

# RÜYA, İNANÇ VE DAVRANIŞ

Dr. Fatma Nur BEDİR

ESKİ  
YENİ  
YAYINLARI

Eskiyei Yayınları: 128

## RÜYA, İNANÇ VE DAVRANIŞ

Dr. Fatma Nur BEDİR

© FCR YAYIN REKLAM BİLGİSAYAR SAN. ve TİC. LTD. ŞTİ.  
(Sertifika no: 13178)

Mizanpaj ve Kapak  
FCR

Baskı ve Cilt  
VADİ GRAFİK TASARIM VE REKLAMCILIK LTD. ŞTİ.  
İvedik Org. San. 1420. Cad. No: 58/1  
Yenimahalle/ANKARA • Tel: (0312) 395 85 71  
(Sertifika No: 47479)

1. Baskı: Haziran 2022

ISBN: 978-625-7673-40-2

FCR YAYIN REKLAM BİLGİSAYAR SAN. ve TİC. LTD. ŞTİ.  
Hacı Bayram Mahallesi Boyacılar Sokak No: 14/1  
Ulus-Altındağ/ANKARA • Tel: (0312) 310 08 60  
Web: www.fcr.com.tr • e-mail: fcr@fcr.com.tr

# RÜYA, İNANÇ VE DAVRANIŞ

Dr. Fatma Nur BEDİR

Ankara 2022

## Dr. Fatma Nur BEDİR

2008 yılında Dokuz Eylül Üniversitesi, İlahiyat Fakültesi'nden mezun oldu. 2009'da Avustralya'da University of Queensland'da İngilizce dil eğitimi aldı. "Recollection of God Image in Childhood" başlıklı çalışması ile yüksek lisansını 2011'de University of London, Heythrop College'da tamamladı. 2020 yılında Hitit Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü'nde doktora eğitimini tamamlayarak doktor unvanını aldı. 2012 yılından itibaren Hitit Üniversitesi İlahiyat Fakültesi, Felsefe ve Din Bilimleri Bölümü, Din Psikolojisi Anabilim Dalı'nda akademik faaliyetlerini sürdürmektedir.

# İÇİNDEKİLER

KISALTMALAR	8
ÖN SÖZ	9
GİRİŞ	11

## BİRİNCİ BÖLÜM

### KAVRAMSAL VE KURAMSAL ÇERÇEVE

1.1. ARAŞTIRMANIN TEMEL KAVRAMLARI	23
1.1.1. Uyku	24
1.1.1.1. Uyku ve Rüya Mahrumiyeti Deneyleri	28
1.1.2. Rüya	31
1.1.2.1. Rüyanın Fonksiyonları	32
1.1.3. Algı	37
1.1.4. Bilinç	40
1.1.5. Mitoloji/Mit	48
1.1.6. Sembol	51
1.2. RÜYAYI AÇIKLAMAYA YÖNELİK YAKLAŞIMLAR	53
1.2.1. Teolojik, Kültürel ve Felsefi Yaklaşım	54
1.2.1.1. Teolojik Yaklaşım	54
1.2.1.1.1. Kutsalın Kaynağı Olarak Rüya	54
1.2.1.1.2. Hint Dinlerinde Rüya	57
1.2.1.1.2.1. Hinduizm’de Rüyaya Yaklaşım	58
1.2.1.1.2.2. Budizm’de Rüyaya Yaklaşım	61
1.2.1.1.3. Orta Doğu Dinlerinde Rüya	68
1.2.1.1.3.1. Yahudilik’te Rüyaya Yaklaşım	68
1.2.1.1.3.2. Hristiyanlık’ta Rüyaya Yaklaşım	81
1.2.1.1.3.3. İslamiyet’te Rüyaya Yaklaşım	92
1.2.1.2. Antropolojik Yaklaşım	103
1.2.1.2.1. Rüyaya Antropolojik Açıdan Genel Bir Bakış	105
1.2.1.2.2. Ritüeller	111
1.2.1.2.3. Kötü Rüyalardan Korunma	118
1.2.1.2.4. Rüya Nesnesi	121
1.2.1.2.5. Kehanet Rüyalar	124

1.2.1.2.6. İktidarı Meşrulaştırma Aracı -----	127
1.2.1.2.7. Şamanlık -----	129
1.2.1.3. Felsefi Yaklaşım -----	132
1.2.1.3.1. Bir Zihin Problemi Olarak Rüya -----	133
1.2.1.3.1.1. Hakikat-Görünüş Açısından Rüya -----	133
1.2.1.3.1.2. Ruh/Zihin-Beden Ayrımı ve Rüya -----	148
1.2.2. Rüyaya Psikanalitik Yaklaşım -----	154
1.2.2.1. Sigmund Freud'un Rüya Yaklaşımı -----	154
1.2.2.2. Carl Gustav Jung'un Rüya Yaklaşımı -----	163
1.2.2.3. Alfred Adler'in Rüya Yaklaşımı -----	173
1.2.3. Rüya-Davranış İlişkisi -----	176

## İKİNCİ BÖLÜM

### YÖNTEM

2.1. ARAŞTIRMANIN MODELİ -----	183
2.2. ARAŞTIRMA DESENİ -----	184
2.3. EVREN VE ÖRNEKLEM -----	185
2.3.1. Örneklem Sayısının Belirlenmesi -----	187
2.4. VERİ TOPLAMA ARAÇLARI VE STRATEJİLERİ -----	188
2.5. VERİ ANALİZ SÜREÇLERİ -----	191
2.6. ETİK HUSUSLAR -----	193
2.7. ARAŞTIRMA SIRASINDA KARŞILAŞILAN ZOR-LUKLAR -----	194
2.8. ARAŞTIRMANIN KAPSAMI VE SINIRLILIKLARI -----	195

## ÜÇÜNCÜ BÖLÜM

### BULGULAR VE YORUM

3.1. DEMOGRAFİK ÖZELLİKLERLE İLGİLİ BULGULAR -----	197
3.2. KATILIMCILARIN DİNDARLIK BOYUTLARI, DİNİ EĞİTİMLERİ VE RÜYAYA VERDİKLERİ ÖNEM İLE İLGİLİ BULGULAR -----	200
3.2.1. Dindarlık -----	200
3.2.2. Dinî Eğitim -----	204
3.2.3. Rüyaya Verilen Önem -----	205
3.3. DURUM TANIMLARI İLE İLGİLİ BULGULAR -----	216
3.3.1. Rüya Öncesi Psikolojik Süreç -----	217
3.3.1.1. Rüya Görme Sıklığı -----	217

3.3.1.2. Bastırılan Duygular -----	222
3.3.2. Rüyanın İçeriği -----	227
3.3.2.1. Tipik Rüyalar -----	227
3.3.2.2. Kehanet Rüya -----	238
3.3.2.3. Tanrı'dan Mesaj -----	252
3.3.2.4. Şeytani Rüya -----	265
3.3.2.5. Probleme Cevap -----	273
3.3.2.6. Vefat Eden Yakın -----	278
3.3.3. Rüya'yı Yorumlama Süreci -----	281
3.3.3.1. Rüyadan Sonra Yapılan Ritüeller ve Uygulamalar -----	281
3.3.3.2. Rüya'yı Yorumlama Yöntemi -----	286
3.3.3.2.1. Rüya Tabiri Kitapları ve Rüya Tabiri Web Siteleri	286
3.3.3.2.2. Birine Yorumlatma -----	290
3.3.3.3. Rüyanın Paylaşıldığı Kişiler ve Paylaşma Amacı -----	294
3.3.4. Rüya Sonrası Psikolojik Durum -----	298
3.3.4.1. Olumlu/Olumsuz Beklentiler -----	298
3.3.4.2. Günlük Ruh Hâli -----	303
3.3.5. Rüyanın Etkileri -----	306
3.3.5.1. Stresle Başa Çıkma -----	306
3.3.5.2. Dinî Hayata Etkileri -----	309
3.3.5.3. Günlük Hayata Etkileri -----	316
3.3.5.4. Karara Etkileri -----	318
3.3.6. Rüya-İnanç İlişkisi -----	322
3.3.6.1. Rüyaların Tanrı/Din ile Bağı -----	322
3.3.6.2. İlahi Yardım -----	328
3.3.6.3. İstihare -----	331

**SONUÇ** ----- 347

**KAYNAKÇA** ----- 359

## KISALTMALAR

bk.	: Bakınız
c.	: Cilt
çev.	: Çeviren
DİB	: Diyanet İşleri Başkanlığı
DMT	: Dimethyltryptamine
ed.	: Editör
EEG	: Rlektroensefalograf
EOG	: Elektro-okülogram
haz.	: Hazırlayan
KPSS	: Kamu Personeli Seçme Sınavı
MÖ	: Milattan önce
MS	: Milattan sonra
No.	: Numara
NREM	: Non-REM
OKB	: Obsesif Kompulsif Bozukluk
REM	: Rapid Eye Movement
sy.	: Sayı
TDK	: Türk Dil Kurumu
TDV	: Türkiye Diyanet Vakfı
TÜİK	: Türkiye İstatistik Kurumu
vb.	: Ve benzeri
vd.	: Ve diğerleri
Vol	: Volume (sayı)
vs.	: Vesaire
Yay.	: Yayınları/Yayıncılık
yy.	: Yüzyıl



## ÖN SÖZ

“Duyusuz idrak” olarak da tanımlayabileceğimiz bir zihin faaliyeti olan rüya bu çalışmanın konusunu teşkil etmektedir. Bireysel deneyimlere dayanan ve evrensel bir fenomen olan rüya, somut bir şekilde ortaya konamadığı hâlde varlığından ve tecrübe edildiğinden şüphe edilmeyecek kişiye özgü temel bir deneyimdir. Rüyanın ilk şartı olan uykunun insan yaşamının üçte birini kapsadığı düşünülürse uyku dışında geçen süre kadar uykuda geçen süre de önemli ve araştırılmaya değerdir. Rüya ile ilgili araştırmalar insanı anlama amacı taşıdığı için önemlidir. Bireyin rüya ile ilgili deneyimlerinin davranışları üzerindeki etkisini keşfetmek bu çalışmanın temel amaçlarından biridir.

Rüyalar, hemen hemen her kültürel toplulukta, özellikle dinî inançlar ve uygulamalar ile ilgili olarak, insan hayatının en çok tecrübe edilen değerli parçalarından biri olmuştur. Rüya ile ilgili inanç ve kültürle yoğrulmuş çeşitli ritüel ve pratikler ortaya çıkmıştır. Derin bir geçmişi bulunan ve çok geniş bir literatür ve bilgi zenginliğiyle karşılaştığımız bu konu din psikolojisi alanında ihmal edilmiştir. Rüyaların bireyin hayatındaki yeri, dinî ve dinden bağımsız davranışlar üzerindeki etkisi ve rüya olgusuyla bağlantılı inançlar, davranışlar ve pratiklerin incelendiği bu araştırmanın başat amaçlarından birisi de alanda önemli bir boşluğu doldurmak, rüya konusuna dikkat çekmek ve bu konuda yapılması muhtemel çalışmalara kaynaklık etmek ve katkı sağlamaktır.

Bu çalışma uzun ve zorlu bir süreç sonunda birçok kişinin emeği ve katkısıyla gerçekleştirilmiştir. Öncelikle akademik birikimini, manevi destek ve hoşgörüsünü esirgemeyen değerli danışman hocam Prof. Dr. Muammer Cengil’e; görüşleri ve önerileriyle çalışmamıza önemli katkılarda bulunan sayın hocalarım Prof. Dr. Yakup Çoştu ve Doç. Dr. Özden Kanter’e teşekkürlerimi sunarım. Kitabın tashihi ve son okumasını yapan değerli

kardeşim ve meslektaşım Dr. Ayşe Nur zdemir'e ve yine tashihde çok yardımlarını gördüğüm, önerileriyle de önemli katkılarda bulunan Dr. Mecnun Kandemir'e teşeekr borç bilirim. Pandemi nedeniyle mekn sorunu yaşadığım günlerde kendi ofislerini kullanmama müsaade ederek sürecin hızlanmasını sağlayan ve görüşleriyle çalışmamıza katkı sağlayan değerli arkadaşlarım Arş. Gör. Dil Baran Tekin ve Dr. Hesna Serra Aksel'e teşeekrlerimi sunarım. Araştırmanın farklı aşamalarında zaman ayırarak görüş ve nerileri ile çalışmayı zenginleştiren ve manevi desteklerini esirgemeyen Doç. Dr. Feyza Ceyhan oştu, Dr. Tuğba Karaman, Dr. Elif Büşra Kocalan ve Doç. Dr. Zeynep Sağır'a teşeekr ederim. Özellikle alan araştırmasında, çalışmamıza fikir ve önerileriyle katkı sağlayan sayın Doç. Dr. Behll Tokur'a mteşeekkirim. Bu araştırmanın ortaya çıkmasında katılımlarıyla önemli bir rol oynayan tüm katılımcılara ve veri toplamada yardımı dokunan herkese, özellikle Dr. Erdener zçetin ve Lütfiye Hacıismailoğlu'na teşeekr borç bilirim. Son olarak bu kitabın biteceği günü benden daha çok bekleyen ve emeklerini asla ödeyemeyeceğim canım anneme ve babama, kardeşlerim Ayşe Nur ve Sevgi'ye şükranlarımı sunarım. Olmasalardı daha erken bitebilecek bu kitap, yine de sevgili eşim Muharrem ve kızım Elif Ela'nın verdiği sevgi, destek ve enerji ile bitmiştir.

Fatma Nur ÖZDEMİR-BEDİR  
Ekim 2020