

3.

Bölüm



HİPNOZDA ZİHİN-DİL İLİŞKİSİ

Kemal Nuri ÖZERKAN¹

“Kelimeler, insanlığın hizmetindeki en kuvvetli ilaçtır”

Rudyard Kipling

Hipnozda dil-zihin ilişkisini ele alırken önce dilin düşünce ile ilişkisine bakmak gerekir. Dil, olayları sözlü kategorilerle kodlayarak hafızaya alma işlemini hızlandırır (1). Düşünce, sözcükler aracılığıyla dünyaya gelir. Alman filozof Cassirer’e göre *dil, nesneler dünyasını, idrak dünyasını kavramayı sağlayan bir araçtır*. Bozkurt Güvenç’e göre dil ve düşünce bağımsız değildir. Orwell’in tezine göre düşünce dille bağlıdır. Otoriter bir yönetim, dille ifade edilen düşünce dizgesini sınırlarsa bu, düşünce sistemi üzerinde kısıtlayıcı etkiye bulunur (1).

Dil, zihnin en önemli ifade araçlarından biridir; düşüncelerimizi ifade etmede en “doğrudan” araçtır. Zaman zaman sürçmeler yoluyla derindeki manayı “açık etse” de, hem vaziyeti idare eder, hem olanı ortaya koyar, hem de sınırları zorlamayı bilen bir anahtar olur.

¹ Prof. Dr., İstanbul Üniversitesi-Cerrahpaşa, Spor Bilimleri Fakültesi, Antrenörlük Eğitimi Bölümü, Spor ve Sağlık Bilimleri ABD. Öğretim üyesi, kozerkan@gmail.com



: “Şimdi her yolla transa girebilirsin.”, “Aklına elen her düşünce daha derin transa girmene yardım,cı olabilir.”

2. **Kesin Takılar:** Bunlar –meli, -malı,--mak zorundasın, --amazsın, --mazın, gibi sözcükler seçim yapma şansının olmadığını gösterir: “Gözlerini açmadığını fark edemedin mi ?”

Süjede direnç yaratmadan telkine zemin hazırlamak dolaylı telkinde kullanılan tarz ile çabuk aşılabılır. Ancak bu durumda iki sorun karşımıza çıkar. Birincisinde sorgulanıyor olma duygusu, kritik eden zihni devreye sokabilir; ikincisinde ise süje bunu tehdit edilme hissi olarak algılayabilir. Dolaylı telkinde kullanılan hikayeler ve metaforlar uygun bir dille aktarıldığında böyle bir direncin oluşturulma riski giderilebilir.

KAYNAKLAR

1. Özerkan, Ş. Medya, Dil ve İletişim. Martı Yayınevi. İstanbul. 2001.
2. Chomsky,N. Dil ve Zihin. Ayraç yay. Ankara, 2001
3. Freud, S. Düşlerin yorumu II. Payel Yayınevi. İstanbul. 1996.
4. Crapps RW. Psikanaliz ve Din. Marife Dergisi. 2004;4:171-190.
5. Dilts, R. Dil İllüzyonları. İş Bankası Yayınları. İstanbul, 2005.
6. Nash,M. Barnier,A. Hipnoz Kuram I. İstanbul. 2015.
7. Nash,M. Barnier,A. Hipnoz Araştırma II. İstanbul. 2015.
8. Güzel,S. Alan,H. İleri Hipnoz Teknikleriyle Hipnoterapi. İstanbul. 2018.
9. Özerkan,K.N. Bedenin Efendisi Zihin. İstanbul. 2012.
10. Uzuner,C. Hipnoterapi. İstanbul. 2009.
11. Uran, B. Hipnozun Kitabı (5.baskı). Ankara. 2019.
12. Bandler,R. Grinder,J. Trans ve Değişim. İstanbul. 1999.
13. Brown,D. Fromm,E. Hipnoterapi ve Hipnoanaliz.İstanbul. 2015.