinin farkında olmadığı şeylerdir. Rüyalar, bilinçaltı etkinliğinden kaynaklanarak orada uyuklayan içeriklerin tanıtımını gerçekleştirir. Şüphesiz, bilinçaltındaki tüm içerikleri değil de yalnızca çağrışım yoluyla harekete geçen ve bir anlık bilinç durumuyla ilinti kuran içerikleri gün ışığına çıkarır. Bir düşün eksiksiz yorumlanması isteniyorsa muhakkak bu rüyaya uygun düşen bilinç durumunun da derinlemesine tanınması gerekmektedir. Düş, kişiye tamamlayıcı bilinçaltının yüzünü açar yani bilinçaltında yer alan gereçleri verir, bunu da bir anlık bilinç durumundan yararlanarak yapar. Bilinç verilerinden haberdar olmayan birisi, bir düşü doyurucu biçimde yorumlayamaz. Jung eserinde bu konuya şu rüya ile örnek vermektedir:

Bir gün bir beyi konsültasyona aldım. Bilime düşkün olduğunu ve psikiyatri konularına, o da ancak kitaplar aracılığıyla, ilgi duyduğunu anlattı. Ayrıca sağlığının iyi olduğunu, bana hastalığı nedeniyle değil, psikolojiye duyduğu ilgi nedeniyle geldiğini söyledi. Neşesinin yerinde olduğunu, çeşitli meraklarını giderdiği, boş zamanlarının bulunduğunu ekledi. Benimle tanışmayı ve kendisine psikiyatrinin sırlarını ve kuramını öğretmemi istiyordu. Bu açıklamalar benim için fazla önem taşıyordu. Bir randevu vermem için yazılmış şeylerdi bunlar. Randevumda konu düşlere geldi ve adama bu akşam düş görüp görmediğini sordum. Olumlu yanıt verdi ve rüyasını anlatmaya başladı. Adam rüyasını şu şekilde anlattı: “ Duvarları çıplak bir odaya giriyorum. Hastabakıcıya benzer biri beni karşılıyor ve bir masaya oturmamı istiyor. Masanın üstünde içmek zorunda olduğum bir şişe kefir var. Doktor

Jung'a gitmek istiyorum ama hastabakıcı benim bir hastanede bulunduğumu Jung'un beni kabul edecek zamanının olmadığını söylüyor." Düşün içeriğindeki çağrışımlardan Jung aslında bu adamın hasta olduğunu ve nevrozunun varlığını ard-düzleme atıp felsefeci ve psikolog olarak benimle ilgilenmek işine geliyordu. Oysaki rüyası çok kötü bir biçimde bunu anımsatmış ve açık yürekli olmaya onu zorlamıştı. Aslında adamın düşü onun bir hastanede gerçekten tedaviye ihtiyacının olduğunu anlatmaktaydı. (Jung, 2001b: 157- 169).

"Jung'a göre kompleks; karmaşalardan, travmatik etkilerden ya da bazı uyumsuz eğilimlerden oluşan kopuk ruh parçalarıdır. Çağrışım testlerinin kanıtladığı üzere, kompleksler, istencin niyetlerine karışır ve bilinçli davranışları bozar; belleği tedirgin eder, çağrışımların akışında tıkanmalara yol açar. Kendi yasalarına göre belirir ve yok olur; geçici bir süre bilince saplanır, ya da bilinçdışı bir yoldan konuşmayı ve davranışı etkiler." (Jung, 1997: 406).

Jung, rüya ile bilinçaltındaki komplekslerle bireyin ne yaptığını ve komplekslere karşı bireyin kendisini nasıl hazırladığını bilmek istemektedir. Ona göre rüya bireye o kompleksten kurtulmasının yolunu gösteren bir mesaj vermektedir. Bu anlamda rüyadaki imaj ve sembollerin birey için ifade ettiği özel anlam üzerinde yoğunlaşarak amplifikasyon yöntemini kullanmıştır. Amplifikasyon yöntemi, rüyanın yorumunun bizzat rüyada gizli olduğundan hareket etmektedir. Bu yöntem rüyanın başka yerlerde olabilecek paralel anlamlarını ve motiflerini aramaktadır. Rüyasal motifleri ve imajları zengince anlamlandırmak için bu metot her türlü imaj, sembol, efsane ve mitem yararlanmaktadır. Arkeoloji, din, edebiyat, mitoloji ve folklor gibi insani faaliyet alanları bu metodu besleyen doğal bilgi kaynaklarıdır. Bu metodu kullanmasıyla Jung, rüya yorumuna bütüncül yaklaşımın öncülüğünü etmiştir. (Sambur, 2005: 120- 122).

Jung, rüyaların sebeplerini ele alırken kimisinin insan kökenli kimisinin ise ilahi kökenli olduğunu belirtmiştir. Ona göre rüyaların dört sebebi vardır: (Apaydın, 1997: 278).

- Bedenin etkisi, dış etkilerle görülen rüyalar.
- Sevgi, nefret, ümit ve korkunun belirlediği zihnin etkisi (telafi rüyaları) ile görülen rüyalar.

- Şeytanın etkisi (şeytan şimdiki sebeplerden yola çıkarak gelecekteki doğal etkileri bilebilmektedir, insandan gizli olan geçmiş ve şimdiki şeyleri bilmektedir ve onları insana rüyasında göstermektedir) ile görülen rüyalar.
- Tanrı tarafından gösterilen rüyalar. (Bu, peygamberler ve kutsal kimselere gönderilmiştir.)

Jung, bilinçaltını dinsel bir kavram olarak yorumlamaktadır. Ona göre bilinçaltı yalnızca kişiye özgü zihnin bir parçası olamaz, bilinçaltı kontrolümüzü aşarak zihinlerimizden içeri zorla dalan bir güçtür. “Rüyalarınızda (bilinçaltına ait) bu sesi algıladığımız gerçeği hiçbir şeyi kanıtlamaz, çünkü sokaktaki sesleri de duyabilirsiniz, ama bunları kendinize ait olarak açıklayamazsınız. Bu sesi tek bir durumda meşru olarak kendi sesiniz olarak adlandırabilirsiniz; o da bilincinizin yapısını bütünü bir parçası ya da büyük bir dairenin içine aldığı daha küçük bir daire olarak varsaydığımızda. Arkadaşına şehri gezdirirken banka binasını göstererek “İşte benim bankam.” diyen basit bir banka memuru da aynı ayrıcalığı kullanıyordur.” Jung, kendi din ve bilinçaltı tanımının kaçınılmaz bir sonucu olarak bilinçaltı belleğin doğasından dolayı bilinçaltının bizim üzerimizdeki etkisinin “başlı başına dinsel bir olgu” olduğu düşüncesine varır. Bu düşüncüyü, hem dinsel inancın hem de rüyanın dinsel bir olgu olduğu, çünkü her ikisinin de kendi dışımızdaki bir güç tarafından ele geçirilişimizin bir ifadesi olduğu görüşü izler. (Fromm, 2006: 27, 28).

“Rüyada ortaya çıkan sembollerin anlamlarını Jung *aktif imajinasyon* (active imagination) dediği bir metotla keşfetmeye çalışmıştır. *Aktif imajinasyon* bireyin subjektif gerçekliğini objektif olarak gözlemlemesi ve kurgulamasıdır. Belli başlı *aktif imajinasyon* teknikleri arasında rüya motifini çizmek, onun hakkında yazı ya da şiir yazmak gelmektedir. Bu metot bireyin rüyada gördüğü imajı sonradan nasıl yeniden yarattığı ve ona ne anlam verdiği sorusuna cevap bulmayı amaçlamaktadır. Sembollerin çizimini yapmak suretiyle giderek bilinçaltından gelen materyalin pasif bir alıcısı olmaktan çıkan birey kendi bilinçaltının belirleyicisi durumuna gelmektedir.” (Sambur, 2005: 126).

“Jung’a göre rüyalar çoğunlukla hastaların durumunu düzenler. Bu anlamda tedavi olan hastaların düşleri, doktorlarına tedavi sürecinde etkisi yadsınamayacak anlamda yol gösterirler. Bütün düşlerin bilinç verileriyle aralarında bütünleyici bir

ilinti bulunur ancak ödünleyici işlevi olan rüyalarındaki olguların açıkça belirmesi zordur. Ödünleme ya da telafi, engellenen ve doyurulamayan dilek, istek ve davranışların yarattığı tedirginliği, onların yerine geçebilecek başka dilek, istek ve davranışlarla gidermektir. Bu uyum mekanizması, üstün olma ve beğenilme ihtiyacının herhangi bir şekilde engellenmesi sonunda ortaya çıkar.” (Baymur, 1972: 102).

Bir yaraya, bulaşıcı hastalığa ya da anormal yaşam biçimine beden nasıl eksiksiz tepki gösterirse, ruhsal işlevler de aynı biçimde düzen bozucu ve tehlikeli karışıklıklara kendilerine özgü bir savunmayla tepki gösterirler. Aynı şekilde rüyalar da bilinçaltındaki gereçleri bilinç durumunun verileri aracılığıyla simgeleştirerek, bilince aktarma özelliğiyle bu yararlı tepkiler arasında yer alır. Bu bilinçaltı gereçler arasında, uyku durumunda belirmeyi sağlayacak yeterli enerjiye sahip olan bütün çağrışımlar bulunur. Düşün ve imgelerin yararlılığı ilk bakışta anlaşılmaz; rüyanın görünür içeriğinin çözümlenmesi, ödünleyici öğeleri gizli içeriğinden ayırmak için gereklidir. İnsan bedeninin savunma tepkilerinin çoğu bilinmedik yapıdadır; yararlı görevlerini gün ışığına çıkarmak için derin bilgiler edinmek ve kesin araştırmalar yapmak gereklidir. Ödünleyici psikik fenomenler hemen hemen her zaman bireysel olduklarından, ödünleyici doğalarını açıklığa kavuşturmak için karşılaşılan güçlükleri daha da büyütürler. Ödünleme kuramına göre yaşam konusunda oldukça kötümser düşünen birisi rüyalarında huzur dolu ve iyimser olur. Ancak inatçı bir kişiliğe sahip bir hasta ise düşündüğünden daha da kötüsünü rüyalarında yaşayacaktır; bu tür tedavi ise *Similia similibus curantur* (çivi çiviye söker ya da benzerleri, benzerleriyle iyileştirmek gerekir ilkesi) ilkesine dayanmaktadır. (Jung, 2001b: 170- 173).

“Psişenin doğasında bulunan, bireyleşmeye doğru işleyen, (yani psişenin ‘bütünlüğe’ doğru gelişimi) bu telafi edici fonksiyon yalnızca insanoğluna verilmiştir. Hatta insana has bir psikik aktivitedir.” (Jacobi, 2002: 100).

“Düşlerin ödünleyici işlevi dışında tam tersine bir işleve sahip olan tanıtıcı işlevi de vardır. Varlığını bilinçaltında sürdürerek bilinç etkinliğinin bir üretimi biçiminde ortaya çıkar; hazırlayıcı bir taslak, ayrıntılı bir çizim, uygulanır bir plan tasarısını akla getirir. Simgesel içeriği olanak buldukça, bir iç çatışma çözümünü kapsar.” (Jung, 2001b: 175).

“Bilinç durumları dış çevreye uyum sağlamış kişilerde ise düşün bir farklı işlevi görülmektedir. Bu işlev indirgeyici işlevdir. Buna göre; kişisel karakterlerle uyum kötüdür. Bunlar, bilinç durumları ve uyum sağlama güçleri bireysel kaynakları aşan kimselerdir. Bu kişiler, örneğin, ortak bir ereğin, ortak bir çıkarın ya da toplumun kör desteğinin etkisiyle, doğanın kendilerine tanıdığından çok daha üst bir düzeye ulaşmış görünürler. İç durumları ise dış görünüşlerinin ulaştığı yükseklikte değildir, bu nedenle de bu tür olgularda bilinçaltı indirgen bir işlev görür. İndirgeyici işleve sahip düşler; bozucu, parçalayıcı, değer düşürücü hatta yok edici özelliğe sahiptir.” (Jung, 2001b: 177).

Bilinçli yaşamın oldukça coşkulu bir olayını yansıtan işlevselliğe ise tepkisel işlev denilmektedir. Bu işlev sayesinde düşlerde derin olaylar bir anda ortaya çıkar. Yaşanmış önemli olayların, beklenenlerin dışında, öznenin dikkatinden kaçan ve düşsel bir türetime katılan açıklayıcı ve simgesel bir yanı vardır. Bazen de sinir sisteminin bir doku bozukluğuyla nitelenen bir ruhsal yaralanma yaratmış olan kimi nesnel olayların yer aldığı düşlerdir. (Jung, 2001b: 179, 180).

Jung psikolojisinde anlamlarına göre rüyalar üç tipe indirgenebilir:

- Belli bir bilinçli durumdan sonra, bilinçdışının tepkisi olarak gelen rüya. Açıkça günün etkisini dile getiren rüyalarlardır.

- Belli bir bilinçli durum tarafından kışkırtılmayan, bilinçdışından kendiliğinden çıkan rüya. O anın bilinçli durumundan o kadar farklı bir durum yaratır ki, bilinç ile bilinçdışı arasında bir çekişme doğar.

- Eğer bilinçdışının zıt durumu daha güçlü ise, eğitim bilinçdışından bilince doğru olur. İşte o zaman, bazen bilincin yönelimini tamamen değiştiren hatta tersine çeviren önemli rüyalar görülür. Bu rüyalar görünürde bilinçle hiç ilişkisi olmayan bilinçdışı süreçleri yansıtırlar. Özde arketipsel rüyalarlardır. (Jacobi, 2002: 105).

Bir rüyanın anlaşılmasında, Jung’a göre birinci adım onun tüm kapsamının belirlenmesidir. Bu, rüya ile rüya sahibi ve onun yaşamı arasındaki ilişkiler ağına açıklık kazandırılması ve rüyada sergilenen çeşitli imajların önemini saptanması demektir. Örneğin, rüyada birisinin annesi görünebilir: Şimdi, herkesin kafasında annenin ne anlama geldiği üzerine bir fikir vardır, fakat her kişi için anne imajı farklıdır ve bu imajın önemi zamandan zamana bile değişmektedir. Anne düşüncesi bir kişi için sevgi, sevecenlik ve koruma ile ilişkili ve bir başkası için de güç,

kızgınlık ve hayal kırıklığı ile ilişkili olabilir. Böylece rüyada bir annenin görülmesi duruma göre değişik anlamlara gelebilir. Elden geldiğince her imaj ve simge sırayla göz önüne alınarak rüya sahibi için ne anlama geldiği mümkün olduğu kadar doğru bir biçimde saptanmalıdır. Bu işlem dikkatle tamamlanmaya kadar rüyanın anlamını anlayabilecek bir duruma ulaşılamaz. Görüldüğü gibi Jung'un rüya yorumlaması üzerine belirli bir yöntemi yoktur. Çünkü her rüya, rüya sahibinin bilinçdışının doğrudan bir ifadesi olarak ele alınır ve yalnızca bu ışıktaki anlaşılabilir. Jung'un rüyaları ele alış biçimi serbest ilişki (serbest ilişkide rastgele ilişkiler dizisi nereye giderlerse gitsin izlenmektedir) yönteminden farklıdır. Tek bir rüya yerine bir dizi rüya, yorumlama için daha doyurucu bir temel oluşturur. Çünkü bilinç dışının sergilediği konu daha açık bir duruma gelir. Rüya nesnel ya da öznel düzeyde yorumlanabilmektedir. Nesnel düzeyde rüyanın çevrede olup bitenlerle ilişkisi kurulur ve rüyada görünen insanların rüya sahibi ile ilişkileri ve olası etkileri analiz edilir. Öznel düzeyde ise, rüyadaki figürlerin rüya sahibinin kişiliğinin belirli yönlerini temsil ettikleri kabul edilir. (Fordham, 1994: 125- 127).

Jung'a göre simgeler daha önceden bilinmeyen şeyleri ifade eden canlı oluşumlardır, bunlar sezgisel fikirlerin kesin ve açık bir anlatım şeklidir. Bu açıdan semboller söylediklerinden daha fazla anlam içerirler ve kişinin düşüncelerine, duygularına sürekli meydan okurlar. Semboller psikolojik bir durumdan ötekine geçişi kolaylaştıran aşkın bir fonksiyona sahiptir. Bu sebeple sağaltım ve kendiliğın gerçekleşmesi için gereklidir. Rüya üzerinde çalışırken Jung için öncelikli iş onu yorumlamak değil, pekiştirmektir. Bu rüyanın atmosferine girerek imge ve sembollerin yanısıra ruh haletini saptamaktır. Jung'un terapi yönteminde bir rüya üç aşamada ele alınır. İlk etapta rüya bağlamı rüya görenin yaşantısında tesis edilmeye çalışılır. Böylece rüyanın kişisel açıdan önemli yönleri açığa çıkartılır. İkinci olarak, rüya görüldüğü ortam ve zamanla ilgili olduğu için kültürel bağlamda tanımlanmaktadır. Son olarak, rüyalar, insanları atalarına ait yıllanmış deneyimlerle en derin düzeyde ilişkilendirdiklerinden dolayı rüyayı insani hayat bağlamına yerleştirebilmek için arketipik içerik araştırılır. (Stevens, 1999: 109- 112).

“Simgeler, arketiplerin dıştan gözlemlenebilen belirtileridir. Arketipler kolektif bilinçdışının derinliklerinde gömülü olduklarından ancak simgeler vasıtasıyla kendilerini ifade etme imkanı bulurlar. Varlıklarından kişinin haberdar olmamasına

karşın arketipler davranışlara sürekli olarak yön verirler. Kolektif bilinçdışına ilişkin veriler ancak simgelerin ve rüyaların anlaşılması ve yorumlanmasıyla toplanabilir. Semboller ve simgeler, kişilik gelişimini mümkün kılan çatışmaları çözümleyen ve zıt kutupların aşkınlığına imkan tanıyan doğal bir gelişim faktörüdür. Bu nedenle Jung, sembollerin psikolojik bir durumdan ötekine geçişi kolaylaştıran aşkın bir fonksiyona sahip olduklarını ileri sürmüştür. Semboller bu yüzden benliğin bireyleşmesi için gereklidir.” (A.R. Aydın, 2004: 71, 72).

Jung’a göre insanda “Bilinç”, “Kişisel Bilinçdışı” ve “Kolektif Bilinçdışı” olmak üzere üç farklı psişik alan vardır. Bilinç, insanın kendi psişesinin içerikleriyle ilgili doğrudan bilgisini içerir. Kişisel bilinçdışı, daha önce bilinç alanında olmalarına karşın, etkinlik güçlerini kaybettikleri için unutulmuş, bilincin dikkatini üzerinden uzaklaştırmış ya da dikkatini çekmediği halde herhangi bir şekilde psişeye ulaşmış içeriklerin toplandığı kısımdır. Kuşkusuz Jung Sistematik Psikoloji’ye en büyük katkısını kolektif bilinçdışı düşüncesiyle yapmıştır. Kolektif bilinçdışı, doğuştan aktarılan, bireysel tecrübelerle elde edilmeyen, tüm insanlığın hatta tüm hayvan aleminin sahip olduğu ilksel formlardan oluşan ve bireysel psişenin temellerini teşkil eden ortak içeriklerden oluşur. Jung, bilinçdışının kolektif kısmının rüyalarda belirmediğini söylemektedir. Rüyalarını her zaman önemseyen Jung, bilinçdışı keşfini dayandırdığı bir rüyasından özellikle bahseder: Rüyasında kendisini tablolarla donatılmış bir evin üst katında bulur. Bir alt kata indiğinde daha eski malzemelerin bulunduğu ve Orta Çağ’ı andıran bir dekorla dikkati çeken bir manzarayla yüz yüze gelir. En sonunda bodruma indiği zaman, tarih öncesini hatırlatan ilkel kültürlere ait kalıntıların, tozlanmış, parçalanmış kapların ve kemiklerin etrafa serpiildiği bir mekanla karşılaşır. Şüphesiz bu rüya, Jung’un bilinçdışı düşüncesini sistemleştirme sürecinde önemli dayanaklardan birisini teşkil etmiştir. Jung rüyasında gördüğü evi ruhsal bir imge; üst katı kişiliğin bilinç boyutu, zemin katı bilinçdışının ilk basamağı olan kişisel bilinçdışı, bodrum katı ise tüm insanlığın ortak deneyimlerinin toplandığı kolektif bilinçdışı olarak yorumlamıştır. Ona göre henüz yaşamadığı birtakım tecrübeler, aslında bilinçdışından sembolik yapılar halinde rüyalarında belirlemektedir. Jung vahiy ve ilhamı bilinçdışının en önemli ifade şekilleri olarak görmektedir ve Eski Ahit’te geçen peygamberlerin

bizzat gördükleri rüyalarını vahiyleri olarak anlamaştırılmıştır. (Bahadır, 2007: 67-79; Jung, 1997: 25- 27).

Kolektif bilinçdışına kanıt olarak; Jung, bu kaynakların hepsinde belirli imge ve simgelerin sürekli tekrarlandığını söylemektedir. Örneğin akbaba simgesi, günümüz insanların rüyalarında yer aldığı gibi bu rüyayı gören insanların hiç bilmediği kültürlerin dini yazıtlarında ve mitolojilerinde de benzer şekilde yer almaktadır. (Burger, 2006: 159).

Bilinçdışının mekanizmasını ve içeriğini araştırmanın en etkin yolu düşlerdir. Düşler, bilinçli ve bilinçdışı, bilinen ve bilinmeyen öğelerden oluşur. Bu öğeler karmakarışıktır; günün olayları bir yana, bilinçdışının en derin içeriğini dahi kapsayabilir. Bu öğelerin düşlerde sıralanışı, ne nedenselliğe, ne zamana, ne de mekana bağlıdır. Düşlerin dili eski çağların dilidir, anlamı ancak özel yöntemle ortaya çıkarılabilir. Jung, düşlere büyük önem verir; yalnızca bilinçdışına götüren bir yol değildir düşler, aynı zamanda bilinçdışını ayarlayan düzenin en büyük bölümünü oluştururlar. Çünkü düşler “Öte Yanı”, yani bilinçli davranışın karşıt yanını anlatırlar. (Jung, 1997: 60).

“Jung’a göre rüyalar bilinçdışı dünyamızın bir anlatım biçimidir ve insanın doğal gerçeğini yansıtır. Bu tanımlama tüm rüyalar için geçerli olmayabilir. Birçok rüya günlük olaylarla ilişkilidir ve psişenin derinliklerini yansıtmaz. Bazen insan kendisine çok yabancı gelen bir rüya görebilir. Sanki kişi bambaşka bir dünyaya gitmiştir. Gerçekte bu başka dünya kişinin kendi bilinçdışıdır. Jung bunları büyük rüyalar olarak isimlendirir. Egonun dış dünyayla ilişkilerinde başarısızlığa uğraması sonucu bilinçdışında ortaya çıkan aksaklıklar böyle bir rüyanın görülmesine neden olur. Jung düşüncesine göre rüyanın gayesi bilinçdışı potansiyelini kişiliğin bütünü için geçerli kılarak bireyleşmeye hizmet etmektir.” (A. R. Aydın, 2004: 70- 71).

“Jung’un geliştirmiş olduğu içe dönüklük ve dışa dönüklük kavramlarını merkeze alan kişilik psikolojisinde; dışa dönük birey, nesnel gerçekliğe, insanların dünyasına ve kendi dışındaki eşyaya yönelir içe dönük birey ise öznele, dışarıdakilerin ulaşamayacakları içsel- ruhsal dünyaya yönelir. Burada, psişik enerjinin ya da hayat gücünün yöneldiği iki temel doğrultu söz konusudur. Ona göre bu iki doğrultu birbirini dengeleyen bir etkileşim içindedir. Yani bilinç alanında dışa

dönük olanın bilinçdışında içe dönük olmasıdır. Aynı şekilde, bunun tersi de mümkündür. Burada bilinçdışı olgular rüyalarda sembolik olarak görülmektedir. Kişilik psikolojisinin dört fonksiyonu olan; düşünme, duyma, hissetme ve sezme kavramlarından da hissetme ve sezme rüya yolu ile gerçekleşmektedir.” (Holm, 2004: 134, 135).

“Jung’a göre rüya, bilinmeyen sestir, bir elçidir. Yine ona göre rüya, doğal ve normal psişik bir olgudur. Rüya, bilinçdışı gerçeğin, kendiliğinden, kendine özgü ve sembolik tablosudur. Freud’un sandığı gibi bir belirti veya kılık değiştirme değildir. Rüya, nesnel veya öznel yorum düzeylerine sahiptir. Nesnel düzeyde rüya, çevredeki gerçek insan ilişkileri ağına göre, öznel düzeyde ise, figürlerin rüyayı görenin kişiliğinin belli yanlarını temsil etme ihtimaline göre yorumlanır. Jung’un rüyaya getirdiği bu özgünlükte, rüya sahibi ile doğrudan ilişkisi olmayan kolektif bilinçdışına ait rüyaların da olabileceğini, buradaki sembollerin eski atalarımızın, yaşantılarına, tarihe ve mitolojiye uzanabileceğini, söylemesidir. Uslar da benzer şeyleri dile getirmektedir.” (Apaydın, 1997: 266).

“Jung’a göre rüyalar; bilinçdışı zihninin muhtemel dini eğilimleri hakkında bilgi kaynağı olarak kullanılabilir.” (Jung, 1993: 38). Sufiler her zaman rüyalarına büyük önem vermişlerdir ve bunu manevi yolda bir yol gösterici olarak ele almışlardır. Sufi risaleleri incelendiğinde güçlü bir Jungiye yönelim olduğu anlaşılmaktadır. Bu da sufi sistemdeki manevi eğitim ile Jungiye bireyleşme süreci arasında büyük benzerlikler olduğunu göstermektedir. Jung’un içteki nitel alanı tanımlanmaya adanması, Kendilik (self) gerçekliğini anlamayı amaç edinmesi ile sufilerin ulaşmak istedikleri nokta hemen hemen aynıdır. Özellikle “Mysterium Coniunctionis” adlı eserinde Jung zengin sembolik ayrıntılara değinmektedir. Bu semboller manevi yolda bütüne ilerleme bakımından önemli psikolojik dinamiklerdir. Manevi yolda ilerlemenin başlangıcında yani gruba katılımın başladığı zamanlarda sık sık rüyalar görülür ve bu rüyalar gerçekten çok önemlidir. Jung’un gözlemine göre, bilinçsizce birtakım şeylerin olduğuna kanaat getirilince bunların bir rüya veya rüyalar ile ilişkileri göz önüne alınır. Çoğunlukla biri gruba katıldıktan hemen önce veya sonra bir rüya görmüştür. Bu rüya, o kişinin manevi yolunun yönelimini belirtebilir, nasıl bir psikolojik çalışmaya ihtiyaç olduğunu gösterir. (Fernandez, 1994: 131- 137).

“Jung, düşlerde bir yapı benzerliği görür. Düşler, bir bakıma kendi başlarına şu şekilde birer bütün oluştururlar: (Jung, 1997: 63).

- *Zaman, yer ve kişiler*: Bu, düşün başlangıcıdır; çoğu kez eylemin yer aldığı sahne ile oynayanları belirtir.

- *Sunuş*: Sorunun ortaya konmasıdır. Burada, merkezdeki içerik sunulur. Bilinçdışı, düş boyunca yanıtlayacağı soruyu çerçeveler.

- *Peripesi*: Düşün belkemiğidir; konu örülmüştür, eylem bir doğru, dönüşüme ya da faciaya doğru yükselir.

- *Lisis*: Çözüm, düşün sonucu, anlamlı sona ermesi ve dengeleyici içeriğinin ortaya konmasıdır.”

“Jung, rüyaları sadece geçmişe dönük ve nevrozları açıklamada değil, aynı zamanda kişiye yol gösterici, tedavi edici ve ileriye dönük olgular olarak da görmüştür.” (Jung, 1993: 12). “Jung, bir hastaya hiçbir zaman bir yorumu kabul ettirmeye çalışmaz. O, rüyanın sahibinin rüyasını kendisinin anlamasının analizcinin anlamasından daha önemli olduğuna inanır; ancak, ideal olarak yorumlama karşılıklı düşünme ve kabullenmenin sonucunda ortaya çıkmalıdır. Jung’un yapıtlarının çoğu hastaların kendi bilinçdışı gereçlerini ele alabilmelerine yardımcı olmaya ayrılmıştır.” (Fordham, 1994: 138).

Özetle Jung’un rüya teorisi dört başlık altında toplanabilir: (A. R. Aydın, 2004: 69, 70).

- Rüyalar, bilinç düzeyindeki bir niyet veya arzudan bağımsız olarak tabii ve kendiliğinden oluşan olaylardır.

- Rüyalar, kişiliğin dengesini ve bireyselliğini teşvik etmeye yönelik maksatlı ve dengeleyici unsurları barındırır.

- Rüya sembolleri birer işaret olmayıp, gerçek sembollerdir ve aşkın bir fonksiyona sahiptirler.

- Serbest çağrışıma dayalı yorumlardan çok amplifikasyon (genişletme, yüceltme) ve aktif imgelem teknikleri rüyaların sağaltım gücünü ortaya koyar.

4.2.3. Adler ve Rüya

Bireysel Psikoloji okulunun kurucusu Adler’e göre rüya, herhangi bir durum karşısında oluşturularak vaziyet alışın bir ön provasıdır. Ayrıca rüya, düşünce

sürecinin bir parçasıdır ve bireyin yaşam tarzıyla uygunluk gösterir. Onun rüya yorum teorisi, insanın sürekli olarak kendini geleceğe hazırladığı anlayışından kaynaklanır. Rüyalar, rüya görenin “burada ve şimdi” olan yaşama bakışıyla gelecekteki amaçları ve onlara ulaşma planlarının birleşimidir. (Apaydın, 1997: 264-267).

“O’na göre düş yorumuna ilişkin kapsamlı ve bilimsel nitelikte yalnızca iki kuram bulunmaktadır. Düşleri anlayıp yorumlayabileceğini ileri süren iki ekolden birisi Freud’un psikanalizi, diğeri bireysel psikolojidir. Bu iki ekolden belki yalnızca bireysel psikolojinin, düşleri mantıkla tam bir uyum içinde yorumladığını söylemektedir.” (Adler, 2003: 97).

Adler, rüyalar sayesinde eski tecrübeli psikologların bir insanın karakterini rüyalarından kolayca anlayabileceklerine dikkat çekmiştir. Rüyada geleceğini kendisine güvenlik verecek bir gayeye doğru yöneltmeye, tasarlamaya ve planlamaya çalışan bir organizma faaliyeti belirlemektedir. Rüyalar nadiren anlaşılabilir. O’nun düşüncesinde rüyalar, güçlükleri yenmeye ve gelecekteki durumunu sağlamlaştırmaya çalışan bir ferdin güçlü olmak için gösterdiği çabanın rüyalarında yansımış olduğunu söylenmektedir. Rüyalar kişiye ruhi hayatın problemleriyle ilgili önemli ipuçları vermektedirler. Özel bir konuyla şiddetle ilgilenen bir fert, bir problemi çözme zorunluluğunu geceleyin bile duymaktadır. Bazı insanlar hemen hiç uyumazlar ve problemlerini hiç durmadan zihinlerinde evirip çevirirler, bazıları ise uyurlar, fakat rüyalarında hep tasarıları ile uğraşıp dururlar. Uyuduğumuz sırada düşüncelerimizi işgal eden bu özel olay, dünle yarın arasındaki bir köprüden başka bir şey değildir. Bir ferdin, genellikle hayata karşı takındığı tavrı bilirsek, “şimdi” ile “sonra” arasında ne şekilde köprü kurduğundan haberdar olursak, genellikle rüyalarında kurduğu köprülerin özelliklerini de anlayabiliriz ve buradan geçerli birtakım sonuçlar çıkarabiliriz. Başka bir deyimle, bütün rüyaların temelinde hayata karşı takınılmış olan tavrın bulunduğunu söyleyebiliriz. Belli bir materyalden şu ya da bu şekilde faydalanabildiğimiz ve bazı ifade şekillerine ulaşabildiğimiz taktirde, rüyanın kapsamına giren heyecani unsurların ve düşüncelerin muhtevalarının ne olduğu veya ne gibi bir vasıta ile ifade edilmiş olduklarının hemen hiç önemi yoktur. Bir ferdin hayatı ile ilgili bir problem, rüyada kılık değiştirmiş bir şekilde ortaya çıkmaktadır. Bu anlamda yalnızca kafamızı allak bullak eden şeylerin farkına varırız;

yalnızca bu gibi şeylerdir ki bize, yeryüzünde hayal edebileceğimizden çok daha fazla bilgeliğin saklı bulunduğunu göstermektedir. Rüyanın da, gerçeğin de bir ferdin hayata karşı takındığı aynı tavrı dile getirdiğini görebildiğimiz ölçüde rüyaların geleceği keşfetme bakımından oynadığı rolü anlayabiliriz. Bir rüya, üzerimizde belli bir izlenim bıraktıktan sonra o rüyayı çarçabuk unuturuz ve rüya yorumunda usta olmadığımız taktirde rüyaların arkasında gizlenen şeyi anlayamayız. Rüya, bir heyecanı şiddetlendirmeye ve belli bir problemin çözümlenebilmesi için gerekli olan şevki yaratmaya son derece elverişlidir. Rüya, rüya gören şahsın düşünce süreçlerinin ne şekilde gerçekleştiğini açıkça ortaya koyacaktır çünkü rüya gören şahsın davranış kalıbını dile getirecektir. Rüya, bir yerlerde bir ateş yandığını gösteren bir dumana benzemektedir. Tecrübeli bir oduncu dumana dikkatle izleyebilir ve ne çeşit bir odunun yanmakta olduğunu söyleyebilir. Psikiyatır da, aynı şekilde, bir ferdin rüyalarını yorumlayarak o ferdin tabiatı ile ilgili sonuçlar çıkarabilir. Kısaca, rüya, bir ferdin hayat problemlerinden birine çözüm yolu aradığını göstermekle kalmaz; aynı zamanda bu problemleri ne şekilde ele aldığını da gösterir. Özellikle rüya gören şahsın dünya ve gerçeğe olan ilişkilerini etkileyen şu iki faktör, “sosyal duygu” ile “güçlü olmak için gösterilen çaba”, rüyada açık ve seçik bir şekilde ortaya çıkacaktır. (Adler, 1973: 63- 125).

“Rüyalarda hiçbir zaman gerçek hayatta yer almayan olaylar olmaz. Hasta, sağduyuya aykırı hareket etmenin cazibesini hisseder. Rüyasında, hayat tarzının gösterdiği davranışta bulunmak ister. Bu bir kendini aldatma yöntemidir. Hasta bu soruna gerçekten eğildiği takdirde, mantığın dışına çıkmayacaktır. Rüya anolojisi onu aldatmaktadır.” (Adler, 1993: 214).

Adler; düşün amacını bizde uyandırdığı duygularda aramak gerektiğini belirtmektedir. Düş, ruhumuzda kimi duygular uyandırmak için izlenen bir yol, başvuru bir araçtır. Düşün amacı, geride birtakım duygular uyandırmaktır. Ayrıca düş, yaşam üslubunun bir ürünüdür ve yaşam üslubunun kurulup çatılmasına ve güçlendirilmesine katkıda bulunmaktadır. Düşlerin asıl amacı, yaşam üslubunu mantığın beklenti ve zorluklarına karşı korumaktır. Mantığın yasalarına uygun olarak çözemediği bir sorun karşısında bulunan kişi, düşlerinin ruhunda uyandırdığı duygulara başvurarak kendini güçlendirebilir. Düşlerimizde kendi kendimizi aldatırız. Her düş bir kendini zehirleme, bir kendini uyutmadır. Tek amacı varsa,

karşılaştığımız bir sorunu göğüslemeye hazır olacağımız havayı içimizde yaratmaktır. (Adler, 2003: 102- 105).

“Adler, rüyaların kolay anlaşılamayacağı üzerinde durmakta ve insanların rüyalarından pek azını kolayca anlayabildiğini söylemektedir. Bununla birlikte, rüyaları insanın faaliyet ve davranış kalıbının sembolik ve mecazi bir yankısı olarak kabul etmektedir. Adler’e göre rüyaların gelecekle ilgili özel bir anlamı olduğuna inanma eğilimi bugün de sürüp gitmektedir. O’na göre; rüya, insanın hayat problemlerine çözüm yolu aramakta ve aynı zamanda bu problemlerin ne şekilde ele alındığını göstermektedir. Rüya gören kişinin dünya ve gerçekle ilişkilerini etkileyen, sosyal duygu ve güçlü olmak için gösterilen çaba, rüyada açıkça ortaya çıkmaktadır. O, rüyayı değerlendirirken; ferdin kendini aldatmaya yönelik tutumunu temsil eden bir fenomen olarak görmekte ve bunu üç şekilde yorumlamaktadır. (İmamoğlu, 2004: 26, 27).

- *Belli resimlerin seçilmesi*: Kişi rüya görme sırasında düşünceleri arasından bir seçme yaparken bir eğilimin etkisi altındadır.

- *Teşbih ve semboller*: Rüyaların bir başka malzemesi teşbih ve sembollerdir.

- *Basitleştirme*: Rüya gören, problemin tümünü değil yalnızca küçük bir kısmını ele almaktadır. Böylece, yoğun bir faaliyetten uzaklaşarak daha basit bir faaliyet içinde olmaktadır. Ayrıca Adler, Freud’un kişilerin uyumak için rüya görmelerinin gerekli olduğu şeklindeki fikrine katılmamakta ve onların bazen rüyaların tam ortasında uyandıklarından söz etmektedir.”

“İnsanlar ancak gerilimlerden uzak olduğu ve sorunlarının üstesinden geleceğini bildiği durumlarda rahat bir uyku uyuyabilir. Düş, insanı rahatlatıp dinlendirecek uykuda başgösteren bir aksalıktır. Buradan ancak sorunların çözülebileceğinden emin olunamadığı, gerçeğin kişiye sıkıntı verip uykuda bile yakasını bırakmayarak önüne güçlükler çıkardığı durumlarda düş görüldüğü sonucuna varılmaktadır.” (Adler, 2003: 103).

4.2.4. Fromm ve Rüya

“Rüya görmek, uykudayken, ruhumuzun gösterdiği bütün faaliyetlerin, anlamlı ve özellikli bir biçimde yansımasıdır.” (Fromm, 2003: 42). “Fromm’a göre rüya,

insanın kendisine yönelttiği mesajdır. Kişinin kendisini daha iyi anlaması ve tanınması için, bu mesajı çözümleyip kavraması gerekmektedir.” (Fromm, 1997: 147).

O’na göre insanlığın konuştuğu ortak bir dil vardır ki o da rüyaların dilidir. Bu dil çok önemlidir, evrenseldir ve insanlık tarihinin her devresinde ve her kültürde var olmuştur. İkel insanın, Kitab-ı Mukaddes’teki Firavun’un ya da Stuttgart veya New York’taki birisinin rüya dilleri hemen hemen birbirinin aynıdır. Bu dili her akşam konuşuruz. Rüyamızda ne gördüğümüzü genelde unutsak ve bundan dolayı da rüya görmediğimizi zannetsek bile, her akşam mutlaka rüya görürüz. Rüya dilinin en bariz özelliği, bir gece dili ve uyku dili olmasıdır. Sanki sadece geceleri Fransızca konuşup da, gün boyu Fransızcanın bir kelimesini bile anlamamak gibi bir şeydir. Bundan da öte rüya dili, sembolik bir dildir. Rüyalarda, diğer insanlar ve kendimiz hakkında uyanıkken bildiğimiz şeylerden daha fazlasını öğreniriz. Rüyalarda insanlar daha mantıksız ve daha akılsız gibi görünebilirler. Ama bir yönden de daha bilge ve daha anlayışlıdır. Birçok insan rüyalarında, uyanık oldukları hayatlarında hayal edemeyecekleri kadar büyük bir yaratıcılık gösterirler. Uyanıkken çok gayret etseler bile oluşturamayacakları hikayeler, şiirler ve mitler ortaya çıkaran nice insanlar vardır. Uyanık durumda hiçbir sanatsal kabiliyeti olmayan bazı kişiler, rüyalarında bir şair ya da bir sanatçı olarak belirebilirler. Hayatımızı iki ayrı varlık şeklinde yaşarız. Hayatımızın bir kısmında uyanık, bir diğer kısmında da uyur halde bulunuruz. Uyanıkken hayatla ilgilenmek zorundayız. Çalışmamız, yaşamak için gerekli şeyleri elde etmemiz, tehlikelerden kendimizi korumamız, kısacası var olma mücadelesi içinde bulunmamız gerekir. Bu mücadelenin şekli, yaptıklarımızın ve düşündüklerimizin üzerinde etkili olur. Çünkü üretebilmek ve çalışabilmek için, davranışlarımızı toplumun ölçülerine göre belirlemek durumunda kalırız. Ama daha da önemlisi, bu mücadele bizim duygularımızı ve düşünce kalıplarımızı etkiler. Biz sadece uykudayken özgürüz. Çünkü uyurken, hayat mücadelesinde yer almak zorunda kalmayız. Bir şeyler elde etmek, kendimizi korumak ve toplumun ölçülerine uymak zorunda da değildir. Düşünmemiz gerekeni düşünür, hissetmemiz gerekeni hissederiz. Uykuda bir şey yapmamız gerekmez, çünkü sadece bir varlık olarak varız ve herhangi bir hedefimiz yoktur. Dünyayı bir amaca ulaşmak için görmek istediğimiz şekliyle değil, bize görüldüğü şekliyle algılarız. Bir başka deyişle uykuda idareyi bilinçaltımız ele alır ve onunla ilgili olarak hiçbir şey gizli kalmaz.

Uykuda, uyanıkken bilmediğimiz şeyleri bilebiliriz. Ya da bir başka deyişle, uyanıkken uykuda bildiğimiz şeyleri bilemeyiz. Hatta şunu da söyleyebiliriz ki, uyanıkken uyku bilincimiz bilinçsiz, uyurken de uyanıklık bilincimiz bilinçsiz durumdadır. İnsan için iki farklı tipte bilinçlilik söz konusudur. Bunlardan biri uyurken, diğeri ise uyanıkken faaliyettedir. Uykumuzda daha fazla derinlik ve kendimizle ilgili daha çok bilgi elde ederiz. Çünkü her şeyi daha bağımsız ve daha berrak bir şekilde görebilir ve hissedebiliriz. Ama bazen rüyalarımıza bile sansür koyar ve onun bize getirdiği özgürlüğü kabul etmekten korkarız. Hatta başkalarının anlamasını engellemek için, rüyanın asıl mesajını değiştirir veya gizleriz. Böyle yaparsak, uykuda bile kendimizi anlamaya pek niyetimiz olmadığını ortaya koymuş oluruz. Bundan dolayı da, çoğu zaman yaşadığımız hayatın uyanık olan devresine uymayacağı ve bizi rahatsız edeceği endişesiyle gördüğümüz rüyayı unuturuz. Rüyaları yorumlamak zorunda değiliz. Yorumlanacak bir şey de yoktur zaten bu konuyu Fromm şu şekilde örnekler; eğer Çince veya İtalyanca'yı biliyorsak, o dilleri yorumlamak zorunda kalmayız. Rüya dili de öğrenebileceğimiz bir dildir. Kendine has bir grameri ve özel bir şekli vardır. Gerçekleri tasvir etmez, insana bir tecrübeyi aktarır. Rüya dilini öğrenmek kolaydır ve öğrenmek için psikanalist olmaya gerek yoktur. Rüya dilini öğrenmenin çok avantajlı bir şey olduğunu, bu dili bilirsek, kendimizi ve başkalarını daha iyi anlayabileceğimizi düşünüyorum. (Fromm, 1996: 125- 134).

O'na göre rüyaların tümünün bir anlama ve bir özelliğe sahip olmaları herkesçe kabul edilmektedir. Fromm, rüyalarda insanlara iletilen şeylerin gereksiz olmadığı görüşündedir ve kişinin uykuda yoğun bir ilgi ile arzu, korku ve düşünceler yöneldiğini ve rüyasında bunları ortaya koyduğunu söylemektedir. Ona göre, soyut birer görüntü şeklinde olan rüyaların anlatmak istedikleri, kişiliğin somut gerçekleri ile ilgilidir. O, rüyaların tanımı üzerinde durmaktadır. Bunlardan birkaçı şöyledir: “Rüya, uykudayken bedenimizi terk eden ruhumuzun gerçek yaşantısını yansıtır”, “Rüya, tanrı ya da kötü huylu cinler tarafından insana iletilen duygulardır” ve “Rüyalar, en derin ve en yüce güçlerimiz ile yeteneklerimizin yansımasıdır.” Ayrıca rüya, duygu ve düşüncelerimizin, fiillerimiz ve yaptıklarımızın etkisinde kalmasıyla ortaya çıkan bir fenomendir. (İmamoğlu, 2004: 21, 22).

Birçok rüya, herhangi bir arzuyu içermekten çok, kişinin kendi durumu ya da başkaları hakkındaki düşünce ve yargılarını ortaya koyar. Bu fonksiyonun doğruluğunu anlayabilmek için, öncelikle uyku durumunun özel niteliğini araştırmak gerekir. Uyurken insan, varlığını dış tehlikelere karşı koruyabilmek için, çalışmak ya da karşı koymak çabalarından sıyrılır. (Bizi uyandırabilecek olan, ancak çok büyük ve direkt bir tehlike durumudur.) Artık üzerinde toplumsal “gürültünün” baskısı yoktur. Yani toplumun hasta düşünceleri, her kafadan bir ses çıkması ve oluşturulan saçma kamuoyu (common nonsense) bizi rahatsız etmezler. Belki de uykunun, insanın gerçekten özgür olduğu tek durum olduğunu söyleyebiliriz. Bunun iki sonucu vardır: Uyku durumunda dünyayı öznel bir gözle görürüz. Uyanıkken ise, dünyaya ve olaylara onları etki altına alıp, aşmamızı gerçekleştirebilecek bir nesnellikle yaklaşırız. Rüya ateş sembolü sevgiyi veya yıkıcılığı gösterir, ama her iki biçimde de bu, ekmek pişirmek için kullandığımız ateşten farklı bir ateştir. Rüya dili şiirseldir ve burada evrensel sembollerle konuşulur. Evrensel sembollerin örneklerini hemen her kültür ve destanda bulmak mümkündür. İşte uyku durumunda oluşun, ikinci sonucu da budur. Bu evrensel dil, tıpkı şiir ve sanat gibi insanların geliştirdikleri bir şeydir. Rüya dünyayı, ondan bazı şeyler elde etmek veya onu değiştirmek amacıyla görmemiz gerektiği gibi değil de, onun bizim için ne anlama geldiğinin şiirsel bir biçimde ifadesi olarak görürüz. (Fromm, 1997: 150, 151).

Fromm, bilincin tüm dış baskılardan arındığı uykuda uyanık hale oranla daha gerçekçi ve özgür olduğunu söyler. Bizim bilinçli durumdayken bastırıp, ittiğimiz ya da duyup, görmek istemediğimiz birçok şey de rüyalar aracılığıyla dile gelip, karşımıza dikilirler. Ona göre uyku sadece bir dinlenme aracı değildir. Uyanık halimizdeki her türlü zihinsel ve ruhsal etkinlik, doğrudan doğruya rüyaya yansır. Bu nedenle rüyalara gereken önemi vermek ve onların şifrelerini çözmeye çalışmak, insana bilinçli durumdayken fark edemediği birçok gerçeği keşfetme fırsatını verir. Rüyalardaki sembollere gelince insanlık tarihinin ilk günden bugüne dek geliştirdiği tek ortak dil, sembol dilidir. Fromm’un rüya ile ilgili kendi görüşü kitabında bizzat şu şekilde dile getirilmektedir:

“Akılcılık ve hareketlilik, uyumayan bir insanın en büyük özellikleridir. İnsanlar, sürekli olarak hareket ederler ve çevrelerini gözlemlerler. Çevrelerindeki gerçeğin de var olup olmadıklarını kesin olarak bilmemelerine

rağmen, bu gözlemlerini sürdürmeye devam ederler. Biz insanlar, yeryüzünün en çalışkan canlılarından bir tanesiyiz. Fakat hayal gücü yönünden en fakirlerinden biri olduğumuz kesindir. Uykumuzda farklı bir benliğe kavuşur, rüya görmeye başlarız. Rüya yardımıyla da, hiç olmamış hikayeler yaratabiliriz. Rüya görürken, çok büyük mutluluklar yaşayabiliyoruz ama bazen de rüyalarımızın birçoğunu dayanılmaz korkularımız oluşturuyor. Kesin olan tek şey; rüyamızda hangi rolü oynarsak oynayalım, o rolün yaratıcısı biziz, o bizim rüyamız ve biz onların sahibiyiz. Gerçekten de, rüya görürken, zaman ve uzay kanunlarının (...) egemen olmadıkları bir dünyanın yaratıcıları olabiliyoruz.” diyen Erich Fromm için rüya görmek, insanların gün boyu varlıklarından haberdar olmadıkları tecrübe ve hatıraların açıkça ortaya çıkması demektir. Sembol dilinin özelliklerini kavrayabilmiş olan bir insan, bu tecrübe ve hatıralar yardımıyla müthiş bir buluşu gerçekleştirebilir. (Fromm, 2003: 6, 7).

“Fromm, rüyaların oluşumunu ise şu şekilde açıklar; rüyaların çoğu uyanık halin en büyük özelliği olan mantık kurallarına uymaz. Orada uzay ve zaman kategorileri de artık geçersizdir. Bu durum için ölmüş dostlarını yaşıyormuş gibi rüyasında gören insanları ve eskiden insanın başından geçen ve unutulmuş olayların birdenbire rüyada canlanmasını örnek verir. Rüya görürken uyanık durumda hiç fark edilmeyen bir kaynağın kullanıldığını belirtir. Bu kaynak, bilinçaltı (ya da bilinç dışı) denilen, geçmiş hatıra ve tecrübelerden oluşan bir depodur.” (Fromm, 2003: 16, 17).

4.2.5. Gestalt Terapisi ve Rüya

Gestalt terapisinin kurucusu olan psikolog Fritz Pearls, rüyalardaki sembolizmin kişiye ait olduğunu söyleyerek birçok psikologdan bu yönüyle ayrılır. Ona göre rüyaların sembolizmi evrensel bir sembol dilinin parçası değildir. Bu görüşe göre; insanın bütünlüğü bozulmuştur, parçalara ayrılmıştır. Şimdi onun parçalarını toplayıp, yeni bir bütünlüğe ve tamliğe dönüştürmek gerekmektedir. İnsan sürekli büyüme ihtiyacındadır. Bu ise, bölünmüş benliğin yeni bir boyutta, yeniden entegrasyonu ile gerçekleştirilebilir. Pearls, bu parçalanmış kişiliğin kendini fark edebilmesi için rüyaların çok yararlı bir çıkış noktası olduğu fikrindedir. Her bir rüya bir mesaj taşır. Bu mesajları sentezleyerek bir miktar enerji kişiliğe mal edilebilir. Gestalt teorisinde kişinin temel problemi; parçalanmışlık ve bölünmüşlüktür. En

önemli teknik ise şimdinin deneyimlenmesidir. Pearls'e göre, rüya tanımlamaya başlarken rüyadaki karakterlerin ve nesnelerin aslında kendimizin bir projeksiyonu ve sembolleri olduğunu kabul etmemiz gerekir. Rüyalara kattığımız şeyler, öncelikle kendi içimizden kendi varlığımızdan gelir. Pearls'ün görüşüne göre, rüyalar daha çok tamamlanmamış duygusal işlerin temsilcisidir ki, kendisi bunu duygusal boşluklar olarak adlandırır. Bu yüzden rüyaların ardında yatan duygusal nüanslara ulaşılmalıdır. Bunu başarmak için Pearls'ün geliştirdiği rol oyunu denemelerinde, süjeden, rüyasında gördüğü her karakter hakkında konuşması beklenir. Örneğin, süje bir tren yolu hakkında konuşurken kendi hayatıyla ilgili koşutluklar bulabilir; her zaman aşığalarda olduğundan, çok dikkat çekmeyişiinden; tekerlekler, lokomotif, vagonlar ve yolcular tarafından ezilişinden söz edebilir. (Yücesoy, 2001: 158- 160).

“Gestalt psikologları rüyaları görmedeki amacın sonuçlanmamış bir işin psişik gerilim yarattığını, bu gerilimin de insanı bu durumdan kurtulmaya doğru uyardığını ileri sürerler. Çocukların rüyalarının bitmemiş, yarım kalmış eylemleri etrafında döndüğünü ortaya çıkarmışlardır.” (Baymur, 1972: 218). Gestalt Terapisinin kurucusu Pearls de rüyaları, hayatımızdaki bitmemiş, kapanmamış süreçleri noktalayabilmemiz için bize bizden gelen mesajlar olarak telakki eder. Pearls rüyaya yaklaşımını şöyle anlatır: (Merter, 2008: 315).

“Gestalt Terapisinde rüyaları yorumlamayız ama onlarla daha ilginç bir şey yaparız. Analiz etmek yerine, onları şu anda görüyormuşçasına, burada ve bu anda yeniden hayata geçiririz.”

BEŞİNCİ BÖLÜM

İSLAM DİNİ'NDE RÜYA OLGUSU

Bu bölümde rüya konusunun İslam Dini'ndeki yeri ve önemi üzerinde durulacaktır. Ancak İslam Dini'nde rüya olgusuna geçmeden önce bir giriş olması açısından İslam'dan önceki bazı dinlerde rüyanın yeri ve önemine bakılması uygun görülmüştür. Bu bölümün başlangıcında Yahudilik'te, Hristiyanlık'ta, Hinduizm'de ve Zerdüşlük'te rüyanın nasıl bir süreçten geçtiğine kısaca yer verilecektir. Ardından rüyanın İslami açıdan ne anlama geldiği ve İslam Dini'nde rüyayı karşılayan ya da rüyaya benzer durumda olan kavramlar incelenecektir. Sonrasında İslami açıdan kaç çeşit rüyanın var olduğu ve bu rüyaların neler olduğu üzerine bir açıklama kısmı oluşturulacaktır. Bu arada ayetlerde ve hadislerde rüyaların ne şekilde yer bulduğu konusu üzerinde de araştırma yapılarak beşinci bölüm sonlandırılacaktır.

Bilindiği gibi rüya hemen hemen tüm dinlerde ve ilahi kaynaklı kitaplarda yer bulmuş önemli bir konudur. Bu nedenle İslam'dan önceki dinlerde de rüya ile karşılaşmaktadır. Bu anlamda Tevrat ve İncil'e bakıldığı zaman rüya konusunun varlığı göze çarpmaktadır.

Tevrat'ta İsraililer arasında bir peygamber olursa, o kişiyle rüyasında Tanrı'nın konuşacağı Haun (Aaron) ve Meryem'e (Miriam) söylediği geçmektedir. Ayrıca Kur'an-ı Kerim'de geçen Yusuf Suresi'ndeki Hz. Yusuf'un rüyası Tevrat'ta da anlatılmaktadır. (Yücesoy, 2001: 237). Yahudilik'te Talmud Kitabı'nın son kısmında rüya yorumu konusu işlenmiştir. İncil'de de rüya konusu işlenmiş hatta Hristiyanlar'dan başarılı rüya yorumcuları çıkmıştır. Hristiyanlık'ın ve Yahudilik'in tek din ve ahlaki mesuliyet anlayışı, rüya yorumuna karşı ilk reaksiyonları doğurmuştur. (Akot, 2010: 216).

Talmud'da ise yorumlanmamış bir rüyanın okunmamış bir mektuba benzetildiği yazılmıştır. Museviler'in ilk devirlerinde rüyalara ve rüya yorumculuğuna çok önem verildiği bahsedilmektedir. Talmud'a göre İsa'nın yaşadığı dönemlerde Kudüs'te yirmi dört ayrı rüya yorumlayıcısı vardır. İsa'nın doğumunu haber veren üç kişi de rüya yorumcusudur. (Yücesoy, 2001: 238).

Haberci rüyalar İncil tarafından tanınmaktadır. İncil'de uyarı ve gelecek için haber veren yetmiş rüyadan bahsedilmektedir. İncil'de yazılanlara göre Yusuf, rüyasında bebek İsa'nın başına gelecek tehlikelere karşı Tanrı tarafından uyarılmıştır.

Pilate'nin karısı İsa'ya bir şey yapmaması için Pilate'yi uyardığı bildirilmektedir. (Yücesoy, 2001: 237).

Hiz. İsa'dan sonra Hristiyanlık'ın kurucusu sayılan Tarsuslu Pavlos kendi ifadesine göre: "Gördüğü bir rüya üzerine Yahudilik'ten Hristiyanlık'a geçmiştir." Ayrıca Yeni Ahit'in sonundaki, "Yuhanna'nın Vahyi" (Türkçe'ye yapılan tercümelerde "Tanrıdan Yuhanna'ya Gelen Esinleme") olarak aktarılan kısmın, Hristiyanlarca Yuhanna tarafından rüya yoluyla elde edildiğine inanılmaktadır. Bu nedenle iki dinin taraftarları da rüyaya önem verdikleri gibi, birçok Batılı düşünür de rüya konusunda oldukça geniş araştırma ve yorumlar yapmıştır. Onlardan biri de Musevi düşünür Musa İbn Meymun'dur. O'na göre, vahiy birçok peygambere rüya yoluyla gelmiştir. Peygamber uyanık şuur haline geçer geçmez manasını anlayarak çevresiyle paylaşmıştır. Peygamber olmayan bizler ise uyanınca rüyamızı birine anlatır ve onun yorumuna gerek duyarız. (Özdüzen, 2010: 1).

Hintlilerin kutsal kitabı "Vedalar"da rüya yorumundan bahsedilir. İbranîler arasında da rüya yorumlama büyük değer kazanmıştır. Fakat Monoteizmin yayılması ve İbranî-Hristiyan doktrininin ferde ahlaki sorumluluk yüklemesi rüya yorumlamalarına karşı kuvvetli bir reaksiyon uyandırmış ve rüyalarda daha ziyade iman ile ilgili işaretler aranmasına yol açmıştır. (Özbaydar, 1971: 15,16).

"Hinduizm'in kutsal kitabı Veda'da uğurlu uğursuz sayılar yanında rüya listeleri de bulunmaktadır. Yine kötü rüyaların sebebiyet vereceği kötü olaylardan kurtulmak için çeşitli ayinler yapılmakta ve özel hazırlanmış sularla yıkanılmaktadır. Rüya görme ile rüya gören kişinin karakteri arasında bağlantı olduğu kabul edilmektedir." (Günay, 1992: 80).

Eski İran kültürü içinde de gaybın bilinmesinde rüyaların yorumlanması önemli bir yer tutar. Zerdüş'tün semavî meseleler hakkındaki bilgisini çoğunlukla rüyasında gördüğü meleklerden öğrendiğine inanılmaktaydı. Şeyhname'de istikbale ışık tutan rüyalarla ilgi birçok örnek verilmektedir. (Akot, 2010: 216).

Görüldüğü üzere rüya, dini açıdan ele alındığında, kutsal olarak kabul gören bir fenomen olmuştur. Neredeyse tüm dinlerde rüya, Tanrı'dan gelen haberlerin bulunduğu kutsal görüntülerdir. Birçok önemli olayın rüyalarla bildirildiği belirtilmektedir. Bu kısa girişten sonra asıl konumuz olan İslam Dini'nde rüya konusuna geçilecektir.

5.1. İSLAM DİNİ'NDE RÜYA KAVRAMININ TANIMI

İslami açıdan rüya konusuna bakılacak olduğunda gerek ayetlerde gerekse hadislerde rüyayla ilgili birçok ayrıntı karşımıza çıkmaktadır. Bu nedenle bu ayrıntılara girmeden önce genel çerçevede rüyanın İslami açıdan nerede yer aldığı ve tanımının nasıl yapıldığının incelenmesinde fayda görülmüştür. Bu kısımda rüyanın genel bir tanımı yapılacak ardından rüyaya benzer kavramların tanımı verilecektir.

5.1.1. İslami Açıdan Rüya ve Uyku Kavramı

Kur'an-ı Kerim'de uyku şöyle tarif edilir: “Gece olsun, gündüz olsun, uyumanız Allah’ın kudretini bildiren alametlerindedir.”(Rum, 30/ 23). İslami olarak rüya tanımı yapılacak olunursa; “Allah Teala’nın melek vasıtasıyla hakikat veya kinaye olarak kulun şuurunda uyandırdığı kişiye özel görüş, düşünüş ve vicdani duygular veya şeytani telkinler meydana gelen karışık hayallerden ibarettir.” (Güven ve Belbağı, 2006: 19). “Uyku hislerin uyuşmasından doğan bir haldir. Bir bakıma uyku küçük ölümdür. Rüya ise uykuda görülen şey, düş, vakıa, alem-i manadır.” (Cücü, 1977: 92).

İslam’a göre rüya görme, insan nefsinin, kendi iç dünyasında, bir an için olayların hakikatinin suretlerini mütalaa etmesi olarak değerlendirilebilir. Konuyla ilgili olarak İbn Kesir, “Şüphesiz ki nefis, ruhani olduğu zaman (manevi bir hale geldiği vakit) olayların suretleri onda bilfiil mevcut olur.” demektedir. (İbn Kesir, 1985: 4080).

“Uyku halinde görülen şeye rüya denmektedir. Rüyayı; “Misal alemindeki kaderle alakalı levhaların, aynen veya değişik yansımalar halinde uyku halinde ruhumuza aksetmesidir” şeklinde tarif etmek de mümkündür. Buna göre rüya aleminde görülen şeyler, ruhun melekut aleminde gördüğü şeylerin sembolleştirmesidir. Dolayısıyla hak rüyalar berzahla ilgili birtakım tablolarıdır. Rüya, alem içinde alemlerin varlığına, ahiretin yanında ruhlar aleminin kesinliğine, müstakbelde olacak hadiselerin önceden görülmesiyle de kaderin mevcudiyetine bir işarettir. Dolayısıyla ondaki müjde, uyarı ve mesajı anlamamak, onu görenler veya o rüya ile ilgisi olanlar adına bir kayıptır. Bu durum ise mesaj taşıyan rüyayı bilmek kadar, onun yorumunu da bilmeyi gerektirir. İnsan ruhunun ve onun mahiyetinde

bulunan rabbani latifelerin alem-i melekutla bağları vardır. Ruh, uyku halindeyken bedene ait dertlerden kurtulunca, tabii olarak o tarafa meyleder veya bu durum şu ayete göre bedenden bir ayrılış ve ind-i ilahiye yükseliştir: “Allah ölenin eceli gelince, ölmeyenin ise uykusunda iken canlarını alır. Mevtine hükmettiğini yanında bırakır, diğerini ise bir süreliğine gönderir.” (Zümer 39/42). Bu durumda ruh, aynen bir aynaya akseden suretler gibi, ona öteden akisler gelir veya öteleri görür. Bunlar levh-i mahfuzun cilveleri veya kader kaleminin numuneleri olabilir. İşte bunlar rüya suretinde görülmeye başlanır. Bu rüyalar, bazen kişinin beklentilerine de uygun olur.” (Köksal, 2008: 36).

“İslam rüyayı bilgi kaynaklarından saymaktadır. Hz. Peygamber’e ilk vahiyler rüya halinde gelmiştir. Rüyanın gelecekle ilgili konularda insan için bilgi değeri taşıdığı Kur’an’da da birçok ayetlerde yer alan bir gerçektir. Hz. Peygamber’in sözlerinde de rüyanın gerçekliğine işaret eden kısımlar vardır. Ayrıca ilk müslümanlar da rüya tahlil ve yorumunu kendilerini anlamada bir yol olarak kabul etmişlerdir.” (Apaydın, 1997: 270). “Burada şunu da belirtmek yararlı olacaktır: Rüya yoluyla bilgi sahibi olmak Kur’an’a göre insanın önüne konulmuş bir amaç değildir. İnsanın asıl sorumlu olduğu alan, uyanıkken yaşadığı alandır ve asıl önemli olan da o zaman dilimindeki Allah’ı unutmadan sürekli olumlu bir aktivite içinde hayatını sürdürmesidir. Çünkü uyku insanın sorumluluğunu düşünen bir olgudur.” (Albayrak, 1993: 223).

5.1.2. İslami Açıdan Rüyaya Benzer Durumlar

Bu kısım ile ilgili çalışma yapılırken rüyaya gerek boyut açısından gerekse rüya kavramını birebir karşılaması açısından birçok terimle karşı karşıya kalınmıştır. Ancak bu terimlerin hepsinin burada verilmesinin uygun olmadığı düşünüldükten temel kabul edilen terimler genel çerçevede verilecektir.

a) Yakaza: “Uyanıklık anlamına gelen *yakaza*, bazı kişilerin uyku ile uyanıklık arasında veya doğrudan uyanıkken, rüyayı sadıka türü bazı olaylara şahit olmasıdır. Bu hale daha çok riyazet yapan ve nefsinin kötülüklerden arındıran şahıslar ulaşır. Böyle bir durum, uyumadan gerçekleştiği için rüyadan ayrılır. Bilinen maddi alemin şartlarından uzak olmasıyla da uyanıklıktan ayrılır. Ruhun yükselerek ulvi

makamlara ulaşmasıyla elde edilen bir sonuç olan bu duruma, Hz. Ömer'in cemaat önünde hutbe verirken komutanı Sâriye'ye "Dağa, dağa..." diyerek, harp anında önemli bir taktik vermesi örnek gösterilebilir. Değerlendirme açısından yakaza sadık rüya kapsamındadır." (Köksal, 2008: 50).

b) Cinlerden Bilgi Almak: "Normal şartlarda cinlerle insanlar, ayrı varlıklar olarak yaratılmışlardır ve aralarındaki irtibat da kaldırılmıştır. Bu sebeple onlardan bilgi almak da aynı kapsamda değerlendirilir. Zaten insanlarla irtibat kuran cinlerin pek çoğunun yalan söylediği de müsellemdir. Fakat onların değişik temessül güçleri bulunduğundan, bazı kişileri aldatabilirler." (Köksal, 2008: 50).

c) İlham: "Allah tarafından vasitasız olarak feyz yoluyla veya melekler aracılığıyla, kişinin kalbine gelen mana olan ilham, şeytana ait vesveselerle karışabileceğinden, üstelik Allah tarafından gönderildiği net olmadığından, İslam fikhında bir delil olmaz." (Köksal, 2008: 50).

d) Keşif: "Basar değil de basiret gözüyle görme manasına gelen keşif, objektif ve net bir bilgi kaynağı olmadığından İslam fikhında delil olmaz. Keşfin yüksek hali yakazaya, düşük hali de ilhama benzer." (Köksal, 2008: 51).

e) Hiss-i Kablelvukû: "Bir şeyi olmadan önce hissetmeye ve farkına varmaya hiss-i kablelvukû denir. Bu durumun doğru olması muhtemeldir ki, sadık rüyalar bunun gelişmiş şekli sayılır." (Köksal, 2008: 51).

f) Ruh Çağırma: "Geçmiş veya gelecekte bilgi alma konusunda bir yol olarak görülen ruh çağırmalarda, hakikaten ruhun gelip gelmediği belli değildir. Büyük ihtimalle bu durumda irtibat kurulan şeyler habis cinlerdir. Bu sebeple ruh çağırma yoluyla bazı bilgiler elde edilse bile kendilerine itibar edilmez." (Özer, 1994: 151).

g) İstihare: "İstiharede Allah için iki rekat namaz kılınarak ve özel duası okuyarak, hayırlı olana kalbin meylettirilmesi istenir. Sonucunda rüyada görülen yorumlanır." (Köksal, 2008: 52).

h) Tefeül: “Bazı olay ve tevafukları uğurlu sayma ve olacak şeyi tahmin etmeye tefeül denir.” (Köksal, 2008: 52).

5.2. İSLAM'A GÖRE RÜYA ÇEŞİTLERİ

Erzurumlu İbrahim Hakkı, insan kalp ve ruhunun uyku ve ölümle temizlendiğinden bahsederek şöyle der: “Allah’ın veli kulları demişlerdir ki: Ruhun, berzah alemine açılmış iki penceresi vardır; uyku ve ilham. Rüyada, insan bazen ileride başına gelecek halleri aynen bazen de işaretlerle görür ki bu; ancak tabir ettirmekle öğrenilir. Eğer rüyayı görenin duyu organları dış aleme kapalı, gönül aynası da her türlü kötülüklerden temizlenmiş ise Levh-i Mahfuz’daki manevi suretler ve bilinmeyen emirler o kişinin gönül aynasına akseder ve bunlar onun rüyasında görülür. Eğer duyu organları dış alemle meşgul, gönül aynası da paslı ise ruh, bu aleme seyredemez. Ruh rüyada, duyuların hafızada bıraktığı hayallerle uğraşır.” Mevlana Celalaedin Rumi’nin “Mesnevi” isimli eserini şerh eden İslam alimlerinden Sarı Abdullah ise rüya hakkında şöyle demektedir: “İnsanda iki çeşit ruh vardır. Biri hayvani ruh, ötekisi de Rahmani ruhtur. Hayvani ruh, daima insanla beraberdir. Tuzun eti muhafaza ettiği gibi insanı kokmadan korur. Rahmani ruh ise insana uyku halinde melekut alemini seyrettirir, gaybın göremediğimiz hallerini işin ehline aksettirir.” (Güven ve Belbağı, 2006: 21).

İslami anlamda rüyalar genelde cismani, nefsanî ve ruhani olmak üzere üçe ayrılır. Bunlar;

a) Cismani Rüya: “Genel olarak uykuya yatılan ilk saatlerde kendini gösteren, günlük hayatın bir devamı şeklinde ortaya çıkan rüyalarlardır. Zira uykunun başlangıcında insanın sinir ve duygu gibi hassaları tıpkı motorun durmasından sonra pervanelerin bir müddet daha çalışması gibi bir faaliyet gösterirler. Örneğin insanın çalıştığı işte eksik bıraktığı bir faaliyet, rüyada tamamlanmış ya da devam ediyor görülebilir. Bu tip rüyalar genelde önemsiz kabul edilir.” (İmamoğlu, 2004: 31, 32).

b) Nefsanî Rüya: Kişinin ağır bir uykuya daldığı, el ayak ve beş duyu organlarının devreden çıkarak, kendisinden geçtiği anda gördüğü rüyalarlardır. Bunlar, insanın bilincine yığılmış olan duygu ve isteklerin gayri ihtiyari dışa vurularak

kendini gösteren rüyalarıdır. Bu rüyalar tepkisel rüyalar olup güncel iş ve eylemlere bir tepki niteliği taşırlar. Örneğin, günlük hayatında başkalarından haksız tepki ve eziyet gören kişi, uykusunda onu alt edebilecek rüyalar görebilir. Bu durum aynı zamanda ferdi rahatlatan bir özellik taşır. Bu yüzden çoğu kimse sabah uykudan uyanınca bir neşe ve rahatlık hisseder. Bu, sadece fiziki yorgunluktan kurtulmanın değil, aynı zamanda nefsanî arzu ve isteklerin gerçekleşmesiyle de ilgilidir. Bu tür rüyalar faydalı ve değerli rüyalarıdır. (Çamran, 1995: 29- 32).

c) *Ruhani Rüya:* “Bu rüyalar genelde sabaha karşı görülen rüyalar olup, daha gerçekleşmemiş ve bazen düşünülmesi bile ihtimal dışı olan gelecekte haber veren rüyalarıdır. İlk iki rüya, geçmişle ilgili olduğu halde, bunlar sadece gelecekle ilgili rüyalarıdır. İnsan bu tür rüyaları da ancak ruhuyla görür. Ruh ancak Allah’ın emri ve bilgisinde olduğu için, bu tür rüyaları insanın gücü ötesinde ortaya çıkan bir rüya özelliği taşımaktadır. Yalnız bu rüyalar vasıtasıyla insan, ruhunun yardımıyla bütün zaman ve mekanları anlamaya, sahîh ve doğru haberler getirmeye muktedir olabilir.” (İmamoğlu, 2004: 32, 33).

Burada bahsi geçen rüya türleri dışında, çeşitli dinî eserlerde rüyanın türleri ile ilgili temel sayılabilecek görüşlere bakılacak olunursa şu bilgilerin aktarılmasının faydalı olacağı düşünülmüştür.

“Sadık rüyaların doğruluğuna delalet ve sıhhatine şehadet eden birtakım deliller bulunmaktadır. Öyle ki, rüya gören şahıs uyku sırasında (bu deliller ve işaretler vasıtasıyla) Allah tarafından kendisine bir müjdenin verildiğini hisseder. Birinci alamet, rüya görenin derhal uyanmasıdır. Diğer bir alamet bu idrakin devamlı ve sabit olmasıdır. Çünkü bu rüya bütün teferruatıyla onun hafızasına nakşedilmiştir. Hiçbir şekilde yanılma ve unutma hali ona yol bulamaz. Şayet bir rüya, uykudan uandıktan sonra ancak düşünülerek ve üzerinde durularak hatırlanabiliyor ve hatırlanınca da birçok tafsilatı unutuluyorsa o çeşit rüya aslı olmayan ahlâm (karışık) denilen rüyalardandır.” (İbn Kesir, 1985: 4086, 4087).

“Peygamberlerin görmüş oldukları rüyaların birer vahiy olarak anlaşılmasına en büyük delillerden biri de Hz. İbrahim ve Hz. İsmail peygamberlerin kıssalarıdır. Şöyle ki, Kur’an’da ifade edildiğine göre Hz. İbrahim, oğlu Hz. İsmail’i rüyasında boğazladığını görmüş ve Hz. İsmail’e durumu anlatmış, onun da bu duruma rızasını

aldıktan sonra onu boğazlamaya götürürken gökten bir kurbanlık indiği anlatılmaktadır. Burada bir peygamber olarak Hz. İbrahim'in rüyasında oğlunu kesiyor olarak görmesi daha sonra bütün insanlığı ilgilendirecek dini bir vecibeye işaretler. Zira peygamberlerin rüyalarının vahiy türünden olduğu kabul edilmektedir.” (Fahredden Razi, 1995: 625).

Rüyayı aynı paralelde değerlendiren tabir uleması da rüyaları; rahmani, şeytani ve edğâsu ahlâm olmak üzere üçe ayırmışlardır. Bunlardan İbn Sirin “Sağ taraf üzerine yatan bir adamın gördüğü rüya, Allah tarafından gösterilmiş rüyalar ki, bunlar er veya geç zuhur ederler. Sol taraf üzerine yatan veya arka üstü uyuyan kimsenin gördüğü rüyalar ise ruhlar tarafından gösterilen şeyler olup bunların da ekserisi vaki olur ve zuhur eder. Yüzükoyun yatan kimselerin gördükleri rüyalar ise edğâsu ahlâm olup bunların katiben ehemmiyeti yoktur ve zuhur dahi etmezler” demektedir. (İmamoğlu, 2004: 34).

“Allah’a sulûk eden yani yönelen insanlar, salih bir rüya veya keşif görebilirler. Tarih kitaplarından elde edilen bilgilere göre keşif, ilham, salih rüya ve keramet gibi kavramlar ahabın hayatında ve naslarda çokça rastlanılan şeylerdir. Müslümanların ilahi vahiyden yararlanmış olmaları dolayısıyla rüyayı üç türe ayırdıkları görülür. Nefsin telkinleri ve fikirlerin çağrışımı sonucu meydana gelen ve nefsi rüya diye adlandırılan rüya. Bir de şeytanın insana vesvese verdiği şeytani rüya vardır. Sonucu olarak rüyanın üçüncü türü rabbani olan ruhi rüyadır. Bu tür rüyalar müjdeleyici, korkutucu, haber verici ya da sakındırıcı olarak insanın yönlendirilmesinde ve yaşayışında en büyük etkiyi meydana getirir.” (Havva, t.s.: 185- 200).

“Bir keresinde bir halife rüyasında dişlerinin döküldüğünü görmüştü. Rüya yorumcusu, “Efendinin bütün ailesi yok olacak” deyince, halife üzölmüş ve bir başka yorumcu çağırarak, bu sefer rüyasını ona anlatmıştı. İkinci yorumcu, “Efendinin rüyası iyi, çünkü akrabaları arasında en çok o yaşayacak” diye cevap vermişti. Halife hemen adama sarılmış yeteneği ve inceliği nedeniyle onu ödüllendirmişti.” (Bulkeley, 2008: 73). Bu örnekte olduğu gibi İslami gelenekte rüya yorumu büyük önem taşımaktadır. Bu gelenekte ya rüyaya gerçek bir anlam yüklenilmiştir ya da rüyanın bir anlamı olduğu varsayılmaktadır. Ancak yorumlama süreci rüya ve rüya görenin kavramsallaştırılması ve bunların arasındaki ilişki, hepsi de başarılı bir

yorumun unsurlarını oluşturur. Bu, İslamiyet'te rüya ve rüya görme olgusuna yaklaşımın temelidir. İslam dininin geleneklerinde rüyaların oynadığı rol kısaca değerlendirildiğinde, en eski güvenilir kaynaklar olan Kur'an ve hadislerle ilgili uygulamaların ön plana çıktığı görülür. Rüyanın içeriğine, hem ruhani hem de gerçek dünyanın gerçeklerini yansıttığı için ve günlük gerçeklerle, çoğu zaman gaip de denilen diğer boyut, yani olmayan veya görünmeyen alem arasında bağlantı oluşturduğu için özel bir önem atfedilmiştir." (Bulkeley, 2008: 73).

"Rüya, nübüvvetin kırk altı cüzünden bir cüzdür" hadisi, esasen rüyanın İslam'daki önemini ortaya koyma bakımından değer taşımaktadır. Burada Hz. Peygamberin yirmi üç sene süren vahiy alması, yani Kur'an'ın tamamlanma müddeti kırk altı aydan ibaret olup bunun ilk altı ayı yani kırk altı ayda biri tamamen sadık rüya şeklinde gelmiştir denilmektedir. Böylece insanlar için rüyanın önemi burada ortaya çıkmaktadır. Ancak insanlar açısından rüyanın durumu peygamberlerin rüyalarından farklıdır. (İmamoğlu, 2004: 11).

"Konuya açıklık getiren Şâtibi'ye göre, Hz. Peygamber'in gördüğü rüya ya da keşif yoluyla hüküm ve haber verdiği her şey, aynen kendisine Allah tarafından melek aracılığıyla gönderilen vahiy hükmündedir. Fakat onun ümmetinden hiç kimse rüya konusunda aynı özelliğe sahip değildir ve onlar pekâlâ farklı ve karmaşık rüyalar görebilirler." (Sakallı, 1994: 37).

"Sadece inancının gereğini yerine getiren Müslümanlar için gördüğü rüya sahih derecesinde değerlendirilmiştir. Bunun için ancak salih ve doğru kimselerin rüyalarına güvenilir. Çok yalan konuşanın, fesad ve isyanı çok olanın rüyasına güvenilmez. Çünkü onun kalbi kararmıştır ve gördüğü rüya demet demet hayaletten ibarettir. Bundan dolayı Hz. Peygamber, uykunun temiz olması için abdest ile uykuya yatmayı tavsiye etmiştir. Burada aslolan ferdin iç temizliğidir." (Gazali, 1987: 902).

"Rüyaya İslami yaklaşımda dikkati çeken hususların başında Hz. Peygamber'in rüyada görülmesi gelmektedir. O'nu rüyada görmek iki şekilde olabilmektedir; birincisi hayatındaki hali, şekli ve şemali üzere görmek, ikincisi ise, hilye-i şeriflerine kısmen uyan, kısmen uymayan ya da tamamen uymayan şekilde görmektir. Her iki surette de rüya gören Hz. Peygamberi görmüştür." (Konuk, 1989: 98). "İslam'a göre rüyanın açık olanı Allah'tan, rumuz şeklinde (ve temsili) olduğu

için yoruma ihtiyaç göstereni melekten, adğâs-u ahlâm (karışık rüyalar) da şeytandandır.” (İbn Kesir, 1985: 4083).

5.3. KUR’AN AYETLERİNDE RÜYA

Kur’an-ı Kerim, insana hem bu dünyada hem de ahirette saadeti vaat eden ilahi kanunlar kitabıdır. Bu kitap içerisinde insanı ilgilendiren her konu önemine göre yer almıştır. Rüya konusu da insanları ilgilendiren ve Kur’an-ı Kerim’de hiç de küçümsenmeyecek kadar yer tutan bir konudur.

Kur’an-ı Kerim’de rüya ile ilgili olarak Hz. Muhammed’in, Hz. İbrahim’in ve Hz. Yusuf’un rüyalarına ek olarak Mısır hükümdarının gördüğü rüyalarından ve rüya tabiri ilmiyle ilgili ilimden bahsedilmektedir. Kur’an-ı Kerim’de yedi yerde “rüya” kelimesi, bunun dışında altı yerde de rüya anlamına gelen “ahlâm”, “menâm” ve “ehâdîs” kelimeleri geçmektedir. (Güven ve Belbağı, 2006: 155). Öncelikle rüya ve rüya sözcüğü yerine kullanılan kelimelerin nerede ve nasıl geçtiğine bakılmalıdır:

“O zaman Allah sana uykunda onları az gösteriyordu. Eğer onları sana çok gösterseydi, elbette korkardınız ve bu savaş hususunda gerçekten ihtilafa düşerdiniz. Fakat Allah sizi bundan kurtardı. Muhakkak ki O, sinelerin içinde olanı hakkıyla bilendir.” (Enfal, 8/ 43).

Kur’an-ı Kerim, rüyaların kendinden önceki kitaplara atıfta bulunularak önemini kabul etmekte ve bunu daha da güçlendirmektedir. Örneğin Hz. Yusuf’un hikayesi, Yusuf Suresi altıncı ayette “Böylece Rabbin seni seçecek; sana rüyaların tabirini öğretecek ve daha önce ataların İbrahim ve İshak’a tamamladığı gibi sana ve Yakub ailesine de nimetini tamamlayacaktır. Şüphesiz ki Rabbin alimdir, hakimdir.” ve Hz. İbrahim’in anlatısındaki Saffat Suresi 102. ayette “Çocuğu onunla beraber çalışacak çağa erişince İbrahim, Ey oğulcuğum! Doğrusu ben rüyamda görüyorum ki gerçekten ben seni kurban ediyorum,...” olaylarının rüyalarda görüldüğü, ayetlerle anlatılmaktadır. Ayrıca Kur’an’daki birçok referans Hz. Muhammed’in vahiyleri, rüyasında aldığını göstermektedir. Vahyin rüyalarla gelmesiyle ilgili Kur’an-ı Kerim’de şu ayetler görülmektedir:

“O zaman Allah sana uykunda onları az gösteriyordu. Eğer onları sana çok gösterseydi, elbette korkardınız ve bu savaş hususunda gerçekten ihtilafa düşerdiniz. Fakat Allah sizi bundan kurtardı. Muhakkak ki O, sinelerin içinde olanı hakkıyla

bilendir.” (Enfal, 8/ 43). Bu ayet, düşmanların zayıf olduğu ortaya çıkan Bedir Savaşı öncesinde görülen bir kehanet rüyasıyla özdeşleştirilmiştir. Yine Hz. Muhammed’in Mekke’ye tekrar gireceğini teyit eden bir rüyaya atıfta bulunulan ayet de Fetih Suresi 27. ayette anlatılmaktadır; “Şanına yemin olsun ki Allah, peygamberine gösterdiği o rüyayı hak olarak tasdik etmiştir. Allah dilerse saçlarını tamamen tıraş etmiş ve kısaltmış, emniyet içinde kimseler olarak, korkmadan mutlaka Mescid-i Haram’a gireceksiniz! İşte Allah sizin bilmediğiniz şeyleri bildi de ondan (Mekke’nin fethinden) önce (size) yakın bir fetih (Hudeybiye Antlaşması’nı ve Hayber’in fethini) verdi.”

İslam rüya yorumunun temel prensipleri arasında dikkate değer bir husus, yorumcudaki açık sözlülüğün aranmasının önemi ve rüya yorumunu paylaşırken ihtiyatın ve gizliliğin korunmasıdır. Rüyaların gerçekliği de rüya deneyiminin türü ile gösterilmektedir ve kullanılan özel terminoloji, rüyanın kaynağı ve niteliği hakkında bazı ipuçları vermektedir. Örneğin rüya için modern Arapça’da kullanılan yaygın bir sözcük olan “hilm” sözcüğü, (çoğulu ahlam) cinsel içeriği ve gece boşalmaları aracılığıyla ergenliğe işaret eden rüyalar düşüncesinden türemiştir. Kur’an’da rüya için kullanılan bir başka deyim “manam”dır. Rum Suresi 23. ayette; “O’nun delillerinden biri de gece ve gündüzde uyumanız ve O’nun fazlından (rızkınızı) aramanızdır. Şüphesiz ki bunda işitecek olan bir kavim için elbette deliller vardır.” Tanrının işaretlerinden birisinin insanın geceleyin ve gündüz gördüğü rüya olduğu söylenmektedir. Ayrıca Zümer Suresi 42. ayette “Allah ölümleri anında nefislerin ruhlarını alır. Ölmeyenleri ise uykularında bir nevi ölüme mahkum eder. Böylece üzerlerine ölümle hüküm verdiği kimselerin ruhlarını tutar diğerlerini ise belirli bir vakte kadar salıverir. Şüphesiz ki bunda ibret alacak bir kavim için nice deliller vardır.”da belirtildiği gibi ölüm ve rüya arasında benzerlikler kurulmuştur. (Bulkeley, 2008: 76).

Başka bir kaynakta ise uyku esnasındaki ölüm sırasında ölümlerle dirilerin rüyada buluşabileceği ve konuşabileceği sonrasında ise diri olan yani uykuda olanın ruhunun dünyadaki bedenine döndüğü söylenmiştir. (İbn Kayyim el- Cevziyye, 2007: 34).

Kur’an-ı Kerim’de anlatılan Hz. Yusuf, el- Aziz, Hz. İbrahim ve Hz. Muhammed ile ashabının gördüğü rüyalar ve Hz. Muhammed’in bunları

yorumlamasının çıkardığı sonuçların gözden geçirilmesinin sonucu olarak İslam bilginleri rüya konusunda birçok kitaplar yazmışlardır. Rüyanın şeytani, nefsanî ve Rabbani olduğunu tanıtan ve Rabbani rüyanın hangi işaretlere dayanıp bu işaretlerin ne ifade ettiklerini bildiren kurallar koymuşlardır. Yusuf Suresi'nde açık olarak görüldüğü gibi, rüyalar çoğunlukla simge, işaret halinde olur. Hz. Yusuf'un ve el-Aziz'in gördüğü rüya da bu konuda eşittir, onlar da birer sembolden ibarettir. (Havva, t.s.: 198). Bu konuda şu ayetlere yer verilmesinde fayda vardır:

“Bir zamanlar Yusuf, babasına demişti ki: Babacığım! Ben rüyamda on bir yıldızla güneşi ve ayı gördüm; onları bana secde ederlerken gördüm.” (Yusuf, 12/43)

“Kral dedi ki: Ben rüyada yedi arık ineğin yediği yedi semiz inek gördüm. Ayrıca, yedi yeşil başak ve diğerlerini de kuru gördüm. Ey ileri gelenler! Eğer rüya yorumluyorsanız, benim rüyamı da bana yorumlayınız.” (Yusuf, 12/43)

“Andolsun ki Allah, elçisinin rüyasını doğru çıkardı. Allah dilerse siz güven içinde başlarınızı tıraş etmiş ve kısaltmış olarak, korkmadan Mescid-i Haram'a gireceksiniz. Allah sizin bilmediğinizi bilir. İşte bundan önce size yakın bir fetih verdi.” (Fetih 48/27).

5.4. HADİSLERDE RÜYA

Her ne kadar rüyanın kesin bir bilgi olup olmadığı tartışılmış olsa da rüya, hadis kitaplarının hemen hemen hepsinde özel bölüm ayrılarak Kitâbü'r- Rü'yâ, Kitâbü Ta'bîri'r- Rü'yâ, Kitâbü't- Ta'bîr başlıkları altında incelenmiştir. Onların bu bölümde topladıkları bilgiler bir kitap oluşturacak hacimdedir. Hz. Peygamber (s.a.v.)'in kendisi de rüyaya önem vermiştir.

Hadislerde rüya pek çok farklı şekillerde bildirilmektedir. Müslümanın rüyası, peygamberin rüyası, müslümanın iyi ve güzel rüya gördüğünde ne yapması gerektiği, Hz. Muhammed'i rüyada görmek ve rüyaların tabir edilmesi gibi pek çok farklı alanlarda rüyayla ilgili hadisler geçmektedir. Çalışmamızda bu konularla ilgili hadislere yer verilecektir.

a) Güzel veya Kötü Rüya Görülünce Yapılması Gerekenler: Ebû Katâde (r.a.)'dan rivayete göre, Hz. Muhammed (s.a.v.): “Güzel rüya Allah'tandır. Kötü

rüya da şeytandandır. Dolayısıyla her kim, bir rüya görür de ondan hoşlanmaz ise sol tarafına tükürsün ve şeytandan Allah'a sığınsın (Eûzü billâhi mineşşeytanirracîm, desin), böylece kötü rüya kendisine zarar veremez. Bunu da kimseye anlatmasın. Eğer güzel bir rüya görürse sevinsin, ama bunu da ancak sevdiği kimseye anlatsın." buyurmuştur. (Müslim, Rüya 3).

Yine başka bir hadiste Hz. Peygamber şöyle buyurmuştur: "Biriniz hoşlanmayacağı rüya görürse sol tarafına üç defa tükürsün, üç defa, Allah'a sığınsın, (Eûzü billâhi mineşşeytanirracîm, desin) ve üzerinde bulunduğu tarafından öbür yanına dönsün." (Müslim, Rüya 2).

b) Müslümanın Rüyası: Ebû Hureyre (r.a.)'dan rivayete göre, Hz. Muhammed (s.a.v.): "Zaman yaklaştığında müslümanın gördüğü rüya neredeyse yalan söylemez. Rüyası en doğru olanınız, en doğru sözlü olanınızdır. Müslümanın rüyası peygamberliğin (nübüvvetin) kırk beş bölümünden bir bölümdür. Rüya üç kısımdır: Allah'tan gelen müjdeler olan salih rüya, şeytandan gelen üzüntü, bir kimsenin kendi kendine konuştuğu rüya. Biriniz beğenmediği bir rüya görürse kalkıp namaz kılsın ve onu halka anlatmasın." buyurmuştur. (Müslim, Rüya 6).

Yine Hz. Muhammed (s.a.v.): "Mümin bir kimsenin gördüğü rüya peygamberlikten altmışta bir parçadır." buyurmuştur. (Müslim, Rüya 7). Peygamberlik ilahi kaynaktan bilgi ve haber almaktır. Hz. Peygamberin vefatı ile bu kapı kapanmıştır. Sadece bunun bir bölümü salih rüya şeklinde devam etmektedir.

Hz. Peygamber bir hadisinde; "Ey insanlar! Şu biline ki, peygamberlik müjdelerinden geriye, müslümanın gördüğü veya müslümana gösterilen Salih (doğru) rüyadan başka bir şey kalmamıştır." (Müslim, Salat 207) buyurarak peygamberlerin Allah'tan aldığı birçok mesajın rüya aracılığı ile olduğunu açıklamıştır.

Yine başka bir hadiste, "Salih rüyanın nübüvvetin yani peygamberliğin yetmiş bölümünden bir bölüm" (Müslim, Rüya 9) olduğu bildirilmektedir. Güzel rüyanın peygamberliğin kırk altı bölümünden bir bölüm olarak ifade edilmesi ilahi kaynaktan haber almak demek olan bir bölümüne benzemesinden dolayıdır. Çünkü güzel rüya Allah'tandır. Vahiy peygamberlere rüyada da gelebilirdi, nitekim Hz. İbrahim (a.s.) gördüğü rüyaya dayanarak oğlunu kurban etmeye karar vermiştir. Hz. Ayşe'nin

belirttiğine göre Hz. Peygamber'e vahyin başlangıcı uykuda doğru rüya şeklinde olmuştur. Bu anlamda peygamberlerin rüyası kesin bilgi ifade eder. Peygamberlerin dışında kimselerin gördüğü rüyalar ise, gören kimsenin durumuna göre birer vehim veya karışık duygulardan hakikate kadar çeşitli mertebededir. Nitekim bir hadisinde Hz. Muhammed “Rüyası en doğru olanınız, en doğru sözlü olanınızdır.” (Müslim, Rüya 6) buyurarak rüyada görülenlerin kalp temizliği ile doğru orantılı olarak gerçeğe dönüştüğünü açıklamıştır.

c) Rüya Tabirleri Konusu: “Müslümanlara göre Allah, insanlara ahlaki gidişatlarıyla ilgili birçok uyarıyı rüya ile yapmaktadır. Bu tip ilahi kaynaklı rüyalar doğru yorumlandığı taktirde bir tür subjektif bilgi kaynağıdır. Ancak bu bilgi, hukuki bir kaynak ve delil değildir. Yalnız gören kişi ile alakalıdır. O kişi de bu rüyasını hayra yorar ve bu rüya yalnız kendisini bağlar.” (Güven ve Belbağı, 2006: 25).

Allah yoluna yönelenlerin müjdeleyici rüyadan büyük nasipleri vardır. İmam Malik, Buhari ve Ebu Davud'un rivayet ettikleri bir hadiste şöyle buyrulmaktadır: “Benden sonra nübüvvetten sadece müjdeleyiciler (mübeşşirat) kalacaktır. Ashab: Mübeşşirat nedir ey Allah'ın Resülü? diye sorunca, salih rüyadır cevabını vermiştir.” (Buhari, Ta'bir 2103; Müslim, Rüya 6).

“Tabirin nasıl yapılacağına dair alimler birtakım ölçüler koymuşlardır. Buna rağmen çoğu zaman bu ölçüler, rüyanın anlaşılması için yeterli olmayabilir. Çünkü rüya tabiri ilmi; kesbî (çalışmakla elde edilebilecek) bir ilim değil, vehbî (Allah tarafından ihsan edilen) bir ilimdir ki bunun en aşağı derecesi firaset (ileri görüşlülük) ve ilham, zirvesi ise vahiydir. Zaten peygamberlerin dışındakilerin tabirleri ilm-i yakîn (kesin bir bilgi) ifade etmez. Ancak, görüşün ve görenin hususiyetine göre zayıf bir duygudan, kesin bir bilgiye kadar çeşitli derecelerde bir görüş oluşturur. Rüyanın asıl tabiri meydana gelen olaylarla açıklık kazanır. Bazı rüyalar aynen görüldüğü gibi çıkar. Bazılarının tabiri de rüya ile beraber görülür. Bazı rüyalar da gören kimsenin vicdanında tabir olunamamakla beraber onun sadık bir rüya olduğuna dair mücmel; fakat kesin bir kanaat hasıl olur.” (Yazır, t.s.: 4/ 2865).

Rüya tabir etmek Allah vergisidir. Herkes rüya tabir edemez. Akıl ve mantık bu iş için yeterli değildir. Rüya merhametli ve öğüt verebilecek durumda olanlara anlatılmalıdır. Rüya gören adam; rüyasını düşmanına, cahil kimselere, haset, tamah, kibir ve kendini beğenme gibi kötü ahlak sahiplerine anlatmamalıdır. (Güven ve Belbağı, 2006: 66- 68).

“İmam Malik’e “Herkes rüya tabir edebilir mi?” diye sorulmuş. O da “Nübüvvetle oynanır mı?” demiştir. Yine İmam Malik, “Rüyayı iyi tabir edenler yorumlasınlar. Eğer rüyayı gören, iyi görürse söylesin; iyi görmezse iyi söylesin veya sussun.” demiştir. “İyi görmese de onu iyi olarak mı tabir etsin?” sorusuna, “Hayır” demiş; sonra da “Rüya nübüvvetin bir parçasıdır. Nübüvvetle oynanmaz.” diye cevap vermiştir. (Yazır, t.s.: IV/ 2863- 2869).

“Rüyanın doğrusunu veya yalanını diğerinden ayırmak lazımdır. Eğer rüya safra veya kan galebesi gibi hastalıklardan kaynaklanmışsa ve beyan edildiği gibi endişe ile yatsa, kalksa veya ziyade yorgun yahut hasta olarak görülürse, bu gibi rüyaların aslı yoktur. Senenin evvellerinde görülen rüya ahirinde görüleninden daha hayırlı ve doğru çıkar. Evvel baharda görülen rüyaların hükmü tez meydana gelir. Sene ahirindeki de tez çıkar. Bütün bunlar tecrübe edilmiştir.” (Güven ve Belbağı, 2006: 66).

“Rüya tabir edende bulunması gereken özellikler ilmi vasıflar ve şahsi vasıflar olmak üzere iki ana grup altında toplanmaktadır. Bu özellikler şunlardır: (Güven ve Belbağı, 2006: 72- 76).

& İlmi vasıflar;

- Kitabullah’ın mesellerini, manalarını, açık olan ayetlerini bilmelidir. Kur’an-ı Kerim’de bulunan meseller rüya tabirine ışık tutabilir. Örneğin yumurta, kadınla tabir edilir. Saffat Suresi 49. ayette, “Sanki onlar (örtülüp saklanmış) toz toprak görmemiş (latif bir rengi olan) yumurta gibidirler.” buyrulmaktadır. Bakara Suresi 74. ayette; taş, kalp katılığıyla eş tutulmuştur ve şu şekilde buyrulmuştur: “Sonra bunun ardından kalpleriniz katılaştı; artık onlar taş gibi veya daha katıdırılar...” Yine Kur’an-ı Kerim’e bakıldığında gyibetin ölmüş kimsenin etini yemekle aynı olduğu Hucurat Suresi 12. ayette belirtilmiştir. İp, dinle eşleştirilmiştir ve Al-i İmran Suresi, 103. ayette “Hep birlikte Allah’ın ipine sınımsız sarılın ve parçalanmayın...” buyrulmuştur.

- Hz. Peygamber'in hadislerini iyi bilmesi gerekir. Örneğin karga fasık adamları bir tutulur. Hz. Peygamber kargayı fasık olarak nitelendirmiştir. (İbni Mâce, Sayd 3249). Hz. Peygamber kaburga kemiğini kadın olarak isimlendirmiştir ve "Kadınlar eğri olan kaburga kemiğinden yaratıldı" buyurmuştur. (Buhari, Nikah 1816).

- Rüya gören hangi dili konuşuyorsa o dilin özelliklerini bilmelidir.

- Rüyayı görenin ismi de tabiri etkileyebilir.

- Lafızların iştikakını bilmelidir. Örneğin, küfrün manası örtmek, mağfiretin manası gizlemek, fıskın manası Allah'a itaatten çıkıştır.

- Darb-ı Meselleri (Emsali ve deyimleri) bilmelidir. Örneğin, "eli uzun" meseli, Araplar tarafından cömertler ve iyilik yapmayı sevenler için kullanılır.

- İnsanlar arasındaki geçerli atasözlerini bilmelidir.

- Şiiri bilmelidir çünkü şiirlerde birçok meseller kullanılır.

& *Şahsi Vasıflar*;

- Alim olmalıdır.

- Zeki olmalıdır.

- Müttakî (Allah'tan hakkıyla korkan) olmalıdır.

- Her türlü çirkinlikten temizlenmiş olmalıdır.

- Yemesini içmesini düzeltmeli, davranışlarında ihlaslı olmalıdır. Böyle olunca tabir hususunda insanlar arasında iyi bir intiba bırakmış olur.

- İnsanların ayıplarını gizlemelidir.

"Rüya tabir etmede rüya gören şahsın da uyması gereken ölçüler vardır. İyi bir rüya gören veya iyi ya da kötü olduğunu bilmediği bir rüyayı gören kimse, dilerse onu anlatabilir. Fakat rüyanın ancak iyi niyetli, bilgili, rüya gören için muhabbet yönü ağır ve dirayetli şahıslara anlatılabileceği unutulmamalıdır." (Köksal, 2008: 42). Şu hadisler bunu gösterir:

"Rüya ancak alim veya öğüt veren birisine anlatılır." (Tirmizi, Rüya 2278).

"Rüya, ancak akıllı ve seven kişilere anlatılmalıdır." (Tirmizi, Rüya 2280).

Hız. Yusuf henüz on iki yaşındayken rüya gördüğünde, babası Hız. Yakub'un "Oğulcuğum, rüyayı kardeşlerine anlatma" (Yusuf 12/ 4, 5) tavsiyesi de bundandır.

d)Rüya Çeşitleri: Temel hadis kaynaklarına bakıldığı zaman üç tür rüyadan bahsedilir. Bu taksim şu hadise dayanır: Rüyanın kısımlarını belirten ve Ebu

Hureyre'den rivayet edilen hadiste Hz. Peygamber şöyle buyurmaktadır: “Kıyamet yaklaşınca müslümanın rüyası hemen hemen yanlış çıkmayacaktır. Sizin en doğru rüya göreniniz, en doğru söyleyeninizdir. Hem müslümanın rüyası peygamberliğin kırk beş cüzünden bir cüzdür. Rüya üç kısımdır: Biri salih rüya olup Allah'tan müjdedir, diğeri şeytanın verdiği üzüntüdür. Üçüncüsü kişinin kendi kendine konuştuğu şeylerdendir. Biriniz hoşlanmadığı bir şey görürse hemen kalkıp namaz kılsın, onu kimseye söylemesin.” (Müslim, Rüya 6).

Şimdi bu hadise göre olan rüya türlerini açıklayalım: (Köksal, 2008: 37, 38).

- *Şeytan tarafından gösterilen rüyalar:* Bir hadiste, şeytanın uykuda insanla oynadığı bildirilir. Dolayısıyla bu tür rüyalar, böyle bir irtibat neticesinde, bir kişiyi mahzun etmek için şeytan tarafından gösterilir. Bundan dolayı onun şeytana nispeti münasiptir. Şu rivayet bu gerçeği gösterir: Bir gün bir şahıs, Hz. Peygamber'e geldi ve bir rüya gördüğünü söyledi bu rüyaya göre onun başı kopmuş ve kendisi de arkası sıra gitmişti. Anlatılanı dinleyen peygamber “Şeytanın seninle uykuda iken oynadığını anlatma” buyurdu. (Müslim, Rüya 14). Dolayısıyla ihtilam rüyaları ile bir müslümanı korkutmak için şeytanın sebep olduğu rüyalar bu kapsamdadır. Bunlara hulüm, edğâsu ahlâm, rüyay-ı kazibe gibi isimler de verilir. Bu sebeple onlar başkasına anlatılmaz ve yorumlanamaz. Yorumlansa da bir sonuç oluşturmazlar. Şu hadis bunu belirtir: “Rüya Allah'tan, hulm (düş) ise şeytandandır.” (Buhari, Bedil Halk 1358).

- *Meşgul olunan konuda görülen rüyalar:* Bunlara şuur altı rüyalar denilebilir. Bu rüyalar daha çok kuruntu ve mizaç bozukluğundan kaynaklanır. Dolayısıyla bazı şahısların şuuraltıları rüyalarına akseder. Düşüncelerin etkisi rüya olarak görülür. Bunlar da birinci grup gibi hulüm, edğâsu ahlâm, rüyay-ı kazibe gibi isimler alırlar. Rüyada aç olduğu için yiyecek görmek, susuz olduğu için su görmek bu tür rüyalara örnektir.

- *Rahmani rüyalar:* Allah'ın mesaj içerikli olarak kullarına gösterdiği rüyalarıdır. Bunlar gayba ait bilgiler içerebilirler. Üstelik beşâret ve inzar manası taşıdıklarından, gören şahıs tarafından net hatırlanırlar. Ezanın ilk ortaya çıkışı sadık bir rüya şeklinde olmuştur. Rivayete göre hem Abdullah b. Zeyd hem de Hz. Ömer aynı rüyayı görmüştür. Her ikisine de rüyalarında iki melek gelmiş, birisi ezan ve kamet okumuş, diğeri de namaz kıldırıp göğe yükselmiştir. Hz. Peygamber de bu

rüyaları dinledikten sonra, ezan okuyup kamet yapanın Cibril, imam olanın da Mikail olduğunu söylemiştir. (İbn Mace, Ezan 1).

İmam Abdulganî en-Nablûsî de bu hadise uyararak rüyayı üç kısma ayırmıştır: “Birincisi Allah tarafından müjde olarak gösterilen rüyadır ki hadiste belirtilen salih rüya budur. İkincisi şeytan tarafından vaki olan rüyadır. Üçüncüsü ise, kişinin bizzat kendisinin meydana getirdiği rüyadır. Bunun dışında İslam alimleri rüyayı, batıl ve sahih şeklinde de ikiye ayırmışlardır. Ayrıca sahih ve batıl rüyaları da kendi içlerinde çeşitli türlere ayırmışlardır. Batıl rüyalar yedi kısma ayrılır. Bunlar: (Güven ve Belbağı, 2006: 28, 29).

- Üzüntü ve istek gibi şeylerin tesiri ile kişinin kendisinin meydana getirdiği karmaşık rüyalar.

- İhtilam olma rüyası.
- Şeytan tarafından sakındırmak ve korkutmak için gösterilen rüya.
- Cin ve ins sihirbazlarının gösterdiği şeyler.
- Şeytanın gösterdiği batıl rüya.
- Bünyenin anormal zamanlarda tabiatının gösterdiği rüya.
- Daha önce yaşanmış acıların gösterdiği rüya.”

“Sahihi rüyalar ise şu kısımlara ayrılmıştır:

- Apaçık sadık rüyalar. Bu rüya nübüvvetten bir cüzdür. Peygamberlerin gördükleri rüya bu türdendir.

- Allah tarafından rüyayı gören kişiyi müjdeleyici veya uyarıcı rüyalar. Bu rüya sahih olabilir.”
- Hayızlı kadın veya cünüb olan kimsenin rüyası ya da çocuğun rüyası sahih olabilir.”

“Hz. Muhammed’in hemen her gün ashabına rüya gören olup olmadığını sorduğu düşünülecek olursa rüyaya verdiği önem anlaşılabilir. Rüya bu denli öneme sahip ise rüya çeşitlerini birbirinden ayırmanın gerekli oluşunda da şüphe yoktur. Rüya tabirini bilmeyen ve onun çeşitlerini birbirinden ayırt edemeyen kimsenin rüya tabir etmeye çalışması büyük bir hatadır. Çünkü rüyanın büyük bir kısmı işaretler arkasına gizlenerek görülmektedir. Bazen rüyanın dış görünüşü korkutucu olduğu halde tevili müjdeleyici olabilir. Hatalı tevil en büyük tehlikedir. Bütün bunlar rüya tabirini bilmeyi ve yorumlamada dikkatle hareket etmeyi gerektirir. Çünkü birçok durumlarda rüya tabiri, meselenin birçok konularla alakalı

olması açısından bir bakıma fetva vermeye benzer. Her rüyanın birtakım anahtarları vardır. O anahtar bazen bir isimde, bazen de gizli bir işaretle bulunabilir. Enbiya hakkında rüyanın bir vahiy olması genel kuraldır. Bu nedenle rüya üzerine hükümler bina etmektedirler. Örneğin Hz. İbrahim (a.s.) gördüğü rüya üzerine oğlunu kurban etmeye karar vermiştir. Fakat bu peygamberler dışındaki kimse için vahiy değildir. Peygamberlerin dışındaki insanların gördükleri rüyalar nefsanî, şeytani ya da rabbani rüyalar kısmına girmektedir.” (Havva, t.s.: 199).

“Sahih rüyalar şu kısımlara ayrılır: (İbn Kayyim el- Cevziyye, 2007: 44).

- Allah’ın kulun kalbine attığı ilhamdır. Böylece kul, rüyasında Allah’la konuşur.

- Rüya ile görevli meleğin temsil ettiği rüya.

- Uyuyan kişinin ruhunun, dostlarından; akrabasından ve ailesinden ölen kişilerin ruhlarıyla buluşması.

- Ruhun Allah’a yaklaşması ve O’na muhatap olması.

- Ruhun cennete girmesi ve orada görülmesi.”

“Hadisler dışında başka İslami kaynaklara bakılacak olunursa rüya çeşitleriyle ilgili farklı türlerden bahsedilmektedir. Temel olarak rüyalar iki kısma ayrılır. Birincisi sadık rüyalar. Sadık rüyalar; peygamberlerin ve onlara uyan salih müminlerin gördükleri rüyalar. Kur’an’da ayetlerle bildirilen rüyalar bu türe girmektedir. İkincisi ise, Kur’an-ı Kerim’de “edğas-u ahlâm” (karmakarışık düşler) diye bildirilen rüyalar. Şeytanın uyuyan kimseyle oynamasından, kişinin arzu ettiği veya etmediği bir şeyi çok konuşmasından veya arzulamasından kaynaklanan rüyalar.” (Güven ve Belbağı, 2006: 27).

Hz. Peygamberin Hz. Ayşe ile evlenmesi de ilahi hüküm doğrultusunda olmuştur. Bu ilahi hüküm Hz. Muhammed’e rüyasında bildirilmiştir. Bununla ilgili hadiste şöyle geçer; “Sen bana rüyamda iki defa gösterildin seni ipek kumaş içerisinde görüyordum ve ‘Bu senin hanımındır, yüzünü aç!’ deniliyordu. Açıp baksam ki o sensin, bunun üzerine ‘Bu takdir Allah katından ise Allah hükmünü yürürlüğe kor.’ dedim.” (Buhari, Kitabü’l Menâkıb 1554).

Bu bölümden anlaşılmaktadır ki İslam’da rüya çok önemli bir yere sahiptir. Hemen hemen tüm müslüman bilginler rüya konusuyla az ya da çok ilgilenmişler ve rüyayı araştırma konusu yapmışlardır. İslami açıdan açıklanması gereken temel konu

rüyanın tanımı ve tarifi olmuştur. İslami anlamda düşünülürse rüyayı genel anlamda, uykuda yaşanan nefsanî olaylar olarak tanımlamak doğru olur herhalde. Rüya, Allah tarafından kula gösterilen görüntülerdir. İslam'da ise uyku küçük ölüm olarak yer almıştır. Rüyalar her zaman için haber kaynağı olarak görülmüştür. Bu anlamda vahiyin tüm peygamberlerde öncelikle sadık rüyalar şeklinde gösterildiği devamlı ön planda tutulmuştur. Birçok düşünce bu bilgi çerçevesinde gelişmiştir. Rüya türleri de yine vahiy kaynaklı olup olmamasına göre genel anlamda üç çeşit olarak kabul edilmiştir. Bu rüya türleri; günlük yaşamın etkisiyle ortaya çıkan cismanî rüya, nefsin istek ve arzularını dile getiren nefsanî rüya ve gelecekte haber verme özelliği taşıyan genelde sabaha karşı görülen, çoğunlukla doğru çıkan ruhani rüyalarıdır. Bunların dışında Müslüman alimlerce kabul gören sadık rüya ve kazib rüya da yine ayrı bir rüya çeşitlemesidir. Bunların dışında Kur'an-ı Kerim ayetlerine ve hadislere bakıldığında rüya konusunun detaylarıyla ortaya konulması çalışmamız açısından dikkat çeken bir diğer husustur. Ayetlere bakıldığında genel anlamda peygamber rüyaları özellikle de Hz. Yusuf'un rüyaları anlatılmaktadır. Hadislerde ise çeşitli konularla rüya ilişkilendirilmiştir. Genellikle hadislerde güzel ve çirkin rüya görüldüğünde nasıl davranılması gerektiğinden, Hz. Muhammed'in görüldüğü rüyalarından ve rüyanın peygamberlik vasfının bir parçası olduğundan bahsedilmektedir. Rüya tabir etmek ise tabirci için çeşitli vasıflar gerektiren bir olaydır. Rüya gören kişinin rüyasını alelade öylesine birisine anlatması uygun görülmemiş bu anlamda rüyalara büyük değer verilmiştir. Sonuç olarak rüya konusu, tanımından türlerine varana kadar çeşitli detaylarıyla İslam Dini'nde önemli bir yere sahiptir.

SONUÇ

Rüya görme, açık olarak uyku sırasındaki zihinsel yaşamdır. Rüya; uyanıklık zihinsel yaşamına bazı benzerlikleri olan ama öte yandan ondan büyük farklarla ayrılan bir fenomendir. Rüya; insanlık tarihinin başlangıcından bu yana hemen hemen tüm bilim dallarının dikkatini çekmiştir. Çeşitli bilim sahalarında rüya önemli bir araştırma konusu olmuştur. Sadece bilim dallarıyla kalmayıp hemen hemen tüm dinlerde önemli bir yer edinmiştir. Dinsel açıdan kutsallaştırılmış hatta fazlasıyla önem verilmiştir. İşte bundan dolayıdır ki insanoğlu için bu denli önemli bir yere sahip olan rüya, araştırmamızın konusu olmuştur.

Rüya; sadece geceleri görülen ve hayal gibi düşünülen sıradan bir olay değildir. Psikolojik açıdan insanın karakterini, düşüncelerini, korkularını ya da tam tersine sevinçlerini ve mutluluklarını ifade edebilecek önemli bir süreçtir. Günümüzde birçok psikolog terapi seanslarında hastaların rüyalarından oldukça faydalanmaktadır. Zira içerdikleri bilinçaltı öğeler nedeniyle rüyalar, rahatsızlıklarla ilgili birçok ipucu vermekte ve tedavide yol gösterici olmaktadır. Bu nitelikleri nedeniyle rüya bizim açımızdan merak konusu olmuştur.

Çalışmanın başından sonuna kadar yapılan araştırmalar göz önüne alındığında şu sonuçlar ortaya çıkmaktadır:

Geçmişten günümüze kadar rüya olgusu insanlar için özel bir önem taşımıştır. İnsanlar gördükleri rüyaların anlamlarını hep merak etmişlerdir. Bu anlamda genellikle rüya, uyku halinde bilinçaltından gelen mesajlar doğrultusunda yaşanan ruhsal bir sonuçtur denilebilir. Rüyaların, sadece insanların geçmiş yaşamları değil gelecek hakkında da çeşitli bilgiler verme konusunda haberci nitelikleri de vardır.

Hemen hemen tüm peygamberlere vahinin, ilk başta sadık rüya; yani doğru çıkan, Allah tarafından gönderilen bilgilerin bulunduğu mesaj içerikli rüyalar şeklinde vuku bulması nedeniyle tüm dinlerde yer bulmuştur. Ayrıca rüya konusu insanlık tarihi boyunca gizemli niteliğiyle insanların merakını cezbe etmiş bu nedenle köklü medeniyet ve kültürlerde rüyalarla ilgili geniş bilgilere rastlanmıştır. Eski Mısır'dan Antik Yunan'a hatta Hindistan'a kadar rüyalar geniş bir yelpazede insanların dikkatlerini odakladığı bir olgu olmuştur. Mısır papirüslerine bakıldığı zaman rüya yorumculuğunun ne denli köklü bir temele sahip olduğu da ortaya

çıkılmaktadır. İnsanlık tarihiyle birlikte rüya yorumculuğu da gelişmiştir. Hatta eski dinlerde rüya yorumlayan insanlar kutsal kabul edilmiştir.

Rüyaların gizemini koruması nedeniyle bilim adamlarının dikkati uykuya odaklanmıştır. Bu bağlamda uykunun yapısı ve hangi evreleri içinde barındırdığı konuları üzerinde durulmuştur. Rüya türleri ise ayrı bir çalışma sahası olmuştur. Bu anlamda uyku sırasında kişinin yaşadıkları ile sıkı bir ilişki içerisinde rüya nedenleri ve türleri açıklanmıştır. Örneğin kişi, uykusunda üşüyorsa rüyasında kar yağdığını görebilir. Buradan da anlaşılmaktadır ki rüyalar kişilere duyularıyla ulaşamayacak çeşitli mesajları vermektedirler. Bunun dışında ruhsal olaylar da bilinçaltından gelen mesajlar doğrultusunda rüyalarda anlaşılabilir.

Sembol dili rüyalarda büyük rol oynamaktadır. Çünkü bazı rüyalar görüldüğü gibi bir anlama sahip değildir. Görülen o tablonun dışında aslında altında yatan farklı anlamlar var olmaktadır. Bu nedenle iyi bir rüya analizi yapmak için rüya sembollerinin ve bulunulan toplumun kültürünün iyi bilinmesi gerekmektedir. Genellikle sembol dili evrenseldir. İstisnai durumlar dışında tüm dünyada aynı semboller benzer anlamları taşımaktadırlar.

Rüya görmeyen insan yoktur sadece gördüğü rüyayı hatırlamayan insan vardır. Rüyaları hatırlamak içinse zihinsel efor harcamak gerekmektedir. Bu nedenle zihinsel çalışmalarda bulunan, ezber yapan, dil öğrenmeye çalışan insanlarda rüya deneyimine diğer insanlara nazaran daha fazla karşılaşılmaktadır. Çevresel uyarıcılara çok fazla maruz kalanlar, rüya fenomenini çok sık görmektedirler. Bu nedenle rüyalarda uyarılar çok önemlidir. Dıştan gelen uyarılar ve içten gelen uyarılar, rüyaların yaşanmasında rol oynayan etkenlerdir.

Rüyaların bilinçaltıyla sıkı bir ilişkisi vardır. Neredeyse rüya konusunda çalışan tüm bilim adamları bilinçaltına dikkat çekmiştir. Rüyaların temel nedeni aslında bilinçaltında yatmaktadır. Kişisel bilinçdışının yanı sıra kolektif bilinçdışı da rüyaların oluşmasında rol oynayan önemli bir psikolojik olgudur. Ego savunma mekanizmaları da rüyalarda görülenlerin oluşmasında rol oynamaktadırlar. Özellikle bastırma savunma mekanizması, günlük yaşam içerisinde görmezden geldiğimiz birçok olayın rüyalarda görülmesine neden olmaktadır.

Araştırmamız açısından önem arz eden konulardan birisi de rüyaların hayatımızdaki işlevleridir. Çünkü rüyaların ne işe yaradıkları ve niye görüldükleri

öteden beri insanların zihnini kurcalayan konulardan biridir. Rüyalar sayesinde insanlar psikolojik dengelerini korurlar. Gün içerisinde yaşadığımız birçok engelden ve problemden rüyalarda sıyrılırız. Çoğu rüyalar sayesinde insanların yaşayacağı olaylara ruhsal açıdan hazırlanması ve o olayın ağırlığını taşıyabilecek durumda olması da rüyaların fonksiyonları arasında en dikkat çeken ayrıntılardan biridir.

Rüyaların gizemini her daim koruyor olması, tüm dünyadaki bilim çevrelerinin de rüyaya odaklanmalarına neden olmuştur. Bu bağlamda araştırmacılar bizlere rüya hakkında geniş bir bilgi yelpazesi sunmuşlardır. Buradan çıkarılacak sonuç genel anlamda Doğu'daki rüya ile ilgili çalışmaların daha çok İslam dini çerçevesinde oluşturulduğudur. Rüya, çoğu Müslüman alimlere göre Levh-i Mahfuz'dan gelen bilgiler ve görüntülerdir. Kimi bilginlerce de insanlarda bulunan hayal etme gücü dahilinde oluşan bir olgudur. Rüyalar, bazı bilginler için müstakil eserler oluşturacak kadar önem arz etmiştir. Batı'daki rüya çalışmalarının özüne bakılacak olunursa bilinçaltı, rüyalara deyim yerindeyse damgasını vurmuştur. Rüyalar, bilinçaltımızdan gelen mesajları bizlere her gece iletmekle görevlidirler. Bu rüyaların görünür içerikleri dışında gizli içerikleri vardır ve asıl anlaşılması gereken içerik, gizli içeriktir. Bu gizli içerik çoğu zaman psikolojik problemlerin nedenlerini bizlere vermekte ve tedavi sürecini yönlendirici olmaktadır. Bu nedenle birçok terapist rüya çözümleme yöntemini benimsemiş ve hastalarını bu yöntemle tedavi etmiştir.

İslami açıdan rüyalara bakılacak olunursa ayet ve hadislerde rüyalar bolca yer almıştır. Hz. Muhammed'in çoğu zaman sabahları çevresindeki insanlara rüyalarını sormuş olması dini anlamda rüyaya verilen önemi de ortaya koymaktadır. Rüyaların haber kaynağı olarak kabul edilmesi dikkat çeken bir husustur. Bu anlamda İslam Dini'nde üç tür rüya karşımıza çıkmaktadır. Bunlar; cismani yani günlük yaşanan olayların etkisinde kalınarak görülen rüyalar, nefsanî yani nefsin istek ve arzularının görüldüğü rüyalar, son olarak da ruhani yani Allah'tan haber geldiğine inanılan görülenlerin doğru çıktığı rüyalar.

Rüya ile ilgili yapılan araştırmalar incelendiğinde bunların çoğunlukla hadis, tefsir gibi temel İslam bilimleri alanlarında yapıldığı görülmektedir. Psikoloji alanında yapılan çalışmaların çoğu yabancı kaynaklıdır. Ülkemizde şimdiye kadar yapılan çalışmalar incelendiğinde, Din Psikolojisi alanında rüya ile ilgili sadece bir çalışmanın yapıldığı görülmüştür. Bu çalışma incelendiğinde ise, rüya türleri

üzerinde durulmadığı ve Freud'un düşüncesi çerçevesinde bir kıyaslama yoluna gidilerek sadece Batı'dan Jung, Adler ve Fromm gibi psikologların düşüncelerine yer verildiği, Doğu'daki önemli düşünürlerin rüya görüşlerinin ise, ana hatlarıyla ele alındığı görülmüştür. İnsanlık tarihine yön verecek kadar önemli bir yere sahip olan rüya fenomeninin Din Psikolojisi alanında beklendiği ölçüde değerlendirilmemesi, oldukça düşündürücüdür. Kuşkusuz bu bağlamda rüyanın soyutluğu ve gizemi önemli bir sorun olarak kabul edilebilir.

Çalışmamız gerçekleştirilirken sahamızda Türkçe kaynak bulmakta zorlanılmıştır. Hele de rüyanın, hem dini boyutunu hem de psikolojik boyutunu ele alan çalışmalar neredeyse yok denecek kadar azınlıktadır. Dileğimiz bu çalışmanın Din Psikolojisi sahasına mütevazı bir katkı sağlaması ve bundan sonra rüya çalışacak olanlara bir ışık tutmasıdır.

KAYNAKÇA

- ADLER, Alfred, (1973). *İnsan Tabiatını Tanıma*. (Çev: Ayda Yörükân). Ankara: Tur Yayınları.
- , (1993). *Psikolojik Aktivite*. (Çev: Belkıs Çorakçı). İstanbul: Say Yayınları.
- , (1998). *Yaşama Sanatı*. (Çev: Kâmuran Şipal). İstanbul: Say Yayınları.
- , (2003). *Yaşamın Anlam ve Amacı*. (Çev: Kâmuran Şipal). İstanbul: Say Yayınları.
- AKOT, Bülent, (2010). Freud'un Rüya Yorum Metodu. *Dinbilimleri Akademik Araştırma Dergisi*, 10 (1), 213- 235.
- ALBAYRAK, Halis, (1993). *Kur'an'da İnsan- Gayb İlişkisi*. İstanbul: Şule Yayınları.
- APAYDIN, Halil, (1997). Rüya ve Fonksiyonu. *On Dokuz Mayıs Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi*, 9, 263- 282.
- ARKMAN, Atilla, (2006). *İbn Rüşd Psikolojisi*. İstanbul: İz Yayıncılık.
- ARKONAÇ, Sibel, (2005). *Psikoloji Zihin Süreçleri Bilimi* (4. Baskı). İstanbul: Alfa Yayınları.
- ASIMGİL, Adil, (1999). *Gizemli Dünya*. İstanbul: Karizma Yayınları.
- AYDIN, Ali Rıza, (2004). *Psikanalizin Dinsel Serüveni*. Samsun: Etüt Yayınları.
- AYDIN, Hasan, (2007). İslam Felsefesinde Rüya Kuramı, İşlevleri Ve Kimi Sonuçları. *On dokuz Mayıs Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi*, 23, 165- 177.
- BAHADIR, Abdülkerim, (2007). *Jung ve Din*. İstanbul: İz Yayıncılık.
- BAYMUR, Feriha, (1972). *Genel Psikoloji* (16. Baskı). İstanbul: İnkılap Kitabevi.
- BAYRAKDAR, Mehmet, (2003). *İslam Felsefesine Giriş* (5. Baskı). Ankara: TDV Yayınları.
- BRENNER, Charles, (1998). *Psikanaliz Temel Kavramlar*. (Çev: Işık Savaşır, Yusuf Savaşır). Ankara: Hyb Yayıncılık.

- BUHARİ, Ebû Abdillâh Muhammed İbn İsmail, (1987). *Sahih-i Buhârî Muhtasarı Tecrîd-i Sarîh Tercemesi ve Şerhi*. (Çev: Ahmed Naim). Ankara: Diyanet İşleri Başkanlığı Yayınları.
- BULKELEY, Kelly, (2008). *Psikolojik, Kültürel ve Dini Boyutlarıyla Rüyalar*. (Çev: Dilek Cenkçiler). Ankara: ODTÜ Yayıncılık.
- BURGER, Jerry M., (2006). *Kişilik*. (Çev: İnan Deniz Erguvan Sarıoğlu). İstanbul: Kaknüs Yayınları.
- CEVİZCİ, Ahmet, (2002). *Felsefe Sözlüğü*. İstanbul: Paradigma Yayınları.
- CHITTICK, William, (1997). *Varolmanın Boyutları*. (Çev: Turan Koç). İstanbul: İnsan Yayınları.
- CHURCWARD, James, (2005). *Kayıp Kita Mu*. (Çev: Rengin Ekiz). İzmir: Ege Meta Yayınları.
- CÜCELOĞLU, Doğan, (2005). *İnsan ve Davranışı* (14. Baskı). İstanbul: Remzi Kitabevi.
- CÜCÜ, Taner, (1977). İslam'da Rüya Amel İlişkisi. *Diyanet Dergisi*, XVI, 92- 100, Ankara: Diyanet İşleri Başkanlığı Yayınları.
- ÇAMRAN, Mustafa, (1995). *İnsan ve Allah*. (Çev: Kasım Seyidoğlu). İstanbul: Bengisu Yayınları.
- ÇANKI, Mustafa Namık, (1955). *Büyük Felsefe Lugatı*. İstanbul: Devlet Matbaası.
- ÇELEBİ, İlyas, (2008). Rüya. *TDV İslam Ansiklopedisi*, XXXV, 306- 309, İstanbul: TDV Yayınları.
- DEE, Nerys, (1997). *Rüyaları Anlamak*. (Çev: Nilüfer Kavalalı). İstanbul: İlhan Yayınevi.
- DELANEY, Gayle, (1997). *Rüyalarla Problem Çözme* (Çev: Murat Temelli). İstanbul: İm Yayın Tasarım.
- EL- CEVZİYYE, İbn Kayyim, (2007). *Kitâbu'r- Rûh*. (Çev: Şaban Haklı). İstanbul: İz Yayıncılık.
- ELÇİ, Işık, (2008). *Rehber Rüyalar*. İstanbul: Ladybirds Production.
- ERSEVİM, İsmail, (1997). *Freud ve Psikanalizin Temel İlkeleri*. İstanbul: Nobel Tıp Kitabevleri.



- FAHREDİN RAZİ, (1995). *Tefsir-i Kebir (Mefatihü'l- Gayb)*. (Çev. Suat Yıldırım- L. Cebeci- S. Kılıç- C.S. Doğru). Ankara: Akçağ Yayınları.
- FORDHAM, Frieda, (1994). *Jung Psikolojisi*. (Çev. Aslan Yalçın). İstanbul: Say Yayınları.
- FORRESTER, John, (2000). *Freud Savaşları Psikanaliz ve Tutkuları*. (Çev: Hakan Atalay). İstanbul: Ayrıntı Yayınları.
- FREUD, Sigmund, (1986). *Günlük Yaşamın Psikopatolojisi*. (Çev: Erdem Öndoğan). İstanbul: İnkılap Kitabevi.
- , (1991). *Psikanaliz Üzerine*. (Çev: A. Avni Öneş). İstanbul: Say Yayınları.
- , (1998a). *Ruh Çözümlemesine Giriş Konferansları*. (Çev: Emre Kapkın, Ayşe Kapkın). İstanbul: Payel Yayınevi.
- , (1998b). *Olgu Öyküleri I*. (Çev: Ayhan Eğilmez). İstanbul: Payel Yayınevi.
- , (2001). *Düşlerin Yorumu*. (Çev: Emre Kapkın). İstanbul: Payel Yayınevi.
- , (2003). *Sanrı ve Düş*. (Çev: Emre Kapkın). İstanbul: Payel Yayınevi.
- , (ts). *Espriler ve Bilinçdışıyla İlişkileri*. (Çev: Emre Kapkın). İstanbul: Yaprak Yayınları.
- FROMM, Erich, (1996). *Hayatı Sevmek*. (Çev: Ali Köse). İstanbul: Arıtan Yayınevi.
- , (1997). *Freud Düşüncesinin Büyüklüğü ve Sınırları*. (Çev: Aydın Arıtan). İstanbul: Arıtan Yayınevi.
- , (2003). *Rüyalar, Masallar, Mitoslar*. (Çev: Aydın Arıtan, Kaan H. Ökten). İstanbul: Arıtan Yayınevi.
- , (2006). *Psikanaliz ve Din*. (Çev: Elif Erten). İstanbul: Say Yayınları.
- GEÇTAN, Engin, (1989). *Çağdaş Yaşam ve Normaldışı Davranışlar* (7. Baskı). İstanbul: Remzi Kitabevi.
- , (1990). *Psikanaliz ve Sonrası* (4. Baskı). İstanbul: Remzi Kitabevi.

- GÜLEÇ, Cengiz, (2006). *Freud*. İstanbul: Say Yayınları.
- GÜNAY, Umay, (1992). *Türkiye’de Aşık Tarzı Şiir Geleneği ve Rüya Motifi*. Ankara: Akçağ Yayınları.
- GÜRER, Dilaver, (2007). *Fusûsu’l-Hikem Ve Mesnevî’de Peygamber Öyküleri II*. Konya: MEBKAM Yayınları.
- GÜRÜN, O.A., (1991). *Psikoloji Sözlüğü*. İstanbul: İnkılap Kitabevi.
- GÜVEN, M. Yusuf ve BELBAĞI, Osman Fatih, (2006). *Hakikat Penceresi Mi? Hayal Perdesi Mi? Rüya*. İzmir: Gül Yurdu Yayınları.
- HALL, Calvin S., (1999). *Freudyen Psikolojiye Giriş* (Çev: Ersan Devrim). İstanbul: Kaknüs Yayınları.
- HAVVA, Said, (t.s.). *Ruh Terbiyemiz*. (Çev: Cengiz Yağcı). İstanbul: Ölçü Yayınları.
- HOLM, Nils G., (2004). *Din Psikolojisine Giriş* (Çev: Abdülkerim Bahadır). İstanbul: İnsan Yayınları.
- HÖKELEKLİ, Hayati, (2003). *Din Psikolojisi*. Ankara: TDV Yayınları.
- İBN HALDUN, (2009). *Mukaddime* (Hazırlayan: Süleyman Uludağ). İstanbul: Dergah Yayınları.
- İBN KESİR, (1985). *Hadislerle Kur’an-ı Kerim Tefsiri*. (Çev. Bekir Karlığa-Bedrettin Çetiner). İstanbul: Çağrı Yayınları.
- İBN MACE, Ebû Abdillâh Muhammed el- Kazvîni, (1983). *Sünen-i İbni Mâce Tercemesi ve Şerhi*. (Çev: Haydar Hatipoğlu). İstanbul: Kahraman Yayınları.
- İMAM-I GAZALİ, (ts). *Kimyâ-yı Saâdet*. (Çev: Mehmed A. Müftüoğlu). İstanbul: Çelik Yayınevi.
- İMAM-I GAZALİ, (1987). *İhyau Ulumi’d- Din*. (Çev: Ahmet Serdaroğlu). İstanbul: Bedir Yayınevi.
- İMAMOĞLU, Abdulvahit, (2004). *Psiko- Sosyal Açıdan Rüya ve İstihare*. İstanbul: Değişim Yayınları.
- JACOBI, Jolande, (2002). *C.G. Jung Psikolojisi* (Çev: Mehmet Arap). İstanbul: İlhan Yayınevi.
- JUNG, Carl Gustav, (1993). *Din ve Psikoloji* (Çev: Cengiz Şişman). İstanbul: İnsan Yayınları.

- , (1997). *Analitik Psikoloji* (Çev: Ender Gürol). İstanbul: Payel Yayınevi.
- , (2001a). *Anılar, Düşler, Düşünceler* (Çev: İris Kantemir). İstanbul: Can Yayınları.
- , (2001b). *İnsan Ruhuna Yöneliş* (Çev: Engin Büyükinal). İstanbul: Say Yayınları.
- KARAMAN, Hayrettin, ÖZEK, Ali ve Diğerleri, (2008). *Kur'ân-ı Kerîm Açıklamalı Meâli*. Ankara: TDV Yayınları.
- KOMİSYON, (1986). *Büyük Larousse Sözlük ve Ansiklopedisi*, 16, 1990. İstanbul: Gelişim Yayınları.
- KONUK, Ahmed Avni, (1989). *Fusûsu'l- Hikem Tercüme ve Şerhi*. (Hazırlayan: Mustafa Tahralı- Selçuk Eraydın). İstanbul: Marmara Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Yayınları.
- KÖKSAL, İsmail, (2008). Rüyaların Fıkhi Boyutu. *Fırat Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi*, 2, 35- 53.
- KÖKTÜRK, Milay, (1997). Farabi'de Psikoloji. *Pamukkale Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 2, 55- 72.
- KÖSE, Ali, (2000). *Freud ve Din*. İstanbul: İz Yayıncılık.
- MERTER, Mustafa, (2008). *Dokuz Yüz Katlı İnsan* (5. Baskı). İstanbul: Kaknüs Yayınları.
- MÜSLİM, Ebu'l- Huseyn b. Haccâc el- Kuşeyrî en- Nîsâbü'rî, (1979). *Sahih-i Müslim Tercemesi ve Şerhi*. (Çev: Ahmed Davudoğlu). İstanbul: Sönmez Neşriyat.
- ÖZBAYDAR, Sabri, (1971). *Rüyaların Fonksiyonu*. İstanbul: Baha Matbaası.
- ÖZDÜZEN, Halit, (2010). *Rüyaların Dini ve Bilimsel Boyutu*. <http://www.edebiyatdefteri.com/yazioku.asp?id=68791>, 11/ 12/ 2010.
- ÖZER Ahmet ve BAYRAM Ali, (1994). *Berzah Alemi*. İzmir: Kaynak Yayınları.
- PARLATIR, İsmail vd., (1998). *TDK Sözlüğü*. Ankara: Türk Tarih Kurumu Basımevi.
- PEKER, Hüseyin, (2003). *Din Psikolojisi*. İstanbul: Çamlıca Yayınları.

- RIDER, Carl, (1996). *Psikişik Gücünüz* (Çev: Şen Süer Kaya). İstanbul: Say Yayınları.
- ROGO, Scott, (1998). *Astral Seyahat Teknikleri* (Çev: Rengin Ekiz). İzmir: Ege Meta Yayınları.
- SAKALLI, Talat, (1994). *Rüya ve Hadis Rivayetleri*. Isparta: Tokoğlu Ofset.
- SAMBUR, Bilal, (2005). *Bireyselleşme Yolu- Jung'un Psikoloji Teorisi*. Ankara: Elis Yayınları.
- SARP, Hüseyin Hâtemî, (1955). *Psikoloji*. İstanbul: Güven Basımevi.
- SEVİM, Seyfullah, (1997). *İslâm Düşüncesinde Mârifet Ve İbn Arabî*. İstanbul: İnsan Yayınları.
- SCHIMMEL, Annemarie, (1995). *Dinler Tarihine Giriş*. Ankara: Ankara Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Yayınları.
- , (2005). *Halifenin Rüyaları İslam'da Rüya ve Rüya Tabirleri*. (Çev: Tuba Erkmen). İstanbul: Kabalcı Yayınevi.
- SOLSO, Robert vd., (2009). *Bilişsel Psikoloji*. (Çev: Ayşe Ayçiçeği- Dinn). İstanbul: Kitabevi Yayınları.
- SPIEGELMAN, J. Marvin, İNAYET Pir Vilayet Han, TASNİM Fernandez, (1994). *Jung Psikolojisi ve Tasavvuf*. (Çev: Kemal Yazıcı, Ramazan Kutlu). İstanbul: İnsan Yayınları.
- STEVENS, Anthony, (1999). *Jung*. (Çev: Ayda Çayır). İstanbul: Kaknüs Yayınları.
- SCHULTZ, Duane P. ve SCHULTZ, Sydney Ellen, (2007). *Modern Psikoloji Tarihi*. (Çev. Yasemin Aslay). İstanbul: Kaknüs Yayınları.
- TALBOT, Michael, (1998). *Geçmiş Yaşamlarınızı Keşfedin*. (Çev: Cenk Türkman). İzmir: Ege Meta Yayınları.
- TATÇI Mustafa ve ÇELTİK Halil, (1995). *Türk Edebiyatında Tasavvufi Rüya Tabirnameleri*. Ankara: Akçağ Yayınları.
- TELESCO, Patricia, (1999). *Düşlerin Dili*. (Çev: Feyza Karagöz). İstanbul: E Yayınları.
- TİRMİZİ, Ebû İsa Muhammed, (2007). *Sünen-i Tirmizî Tercemesi*. (Çev: Abdullah Parlıyan). Konya: Konya Kitapçılık.

- TUĞLACI, Pars, (1972). *Okyanus Ansiklopedik Sözlük*. İstanbul: Pars Yayınları.
- TÜMER, Günay, (1993). *Dinler Tarihi*. Ankara: Ocak Yayınları.
- TÜRKOĞLU, Berrin, (2001). *Rüyaların Gizli Dili*. İstanbul: Sınır Ötesi Yayınları.
- TÜZÜN, Gürel, (1990). *Ana Britannica Ansiklopedisi*, XVIII, 558. İstanbul: Ana Yayıncılık A.Ş.
- YAZIR, Elmalılı M. Hamdi, (t.s.). *Hak Dini Kur'an Dili*. (Çev. İsmail Karaçam vd.). İstanbul: Azim Dağıtım.
- YILMAZ, Hasan Kamil, (2002). *Anahatlarıyla Tasavvuf ve Tarikatlar*. İstanbul: Ensar Neşriyat.
- YILMAZ, Nusret, (2002). *Telepati*. İzmir: Ege Meta Yayınları.
- YILMAZ, Sadi, (2007). İbn Rüşd Psikolojisi –Fizikten Metafiziğe İbn Rüşd'ün İnsan Tasavvuru-. *Sakarya Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi*, 15, 203- 208.
- YÜCESOY, Sevda, (2001). *Uykudaki Bilgelik Rüyalar*. İstanbul: Ruh ve Madde Yayınları.
- http://tr.wikipedia.org/wiki/Astral_seyahat

	T.C. SELÇUK ÜNİVERSİTESİ Sosyal Bilimler Enstitüsü Müdürlüğü	
---	--	---

Özgeçmiş

Adı Soyadı:	Nilüfer EVGİNER			
Doğum Yeri:	ADANA			
Doğum Tarihi:	18/ 10/ 1983			
Medeni Durumu:	BEKAR			
Öğrenim Durumu	LİSANS			
Derece	Okulun Adı	Program	Yer	Yıl
İlköğretim	A. Fazilet Kuzucu İlkokulu	5 yıllık	Konya	1994
Ortaöğretim	Konya İ.H.L.	3 yıllık	Konya	1998
Lise	Konya Selçuklu Anadolu İ.H.L.	4 yıllık	Konya	2002
Lisans	SÜİF DİKAB	4 yıllık	Konya	2007
Yüksek Lisans	SÜİF Din Psikolojisi	3 yıllık	Konya	2010
Becerileri:	Ebru yapmak			
İlgi Alanları:	Psikoloji, musiki ve tarih			
İş Deneyimi:	Milli Eğitim Bakanlığı'na bağlı ilköğretim okullarında 3 yıldır Din Kültürü Öğretmenliği yapmaktayım			
Aldığı Ödüller:				
Hakkımda bilgi almak için önerebileceğim şahıslar:	Doç. Dr. Abdülkerim BAHADIR Prof. Dr. Dilaver GÜRER Dr. Arş. Gör. Mehmet GÖNÜL			
Tel:	0536 496 43 81 0506 661 75 83			
E-Posta:	niluferevginer@hotmail.com			
Adres	Ladikli Mah. Dühane Sok. No: 5 Meram/KONYA			