C.Ü. İlahiyat Fakültesi Dergisi
2014, Cilt: XVIII, Sayı: 2 Sayfa: 391-412

MANEVİ İYİ OLUŞ İLE DİNDARLIK ARASINDAKİ İLİŞKİ ÜZERİNE BİR DEĞERLENDİRME

Hatice Acar*

Özet

Bu makalede -kavramlaşma süreci devam eden- manevi iyi oluş ile dindarlık arasındaki ilişki incelenmiştir. Manevi iyi oluş, insanların Tanrı ve hayatla nitelikli ilişkisini ifade etmektedir. Toplumumuzun huzur arayışı, araştırmacıları bu kavramın dindarlıkla ilişkisini incelemeye ve bu alanda bir farkındalık oluşturmaya yöneltmiştir. Neticede dinin ve dindarlığın genel olarak manevi iyi oluşun sağlanmasında katkı sağladığı tespit edilmiştir.

Anahtar Kelimeler: İyi Hali, Manevilik, Din, Manevi İyi Oluş, Dinsel İyilik, Varoluşsal İyilik.

A Consideration on The Relationship Between Spiritual Well-Being And Piety

Abstract

The relationship between spiritual well-being, which is still being conceptualized as a critical term and piety has been investigated in the present study. Spiritual well-being refers to individiuals's quality relationships with God and life. The society's search for peace has led the scholars and researchers to inquire the links between this concept and piety. As a result, it has been confirmed that religion and piety, generally, contribute to spiritual well-being.

Keywords: Well-Being, Spirituality, Religion, Religious Well-Being, Existential Well-Being.

* Dr., Vaize, Sivas İl Müftülüğü (haticeacar2005@gmail.com).

Giriş

Psikolojinin öznesi, insandır. Kişinin ruhen iyiliğini ifade eden manevi iyi oluş da, bu meyanda psikoloji içerisinde irdelenen konular arasında yer almıştır. Dünyadaki hızlı değişim ve gelişime uyum sağlamakta zorlanan, ruhen yıpranan insanların varlığı, manevi iyi oluşu daha da öne çıkarmıştır.

Manevi iyi oluş ilk defa -tespit edebildiğimiz kadarıyla- 1971 yılında yaşlılıkla ilgili gerçekleştirilen bir konferansta (White House Conference on Aging) dile getirilmiştir (Goldstein, 1971, akt. Ai, 2000, s. 2). Amerika'da yirminci yüzyılda yaşlı nüfus sürekli artmıştır. Yaşlılar, sınırlanan imkanları ve karşılaştıkları sorunlar nedeniyle manen iyi oluşa ve manevi tedaviye daha fazla ihtiyaç duymuştur. Budizm'in iç barışı ve özü değerli kılma hususundaki felsefesi de manevi iyi oluşun ortaya çıkmasında etkili olmuştur (Ai, 2000; Bedel, 2009; Kim ve ark. 2011). Manevi iyi oluş, psikolojide Poloutzian ve Ellison tarafından kavramlaştırılmıştır (Ellor ve McGragor, 2011).

Manevi iyi oluş, insanın kendisiyle, çevreyle ve Tanrı'yla ilişkisini irdeleyen, hayata ve dine dair konuları içeren bir kavramdır. Konuyla ilgili batı literatüründe çalışmalar yapılmıştır ve ölçekler geliştirilmiştir (Ellor, W.J. ve McGregor, 2011; Gow ve ark. 2011; Fisher, 2007, Unterrainer ve ark. 2012). Ülkemizde ise manevi iyi oluş, manevi bakım çerçevesinde işlenmiştir ve konuyla ilgili çalışmalar sınırlı kalmıştır (Ergül ve Bayık, 2004; Demirtepe ve Bozo, 2009; Köylü, 2011; Erol ve Vural, 2012).

Manevi iyi oluşun iki boyutu vardır. Birincisi, bireyin benlik ve dış dünyayla irtibatını kapsayan *varoluşsal boyuttur.* Diğeri ise, insanın Tanrı'yla ilişkisini ifade eden dinsel boyuttur. Burada esas olan ise, insanların Tanrı'yla ve yaşamla ilişkisinden edindiği *doyum, tatmindir* (Moberg, 1984).

Manevi iyi oluş, Amerikan toplumunun ihtiyaçlarını karşılamak üzere geliştirilmiştir. Doğal olarak da Amerika'nın kültürel özelliklerini yansıtmaktadır. Manevi iyi oluş, yaşanılan olumsuzluklar karşısında insanın manen memnuniyetini, doyumunu kapsamaktadır (Ai, 2000). Hayatın farklı içerikte sorunları karşısında mutluluğu ve huzuru bulma mücadelesi veren insanın manevi iyi oluşa ihtiyacı artmıştır. Dolayısıyla manevi iyi oluş konusunda yapılan başlangıç mahiyetindeki bir çalışmayla, hem konunun önemine dikkat çekileceği hem de kavramın ve

lilteratürün genişletilmesi ve geliştirilmesine katkı sağlanabileceği ümidindeyiz.

Bu araştırmada manevi iyi oluşun dindarlıkla ilişkisi incelenmiştir. Bunu gerçekleştirmek adına manevi iyi oluşa, dinin ya da dindarlığın insanın manevi iyi oluşuna katkısına ve bunu etkileyen unsurlara yer verilmiştir.

1. Manevi İyi Oluş

Manevi iyi oluş kavramı, genel olarak ruh sağlığı çerçevesinde incelenmiştir. Öyle ki insanın ruhen sağlıklı olmasının manen de iyi olmasına katkı sağlayacağı düşünülmüştür. Ruh sağlığıyla ilgili olarak birçok kriter sunulmuştur. Buna göre "olumlu özelliklere sahip olunması, olumsuz özelliklerden uzak durulması" ruhen sağlıklı olmanın yanı sıra iyilik halinin de göstergesi olarak kabul edilmiştir (Ventis, 1995; Connolly, 1998). Ancak toplumsal realite, insanın uyumlu ve olumlu niteliklere sahip olmasının ruhen sağlıklı ve iyi olduğu anlamına gelmediğini göstermektedir. Bu da ruh sağlığı ve iyilik hali kriterlerini gözden geçirmeyi gerekli kılmıştır. Konunun sınırlarını aşmaması için burada iyilik hali ve manevi iyi oluş üzerinde durulmuştur.

Varoluşundan itibaren insanoğlu, tercihini kendine göre iyi olandan yana kullanmıştır. Bundan hareketle bazı bilim adamları, *iyilik hali* üzerinde çalışmıştır (Ryan ve Deci, 2000, s. 75). Bu kavramı ilk dillendiren Halbert Dunn olmuştur (Doğan, 2006).

Genel olarak iyilik hali, kişinin potansiyelini gerçekleştirmesini ifade eden "mükemmellik için uğraşmak"tır (Ryff, 1995, s. 100). İyilik hali, hedonik yani hazcılık yaklaşımı bağlamında mutlulukla eşdeğer görülmüştür. Burada yaşamın pozitif unsurları ön plandadır. Ölçü ise, acının olmamasıdır (Miquelon ve Vallerant, 2006, s. 260).

Eudaimonik (psikolojik işlevsellik) yaklaşımına göre ise iyilik hali, insanların gerçek benliklerini nasıl değerlendirdiklerini ifade eder. Yaşamın içeriğine ve sürecine odaklanmaktadır. Bu bağlamda teorisyenler, bireyin yaşama gücü, şefkat, sağlık ve anlam duygusu ile ilgilenmiştir (Miquelon ve Vallerant, 2006, s. 260). Bir anlamda o, insanın iç ve dış dünyasındaki tatmini anlamına gelmektedir.

İyilik hali, kişiye ve onun kendisine dair tespitlerine öncelik tanımaktadır. İnsanın hayata bir amaç yüklemesi, kendini kabul etmesi, kişisel olarak gelişim duygusuna sahip olması, olumlu ilişkiler kurabilmesi bunun birkaç örneğidir. Dolayısıyla iyilik hali, insanın ruhen, bedenen ve

sosyal olarak işlevselliğini geliştirmeyi amaçlayan bir yaşam biçimidir (Doğan, 2006, s. 1).

İngilizce'de "spiritual well-being" ile ifade edilen manevi iyi oluş, *iyilik hali'nin* bir türüdür. Manevi iyi oluş, bünyesinde hem maneviliği hem de iyilik halini barındırmaktadır. İnsanın dinsel ve varoluşsal anlamda iyiliğini ifade etmek için kullanılmıştır. Daha çok yaşamın görünmeyen, aşkın yani subjektif yönüne işaret etmektedir (Hill ve ark. 2000). Böylece yaşamın manevi anlamdaki değeri anlaşılmak istenmiştir. Manevi iyi oluş kavramının anlaşılması için burada *manevilik* üzerinde kısaca durulacaktır.

Genelde manevilik, yaşamın anlamı, aşkınlık, nihai gerçeği ya da en yüksek değeri aramak, yaratılışın gizemini kavramak gibi anlamları içermekte olup literatürde bu yönüyle incelenmiştir (Doğan, 2006, s. 2; Bedel, 2009).

Din ve Tanrı'yla ilişkilendirilen manevililiğin dini olup olmadığı konusu hep tartışılmıştır. Çünkü din, belli kuralları olan, teslimiyeti ve faaliyet göstermeyi şart koşan kurumsallaşmış bir yapıdır. Dolayısıyla din, öğrenme ve öğretme temelinde ilerlemektedir (Coyle,2008). Buna karşılık manevilik, din gibi kurumsallaşmış bir nitelik arz etmez; daha kişisel ve sübjektiftir. Belirli bir dinin güdümünde değildir ve onun tarafından sınırlandırılamaz (Kale, 2004; Gastaud ve ark. 2006; Ellor ve McGregor, 2011). Dolayısıyla manevilik, tecrübi bir nitelik arz etmektedir (Bedel, 2009).

Din, maneviliği bünyesinde taşımaktadır. Dindarlar, manevi ihtiyaçlarını dini değerlerle tatmin etmektedir (Özdoğan, 2005a, s. 141; Bedel, 2009, s.2). Buradan şu sonuca ulaşmak mümkündür: İnsanda anlam duygusunu elde etme adına aşkın ve nihai olana ulaşma çabası vardır. Dolayısıyla anlamı bulma çabasının aşkınlaşmayı da içeren manevi bir boyutu bulunmaktadır. Bu tür çabalar, genelde bir dine bağlanma ile sonuçlanır. İnsandaki aşkınlık duygusu, dinle birlikte farklı bir boyut kazanmakta ve artık manevilik din tarafından destelenen bir niteliğe bürünmektedir.

Kısacası manevilik, çoğunlukla dini unsurlar taşıyabilir; ama o, dini olmak zorunda değildir. Zira Tanrı'yı kabul etmeyen ya da bir dine mensup olmayan insanların bile manevi duyguları ya da mistik eğilimleri vardır (Horozcu, 2012; Bedel, 2009).Örneğin Fromm, kendisini hem ateist hem de -maneviyat içerikli- bir mistik olarak değerlendirmiştir

(Karacoşkun, 2006). Böylece manevilik, her insanda var olan bir durumdur; manevi iyi oluş adı altında psikolojik bir nitelik kazanmıştır.

Manevi iyi oluş, din ve manevilik kavramlarıyla mukayese edildiğinde yeni bir durum olarak karşımızdadır (Ellor ve McGregor, 2011). Genelde manevi iyi oluş, insanın kendisiyle, diğerleriyle, çevresiyle ve Tanrı'yla ilişkisinin niteliğini ortaya koymaktadır (Moberg, 1984; Fisher, 2007; Gow ve ark. 2011). Kavramın insanın din ve Tanrı'yla ilişkisini kapsaması, konuyu iyilik halinden bir adım öteye taşımıştır.

Manevi iyi oluşun iki boyutu vardır: Dinsel iyilik ve Varoluşsal iyilik. Dinsel iyilik, insanın Allah'la ilişkisini ifade etmektedir. Bununla kastedilen, insanın üst varlıkla ilişkisi çerçevesinde manevi yaşamına dair tecrübe ettiği doyum, memnuniyet ve tatmindir. Varoluşsal iyilik ise, insanın anlam arayışı, anlam duygusuna erişmesi ve buna göre hayatını tesis etmesidir (Scott ve Agretsti, 1998, s. 1). Diğer bir deyişle varoluşsal iyilik, kişinin kendi bakış açısına göre tesis ettiği yaşamdan memnuniyetidir. Burada bireyin yaşamının anlamı, yaşam memnuniyeti ve olumlu ya da olumsuz hayat deneyimleri öne çıkmaktadır (Paloutzian ve Ellison,1982). Dolayısıyla manevi iyi oluş, dini, insani ve sosyal boyutu olan bir kavramdır.

Manevi iyi oluş, bireyin manevi gelişimini ve değişimini dikkate alarak, onun benlik, sosyal çevre, dini ve dini olmayan sembollerle ilişkisini bütüncül bir bakış açısıyla incelemektedir. Ayrıca manevi iyi oluş, yaşamın anlamının, insanın yaşamdan aldığı hazzın ya da memnuniyetin, manevi denilebilecek değerlerle ilişkisini tartışmaktadır. Böylece insanların eğilimleri ve bunların nitelikleri, temel nedenleriyle beraber ortaya konulmaktadır (Moberg, 1984; Paloutzian ve Ellison, 1982). Böylelikle manevi iyi oluş, insanın kendisiyle, ilahi varlıkla ve çevreyle ilişkilerinin niteliği, kurduğu ilişkilerinden memnuniyeti ile insanın manen gelişimi hakkında fikir sahibi olunmasına yardımcı olur.

1.1. Varoluşsal İyilik Bağlamında Anlam Bulma Mücadelesi ve Din

Varoluşsal iyilik, manevi iyi oluşun bir boyutu olarak insanın yaşama dair temel bir felsefe inşa etmesi ve buna göre hayatını sürdürmesidir (Scott ve Agretsti, 1998, Poloutzian ve Ellison, 1982). Diğer bir deyişle insanın anlam duygusu, anlam bulma çabası, varoluşsal iyiliğin odağını oluşturmaktadır.

İnsanın hayatını sürdürmesi, karşılaştığı her şeyin yerini, önemini ve değerini keşfetmesine, tespit etmesine ve buna göre bir düzen oluşturmasına bağlıdır. Bu doğrultuda kişi, yaşamak için anlam arayışına girmiştir. Bu durum, psikoloji literatüründe "anlam bulma, anlamlandırma" olarak yer etmiştir (Fowler, 1981).

Anlamlandırma çabası, insanı benliği ve çevresiyle sürekli irtibatta kalmaya itmiştir. Bunun neticesinde insanın değerleri oluşmuştur. Sonuçta insan, bunlar sayesinde kendisini ve çevreyi anlama imkanı elde etmekte; kendi grubunu bulabilmekte ve onlarla bütünleşebilmektedir (Fowler 1992b, akt. Ok, 2005, s. 6 ve 7). Anlam bulma gayretinin neticesi olan bu değerler, yaşamı sürdürebilme noktasında insana nedenler sunmaktadır.

Belli bir arayış sürecinden sonra insanlar, genelde güven ve bağlılık temelinde bir *anlama* ulaşmaktadır (Fowler ve Lovin, 1980, s. 19 ve Fowler ve Keen, 1978, s. 34). Bunlar, insanların benliklerini, hayatlarını şekillendirip yönetmektedir (Dykstra, 1986, s. 49; Ok, 2005, s. 7). İnsanın yaşama katılmasını ve biçim vermesini sağlamaktadır (Fowler ve Keen, 1978, s. 24). Buradan insanın belli aşamalardan sonra ulaştığı ya da oluşturduğu anlam duygusunun başta varoluşsal konular olmak üzere hayatın her alanında yönlendirici bir rol üstlendiği sonucuna ulaşılabilir. Bir yönüyle anlam duygusunun yaşamın devamlılığını sağlayacak gerekçeler sunduğu ve bu yüzden de dikkate alınması gerektiği de ulaşılabilecek diğer bir yargıdır.

İnsanın hayatına yön veren ve var oluşsal iyiliğin odağını oluşturan anlam duygusu, dini bir nitelik arz edebilir. Din, insanın anlamlandırma ihtiyacını doyuma ulaştırabilir (Pargament, 2005, s. 283). Sonuçta insan, bir dini kabul ederek "benliğin ihtiyaçlarını gidererek tatmin olma, kaygılarını ve çatışmalarını giderme, Tanrı'nın gücünü hissetme, kimlik kazanma, mutlu olma" gibi amaçlara ulaşmaya çalışabilir (Argyle, 1964, akt. Karacoşkun, 1998, s. 12). Elbette bu hedefler, kişiden kişiye değişebilir. Ancak değişmeyen bir şey vardır: İnsanın iç ve dış dünyasında iyiliği, mutluluğu, huzuru yakalama arzusu.

Kısacası din, anlam arayışının sonucu olarak insanın iç ve dış dünyasında sağlığına, iyiliğine katkı sağladığı müddetçe rağbet görecektir. Zira her insan iyi olmak, iyi bir yaşam tesis etmek ve bundan da memnun olmak arzusundadır (Schnıttker, 2001, Mehmedoğlu, 2004).

1.2. Dinsel İyilik Bağlamında Tanrı ve İnsan İlişkileri

Manevi iyi oluşun bir diğer boyutu dinsel iyiliktir. İnsanların Tanrı'yla ilişkisini içermektedir. Buna göre hayatı anlamlandırma çabası sonucunda dine ve dini değerlere yönelim söz konusu olabilir. Dinler ya da dini değerler ise, genelde Tanrı merkezli olup onun koyduğu kurallar çerçevesinde şekillenmektedir (Fowler, 1981).

Tanrı, psikolojide insanla ilişkisi çerçevesinde incelenmiştir. Freud'un Tanrı'yla baba imajını özdeşleştirmesiyle başlayan insan ve Tanrı arasındaki ilişkiyi anlama gayreti günümüzde hala devam etmektedir (Kartopu, 2014, s. 290). İnsanoğlu, Tanrı'ya farklı gerekçelerle ilgi göstermiştir. Bu sebepler, bazen bir varlığa bağlanma ihtiyacı bazen de güçsüzlük, çaresizlik günahkârlık duyguları şeklinde tezahür etmiştir (Peker, 2003, s. 76-78). Tüm bunlar göstermektedir ki insanların Tanrı'ya yönelme nedenleri farklılaşmaktadır. Bu da, insan ve Tanrı ilişkisinin sübjektif bir yönünün olduğunu gösterir. Sonuçta dini ve onun kurucusunu (Tanrı'yı) değerlendiren -aynı zaman da onun muhatabı olan- insandır. Doğal olarak konuyla ilgili farklı ilişki biçimleri ortaya çıkacaktır.

İnsan ve Tanrı arasındaki ilişkiyi ve bunun içeriğini belirleyen birçok unsurdan bahsedilebilir. Ancak çalışmanın konusu çerçevesinde en çok üzerinde durulması gereken temel konu, kişinin Tanrı'yla ilişkisidir. Zira inanan bir insanın yaşamı, bu minvalde devam etmektedir.

İnsanların Tanrı'yla ilişkisi, öncelikle onu nasıl algıladığıyla ilgilidir. Bunda kültürel, dinsel, kişisel vb. özellikler belirleyici rol üstlenmektedir (Ay, 2005, s. 109; Feuerbach, 2008). Bu da, geçmişten günümüze kadar genel geçer bir Tanrı algısından bahsedilemeyeceğini göstermektedir. Zira bunlar, dinlere, insanlara ve kültürel unsurlara göre değişmektedir.

Tanrı algısı çerçevesinde geliştirilen insan-Tanrı ilişkisi, aynı zamanda kişinin sosyal hayatında da kural ya da kriter olarak belirleyici bir rol üstlenmektedir. Örneğin İslam dünyasının teist Tanrı anlayışı ve insanı halife ilan eden düşüncesi, yönetene ve yönetilene bazı hak ve sorumluluklar vermiştir. Buna göre yöneticiler, Tanrı'nın hakimiyetini; yönetilenler insana atfedilen çaresizliği temsil etmektedir (Ay, 2005, s. 111).

Hayatın bir imtihan olduğu dolayısıyla Tanrı'nın insanı koşullu sevdiği ya da seveceği düşüncesi, kişiyi bir onaylanma güdüsüne sürükleyebilir. İnananlar, amaca ulaşmak için üst varlık tarafından konulan

kurallara riayet etmeye itina gösterir (Özdoğan, 2005). İlişkilerini ilahi kurallar çerçevesinde yürütür. Bundan eş olma, arkadaşlık, komşuluk vs. şeklindeki tüm ilişkiler ve bunların tarzı etkilenmektedir (Pazarlı, 1982; Vergote, 1997; Arpaguş, 2005; Subaşı, 2012).

Kısacası manevi iyi oluşun bir parçası olarak insan -Tanrı ilişkisinin kişisel ve toplumsal sonuçları bulunmaktadır. Kişinin Tanrı'yla ilişkisinin temeli, genelde çocukluk döneminde oluşmaktadır. Sevgi, merhamet, huzur ve mutluluk temelinde kurulacak insan-Tanrı ilişkisi, yaşamı sürdürme nedenlerini olumlu yönde etkilemektedir(Kirkpatrick, 2006, s. 15; Kartopu, 2014, s. 900;). Dolayısıyla çocukluk döneminde telkin edilen düşüncesine itina göstermek gerekir. Aksi halde insanın gerek Tanrı'yla irtibatı gerekse bu minvalde oluşturacağı temel yaşam felsefesi olumsuz etkilenecektir. Bu da, manevi iyi oluşu zedeleyebilir ya da ortadan kaldırabilir.

2. Dinin ve Dindarlığın Manevi İyi Oluş'a Katkısı

Psikolojide dinin insanın hayatındaki yeri hususunda farklı görüşler sunulmuştur. Psikolojinin önemli isimlerinden Freud, dini insanın istek ve arzularını dizginleme konusunda bir sığınak olarak görmüştür. Ona göre din, insanın güçsüzlüğünün ve çaresizliğinin neticesidir. Bir anlamda, illüzyondur. Hatta bir nevroz sebebidir. Dolayısıyla o, insanları tarih boyunca mutlu edememiştir. İnsanı, sürekli baskı altında tutmuştur (Freud, 2011). Dine yönelik geliştirilen bu olumsuz yaklaşım, dinle ilgili psikolojik çalışmalara damgasını vurmuştur (Ventis, 1995; Pargament, 2005; Haque, 2012).

Dinin bir hastalık olduğunu düşünenlerin yanında onun bir tedavi aracı olduğunu, dengeyi ve bütünlüğü sağlayarak ruh sağlığına dolayısıyla da iyilik haline katkı sağladığını ifade edenler de vardır (Kısa, 2005). Yine insanın kendini gerçekleştirme konusunda maneviliğe ihtiyacı olduğunu savunan Maslow ve Fromm, dini eğilimin sağlıklı bir kişilik oluşturduğunu dillendiren Allport, psikolojinin dini değerlere yönelmesinde ciddi katkı sahibidir (Haque, 2012, s. 154). Bugün ise, dinin artık fıtri bir ihtiyaç olduğu, din psikolojisi çalışmalarında kabul görmüştür. Hatta bugün sorunların neden olduğu psikolojik hastalıkların tedavisi konusunda dinden ve onun sunduğu manevilikten yararlanma yoluna gidilmektedir. Bu da, insanın manevi yönünü ve ihtiyacını görmezden gelen batı toplumu için bir devrimdir (Koç, 2005; Koç, 2007).

Dinin ya da bir dine bağlanmanın insanın manevi iyi oluşuna katkısının olup olmadığı konusunda hala bir sonuca varılamamıştır. Ancak dinin bazı önerileri, insanın manevi anlamda iyiliğinde olumlu bir etkiye sahiptir. Örneğin varoluşsal iyiliğin esasını oluşturan *anlamlandırma çabasında* din insana faydalı olabilmektedir. Kişinin kendisini adayacağı anlam duygusu, onun yer yer yaşadığı boşluk duygusunu ortadan kaldırmaktadır. Çünkü din, insanların kendilerine, çevrelerine ve hayatlarına dair varoluşsal sorularının cevabını kendi çerçevesinde cevaplandırmaktadır (Koç, 2003; Koç, 2007). Kişi, din ve onun taşıdığı manevilikle bilgiye, anlama, umuda, sevgiye, aşkınlığa ulaşmaktadır. Din, hayatın zorluklarıyla insanı yüzleştirebilir ve onları olumluya çevirme gücünü insana verebilir. Bir anlamda o, kişiye hayatın farklı yüzleriyle mücadele etme imkanı sunmaktadır (Zinnbauer ve ark. 1997; Özdoğan, 2005a, s.141; Bedel, 2009; Kim ve ark. 2011; Yong ve ark. 2011). Örneğin İslam dini, anlamlandırma ihtiyacını, kulluk ile karşılamaktadır. Buna göre bir Müslüman, hayatını kul olmaya adamalı, bunun için çabalamalıdır. Bu durumda karşılaşılan her zorluğa katlanmalı ama asla vazgeçmemelidir (51: 56). Zira inanan, ancak bu şekilde dünya ve ahiret mutluluğuna erişecektir (10: 64). Dolayısıyla bir dini tercih eden, hayatının anlamını oluşturabilir. Böylece hayata daha özgüvenli bakabilir. Bu doğrultuda bir hayat sürdürebilir (Krech, 1980). Artık onu hayata bağlayan geçerli nedenler söz konusudur.

İnsanın için dönüm noktası olabilecek ve onu ciddi anlamda düşünmeye sevk edecek belli başlı olaylar söz konusudur. Evlenme, boşanma, hastalık gibi durumlar bunlardan birkaçıdır. Bu çerçevede insanlar, bu olayları hayatlarında bir yere koymak, kanıksamak için bir bakış açısına ihtiyaç duyabilir. İşte dinin sunduğu anlam duygusu, kişiye rahatlatıcı ya da ona tercih yapabilecek kriterler sunarak yol gösterme amacındadır (Öznur, 2005a). Örneğin evlenmenin amacı, nelere dikkate edileceği şeklindeki hususlar bunlardan bir kaçıdır. Böylelikle kişi, iç dünyasından aldığı güçle olayları yorumlama ve hayata yeni bir yön verme imkanı elde edebilmektedir. Çünkü reçete, her şeyin üstünde olan bir varlıktan gelmiştir ve inanan için bu oldukça değerlidir (Horozcu, 2012).

Her dinin önerdiği bir kutsal ya da kutsallar grubu vardır. Bunların başında Tanrı gelmektedir. İnsanların kafasındaki en üst niteliklere sahip olan bu varlığa bağlılık, insanın hem zor hem de mutlu günlerinde sığınabileceği yegane bir kılavuzdur. Böylece insanlar, Tanrı'ya inanarak,

manen güven duygusu kazanabilir (Peker, 2003, s. 245). Bu da, dinsel ve yaşamsal anlamda memnuniyet oluşturarak manevi iyiliğe katkı sağlayabilmektedir.

Kişinin Tanrı'yı nasıl algıladığı ve onunla nasıl bir ilişki kurduğu, manevi iyi oluş konusunda önemlidir. Zira Tanrı'yı; cezalandıran, gazaba uğratan olarak gören ve bu çerçevede Tanrı'yla korku temelli bir ilişki kuranların iyilik hali (manevi iyi oluş) olumsuz etkilenebilmektedir (Pargament, 1997; Mehmedoğlu, 2011). Tanrı'yla olumsuz ilişki kurmak ve sorunlarını çözerken Tanrıyı devre dışı bırakmak, problemleri çözmede başına buyruk davranmak, bireylerin kişiliklerini ve ruh dünyalarını olumsuz etkilemektedir. Bu tür insanlar katı, asabi, endişeli olabilmekte; psikolojik olarak uyum bozuklukları sergileyebilmektedir (Kirkpatrick, 2006, s.151 ve 164; Kuşat, 2006, s.140-142; Mehmedoğlu, 2011; Kartopu, 2014).

Tanrı'yla sevgi temelinde ilişki kuranlar ise, yaşantılardan dersler çıkarabilmekte, manevi anlamda gelişim hususunda önemli fırsatlar yakalayabilmektedir. Bu da, kişinin kendi hayatında aktif bir rol üstlenmesine yardımcı olacaktır (Özdoğan, 2005, s. 161).Bununla insanın kendisini değerli hissetmesi ve samimi bir inanan olarak yaşamını sürdürmesi mümkündür. Dolayısıyla kişi, dini çerçevede tesis ettiği yaşamını Tanrı'nın da beklentilerini dikkate alarak ama en önemlisi kendi içsel onayını vererek yürütebilir. Böylelikle kişi, hem Tanrı'yla hem kendisiyle barışık bir hayat tesis ederek manevi iyi oluşuna katkıda bulunacaktır.

Tanrı'yla olumlu ilişki kurmak, sorunlar karşısında Tanrı'ya sığınmak, Tanrı'yla birlikte sorunları çözmeye çalışmak, hayata aktif olarak katılmak, insanlarda "işe yararlık duygusunu" pekiştirmekte, sıkıntıları gidermekte, günahkârlık duygusunu, depresyon ve intihar vakalarını azaltmaktadır (Aydın, 2011, s.125 ve 128; Yapıcı, 2009). Tanrı'yla olumlu ilişkiler kuranlarda özgüven ve özsaygı oranı da yüksektir (Güler, 2007,s. 138 ve 147). Tüm bu veriler, Tanrı'yla kurulan pozitif ilişkilerin insanın manevi iyi oluşunu tehdit edebilecek her türlü duyguları azalttığını göstermektedir.

Genel olarak dinlerde özellikle de İslam dini içerisinde üzerinde önemle durulan bir diğer unsur da, ahiret inancıdır. Ahiret inancı, İslam dininde dünya hayatına göre önceliği olandır. İnsan mutlaka yaptıklarının karşılığını alacaktır. Bu, ödüllendirme veya cezalandırma şeklinde tecelli edecektir (3: 195-198; 30: 47). Bu da, insanlara yapılması gerekeni

yapma, yapılmaması gerekeni de yapmama noktasında vicdan duygusu kazandırmaktadır. Böylece insan, bir durum karşısında hem bireysel hem de toplumsal anlamda huzur duyabilir ve sorumluluk kazanabilir. Ayrıca yapılan davranışların ödüllendirme veya cezalandırma şeklinde karşılığı olacağına inanılması, olumsuz durumlara karşı metanetli olmayı sağlayarak insanı teselli edebilir. Sevilen insanların ölümü konusunda ahiret inancı, ölümsüzlük düşüncesini ortaya koyarak insanın üzülmesini ve kaygılanmasını engelleyebilir (Özarslan, 2000; Peker, 2003, s. 248). Bu doğrultuda ahiret inancı, insana otokontrolü, sorumluluk duygusunu, ilahi adalet düşüncesiyle hareket edecek mücadeleci bir duruşu ve ümitvar oluşu kazandırmaktadır. Bu da, kişinin olumsuzluklar, beklenmedik ve sıra dışı vakalar karşısında oluşabilecek kaygı verici, depresyona sürükleyici olumsuz duygularını ve düşüncelerini azaltabilmekte ya da bertaraf edebilmektedir. Böylelikle insan manen rahatlatmaktadır. İç huzuru, mutluluğu yeniden tesis etmektedir. Çünkü insan, hayatın bir diğer boyutunu (yani ahireti) fark etmiş ve ulvi maksatlara yönelerek daha anlamlı yaşama kararı almıştır.

İnsanoğlunun olumsuzluklar karşısında yer yer kendini ya da çevreyi sorumlu tutma şeklinde tutumlar takınması olasıdır. Bu durum, onu bireysel ve sosyal anlamda bazı sorunlarla karşı karşıya bırakabilir. Örneğin toplumdan dışlanarak kişi yalnızlığa terk edilebilir, psikolojik sorunlar yaşayabilir. Oysa bazı şeylerin Tanrı'nın takdirinden kaynaklandığı düşünülürse, manen bir rahatlama elde edilebilir (Kartopu, 2013). Ancak bunun da istisnaları vardır. Kaderci bir yaklaşım olarak addedilen bu bakış açısı, insanın manevi olarak iyiliğine ve ruhen sağlığına zarar verebilir. Örneğin birey, mücadele isteğinden vazgeçip kötümser bir hayat anlayışına sahip olabilir. Dolayısıyla onun özgüveni sarsılabilir (Peker, 2003, s. 250; Delgado-Guay ve ark. 2011). İnsanlar, Tanrı'nın takdirine teslim olarak kendilerini pasifleştirilebilir. Bu da, kişinin hiçbir faaliyet göstermemesine, tabir yerindeyse "elden bir şey gelmez" duygusuna, zamanla Tanrı'yı sorgulamasına, ona gücenmesine sebep olabilir (Pargament ve ark. 1998).

Hayatını dini değerler çerçevesinde yürütmek isteyen insanlar, Tanrı'yla ilişkilerini diri tutma ve ona yaklaşma maksadıyla dini görevlerini (ibadet) yerine getirmelidir. Bu, dine ya da Tanrıya bağlanmanın temel kuralıdır. Genel olarak ibadet kavramıyla ifade edilen bu vazifeler, aynı zamanda insanın iş yapabilme yeteneğini ve sorumluluk duygusu-

nu işlevselleştirmektedir. Özellikle toplu yapılan ibadetler, sosyalleşmeye katkıda bulunmaktadır. Bu da, insanın mutluluğunu, öz saygısını ve özgüvenini artırabilir, pekiştirebilir (Hayta, 2000; Koç, 2003/ 2007). İnsanın Tanrı'yla ilişkilerini güncellemesi, insana sorumluluk duygusu kazandırması, toplumsal uyumu gerçekleştirme yoluyla kişinin huzurunu ve mutluluğunu tesis etmesi sebebiyle dini pratikler, manevi iyi oluşa katkı sağlamaktadır.

Din ya da dinler, toplumu oluşturan temel kurumları güvence altına alarak toplumun ve bireylerin huzuruna katkı sağlamaktadır. Örneğin bunlar, inananların aile kurumunu destekleyip, evlilik dışı ilişkileri yasaklamaktadır. Böylece nesiller güvence altına alınmaktadır. Yapılan araştırmalar, bu sonucu doğrulamaktadır. Özellikle de dini değerleri samimiyetle önemseyen, içselleştiren inananlarda evlilik dışı ilişkilerin daha az olduğu görülmüştür (Hallahmi ve Argyle, 2000, s. 186; Koç, 2007; Horozcu, 2012, s. 182).

Dine bağlanmanın insanların maneviyatına bazı konularda faydalı olabileceğini ifade edenler de olmuştur. Örneğin din; ölüm, hastalık gibi durumlarla mücadele etmede önemlidir (Delgado-Guay ve ark. 2011). Buna göre din, insanın sınırlarının farkına vardığı zamanlarda insanın çözüm yeridir. Burada sağlanan duygusal destek ve kati açıklamalarla kişi teselli edilmektedir (Pargament 1997; Krause ve ark. 1999, Schnittker, 2001). Ancak bunun tersini söyleyenler de olmuştur. Mesela dine bağlılık, kişiyi ölüm gibi dış unsurlar karşısında cesaretlendirmek yerine onun kontrol duygusunu azaltabilir. Bazen bu dış unsurlar, depresyona da neden olabilir. Çünkü insanlar, yaşadıkları sorun karşısında inançlarını sorgulamaktadır. Bu da dini değerlere bağlığı zayıflatmaktadır (Delgado-Guay ve ark. 2011). Bu çerçevede dinin bireye ve onun hayatına etkisi, kişilik özelliklerine göre değişmektedir. Dolayısıyla o, herkeste aynı tesiri oluşturmamaktadır.

Dinin manevi iyiliğe katkısını, şarta bağlayanlar da olmuştur. Buna göre din, bireyi yönlendirdiği, onun düşünce biçimini geliştirdiği, insanın kabiliyetlerini genişlettiği ya da geliştirdiği sürece faydalıdır (Freud, 2011).

Görüldüğü üzere dinin ya da dindarlığın insanın manevi iyi oluşuna katkı sağlayıcılığı konusuyla ilgili ortak bir kanaat mevcut değildir. Çünkü din, amaca ulaşma noktasında olumlu ve olumsuz bir süreçtir. Dolayısıyla din, manen gelişme, olgunlaşma isteği şeklinde katkı sağlayı-

cı özellik taşıyabileceği gibi; başkalarının iyiliğini düşünmeksizin sadece benliğe hizmet etme yönünde bir niteliğe de bürünebilir. Başka bir ifadeyle dindar olma, yapıcı ya da yıkıcı sonuçlar oluşturabilir. Sonuçta din, farklı insanlarda, farklı biçim ve yönlerde faaliyet gösterebilecek dinamik bir süreçtir (Pargament, 2005).

2.1. Dinin ve Dindarlığın Manevi İyi Oluşa Katkısını Etkileyen Unsurlar

İyilik hali ve manevi olarak iyiliğin de içinde bulunduğu iyilik çeşitleri, genelde ruh sağlığı çerçevesinde değerlendirilmiştir. Ruh sağlığı ve din arasındaki ilişkiye dair ülkemizde birçok çalışma yapılmıştır (Koç, 2005; Kula, 2005; Köylü, 2007; Bahçekapılı; 2012). Konuyla ilgili çalışmalar psikoloji literatüründe değişik nedenlerden dolayı hep sınırlı kalmıştır (Connolly, 1998, s. 177). Bu nedenlerden bir kaçı şöyledir:

1."Dinin ve insan sağlığı üzerindeki etkisinin dikkate alınmaması ya da onun daha çok negatif etkilerinin öne çıkarılması. .

2. Dinin etkisinin, "mezhep bağlılığı ve dua etme durumu" gibi genel ve dini kriterlerle incelenmesi ile dinin bireysel ve sosyal hayattaki uzantılarının dikkate alınmaması

3. Din ve ruh sağlığı arasındaki ilişkinin kendi içersinde girift bir yapı arz etmesi" (Connolly, 1998, s. 178; Pargament, 2005, s. 280).

Dinin ya da dindarlığın insanın manevi sağlığına katkısının olup olmadığı konusu, yukarıdaki gerekçeler bağlamında cevap bulamamıştır. Konuyla ilgili yeni yeni çalışmalar yapılmakla birlikte bunlarda da genel geçer bir neticeye varılamamıştır. Buna rağmen dinin insan hayatındaki olumlu katkıları son dönemlerde öne çıkan konulardandır. Öyle ki yaşamın yetişilemeyen temposu ve bunun insanda oluşturduğu psikolojik sıkıntılar, dini ve manevi değerleri gündeme getirmiştir. O yüzden çalışmamızın bu bölümünde dinin ve dindarlığın insana manevi, psikolojik katkısı ve bunu etkileyen hususlar konusunda bilgi verilecektir:

Dinin ve dindarlığın insanın manevi dünyasına katkısı, öncelikle dini onaylama türüne göre değişmektedir. Genelde insanların dini değerleri kendilerine mal etme şekilleri, iki türlüdür. İlkinde, insan değerleri içselleştirmektedir (Pargament, 2005, s. 285). Burada insanların tercihi rol oynamakta; kişi ve değerler bütünleşmektedir. Her şeye dair bir ahenk oluşturulmaktadır (Allport ve Ross, 1967; Herek, 1987; Yıldız, 2006a/200b). Dolayısıyla bu kriterlere sahip bir insanda, daha az önyargı ve dogmatizm görülmüştür (Ryan ve ark. 1993). İçsel ve dışsal anlamda elde edilen

uyum ile içselleştirilen bir din anlayışı, manevi iyi oluşu olumlu anlamda etkileyecektir.

Diğerinde ise *(içe atılan)* değerler, "emirler" ve "yasaklar" halinde insana sunulmaktadır (Ryan ve ark. 1993, s. 587). Bu türden bir kabulde, kaygı, suçluluk duygusu ile öz saygıyı kaybetme durumu söz konusu olmaktadır. Birey, kendini daha bir baskı altında hissetmekte ve benliği ile dini kurallar arasında sıkışıp kalmaktadır (Ryan ve ark. 1993, s. 587). Ayrıca burada din, eleştiriye kapatılmaktadır (Fowler, 1981a, s. 163). Çünkü din, bire bir olarak benlikle bütünleşmemiş ve geleneksel düzeyde kalmıştır. O, temel çözüm noktası olarak kabul edilmiş ve burada mantıklı düşünme devre dışı bırakılmıştır (Özdoğan, 1997; Asser ve Swan, 1998; Allport, 2004; Yıldız,2006a/2006b).

Dini değerleri onaylama türü ile manen iyi olma arasındaki ilişkiyi daha iyi anlama noktasında "*amaç olarak din, araç olarak din ve arayış olarak din*" şeklindeki dini yönelimlerden de bahsedilmelidir. Araç olarak din de, problemler önemli değildir. Birey, varoluşsal şüphelere karşı hassastır. Amaç boyutunda ise, yaşamın anlamı, nasıl bir yaşantı olması gerektiği şeklindeki dinsel cevaplarla hayatın var oluşsal konuları incelenir. Arayış boyutunda ise, amaç boyutunun aksine varoluşsal konulara nihai cevaplar aranmaz. Dolayısıyla bu eğilimde kaygı gibi reaksiyonlar kaçınılmazdır (Ventis, 1995, s. 36 ve 37). Araç olarak dinin ruh sağlığıyla olumlu bir ilişkisi yoktur (Baston ve ark. 1993, akt. Ventis, 1995, s. 39 ve 40). Çünkü burada dini değerlerle bütünleşme ve akabinde iç ve dış uyuma ulaşma söz konusu değildir. Bu çerçevede din, geleneksel düzeyde kalmıştır ve genelde ihtiyaç duyulduğunda başvurulan bir kaynak olarak görülmektedir. Bir anlamda dinin kişinin yaşantısında kayda değer bir önemi yoktur. Böyle bir yaklaşıma sahip olan bireyler için din, insan sağlığına, iyiliğine katkı sağlamayabilir.

Amaç olarak din, "sosyal davranışlar edinme, kaygı ve utanç duygusundan uzaklık, kişisel ahenk ve kontrol duygusu, kişisel bütünlük ve organizasyon" şeklindeki ruh sağlığı kriterleriyle pozitif ilişkilidir. Buna göre din, alkol ve uyuşturucu kullanımı gibi sapkın davranışların ortadan kaldırılıp, bencillikten kurtulma noktasında kontrol mekanizması görevi üstlenmektedir (McClain, 1977,akt. Ventis, 1995, s. 40; Woodruff, 1995). Böyle bir sonucun ortaya çıkmasında muhtemelen şunlar etkili olmuştur: İnsan dini değerleri önemsemekte, özümsemekte ve bu çerçevede bir hayat kurmaya çalışmaktadır. Reel hayat ile dinin sunduğu an-

lam duygusu çerçevesinde yaşam yeniden yorumlanmakta ve bu doğrultuda bir düzen kurulmak istenmektedir. İçselleştirilen değerler ve ulaşılan bütünlük duygusu, iç ve dış huzuru destekleyecektir.

Arayış boyutu ise, özellikle açık fikirlilik ve esneklik düşüncesi kazandırması konusunda manevi sağlıkla olumlu bir ilişkiye sahiptir (Masters ve Bergin, 1992, akt. Ventis, 1995, s. 42). Çünkü buradan iyileştirici bir değişim sağlanabilmektedir. Zira insanları destekleyen ama yargılamayan ve sorgulamayan dini bir yönelim, manevi iyi oluş açısından faydalı olabilir. Yine bu tarz bir dini yönelimde sürece odaklanılması, kişinin kendisini geliştirmesine de yardımcı olabilir.

Kısacası din, önerdiği duygu, düşünce ve davranışlarla bir bütünlük arz etmektedir. Bu bütünlüğü din içerisinde koruyan ve dengeyi gözeterek layıkıyla içselleştiren insanlar, içselleştirmeyenlere göre daha uyumlu bir kişilik sahibi olmakta ve daha az ruhsal sorunla karşılaşmaktadır (Pargament ve ark. 1979, akt. Pargament, 2005, s. 302; Yıldız, 2006). Dolayısıyla bu durum, bireyin manevi iyi oluşuna da olumlu yönde katkı sağlamaktadır.

Dinin ve dindarlığın insanın sağlığına, mutluluğuna dolaylı olarak manevi iyiliğine katkısı, kişilere ve gruplara göre değişebilmektedir. Buna göre dine, bilhassa bireysel ve sosyal haklardan mahrum bırakılan kişi ve gruplar yönelmiştir(Pargament, 2005 ve Sarıçam, 1999). Özellikle İslam dini, bu anlamda bir örnek arz etmektedir. Zira ilk Müslümanlar arasında köleler önemli bir yer tutmaktadır. Bunun en önemli nedeni, dinin bunlara yönelik sunduğu alternatif düşünceler ve çözümlerdir. Burada, onlara bireysel, sosyal ve psikolojik destek sağlanmıştır.

Dinin alt sınıftakilerde daha çok tercih edildiği konusu, batılı toplumlar için de geçerlidir. Örneğin Avrupa'daki insanlar içinde yaşlı olanlar, eğitim seviyesi düşük olanlar ve kadınlarda, dinin daha bir koruyucu etkiye sahip olduğu ifade edilmiştir (Kark ve ark. 1996, akt. Pargament, 2005, s. 293). Bunun muhtemel sebebi, bunların toplumda en çok ihmal edilen ve ezilen gruplar olmasıdır. Onlar, toplum içerisinde bulamadıkları saygınlığı ve ilgiyi dinde bulmaktadırlar. Ayrıca Rosenberg (1962) tarafından yapılan bir araştırmaya göre aynı dine sahip insanların bulunduğu çevrede yaşayanların, diğerlerine göre daha az ruhsal sıkıntı yaşamaktadır (akt. Pargament, 2005, s. 299). Çünkü insanlar, onayladıkları değerleri sosyal çevreyle de desteklemek amacını taşır. Böylece, muhaliflerine karşı daha sağlam bir duruş elde etmektedir.

İnsanların manevi iyiliğini etkileyen durumlardan biri de, şüphelerdir. Genelde şüpheler, insanların gelişiminde ve manevi iyi oluşu üzerinde olumlu bir etkiye sahiptir. Çünkü onlar, insanı geliştirip yeni yönelimlere sevk edebilmektedir (Krause ve ark. 199; Ok, 2005a). Ancak dini şüphelerin, istisna olduğu ifade edilmektedir. Buna göre onlar, daha büyük bir depresyona sebep olmaktadır. Bunun muhtemel sebebi, dinin aslen şüpheye kapalı olması ve kendisine bağlananlardan tam bir teslimiyet beklemesidir. Çünkü insanlar, değerlerini sorgulamaya şüpheyle başlamaktadır. Bu konuda Krause ve ark. (1999)'na göre bilhassa gençler daha hassastır (s. 531 ve 532). Bunun muhtemel nedeni, onların hayatları boyunca geçerli olabilecek değerlerini keşfetme ya da belirleme sürecinde olmalarıdır.

Dini şüphelerin faydalı olduğunu ifade edenler de olmuştur. Onlara göre şüpheler, inançların merkezidir. İnancın bir parçasıdır. Bir anlamda onlar, derin ve anlamsal inançlar oluşturma konusunda faydalıdır (Tillich, 2000, akt. Krause ve ark. 1999, s. 526). Yine Ok (2005a) genel olarak şüphenin özelde ise dini şüphelerin koşullarının belirlendiği takdirde yaratıcılığa dönüştürülebileceğini belirtmiştir. Hatta dini çelişki ve gerilimler, belli düzeyde olmak kaydıyla psikolojik ve pedagojik anlamda faydalıdır. Bu yüzden de teşvik edilmektedir (s. 38). Çünkü şüpheler, insana daha doğruyu ve daha iyiyi bulma hususunda önemli başlangıçlar oluşturabilir. Kişinin zihni kapasitesini geliştirebilir. En önemlisi de bireyin kendini gerçekleştirmesine katkı sağlayabilir.

Genel olarak dini olsun ya da olmasın bütün şüphelerin, insanın manevi iyiliğine zarar verdiğini düşünenler de olmuştur (Krause ve ark. 1999, s. 531). Sonuç olarak şüphenin faydasının olup olmadığı konusu daha çok tartışılacağa benzemektedir.

*İnsanın manevi olarak iyiliğini etkileyen bir diğer konu da, strestir***.** Din, stres konusunda da insana yardımcı olabilir. Zira din, bireyi bilinçdışı bütün tehlikelerine karşı korur. Yapılan araştırmalarda insanların sıkıntılı durumlarda dine yöneldikleri ortaya konulmuştur (Çifçi, 2007, s. 77-78; Kula, 2002, s. 243-244). Bu çerçevede din insanların stresli yaşamlarında manevi desteği sağlamakta, kati açıklamaları ile insanı rahatlatmakta ve ona huzur vermektedir (Pargament, 2005).

Dinin strese karşı koruyucu etkisi, mensubu olunan grubun özelliğine göre de değişir. Bir araştırmaya göre din, kontrol altına alınamayan durumlarda, özellikle Protestanlar için depresyona karşı koruyucu iken,

Katolikler için değildir (Park ve ark. 1990, s. 568 ve 571). Bu durum, mezheplerin dini öğreti ve uygulamalarındaki farklılıklardan kaynaklanabilir (Alferi ve ark. 1999, akt. Pargament, 2005, s. 298). Çünkü Protestanlar, günlük hayatlarını dini öğretilerden yaptıkları kendi çıkarımları doğrultusunda düzenlemektedir. Bir anlamda hayatlarının yönü, kendilerince belirlenmektedir. Yani dini yönelimleri, iç güdümlüdür. Oysa Katoliklerin dini anlayışlarında daha çok kutsal sayılan bireyler ve onların düşünceleri hakimdir. Dolayısıyla günlük aktiviteleri, onların normları doğrultusunda organize edilmektedir (Sarıkçıoğlu, 1999, s. 370 ve 373). Kısaca ifade etmek gerekirse yine konu, kişinin dini algısı ve yaşayışıyla ilgilidir.

Sonuç

Bu makalede, genel olarak insanların manevi anlamda iyiliğinde dinin ve dindarlığın etkin olup olmadığı konusu incelenmiştir. Ayrıca manevi iyi oluşu etkileyen unsurların neler olduğu sorusuna yanıt aranmıştır. Buna göre din, unsurlarıyla insanın yaşamında önemli bir değer olarak varlığını korumaktadır. Yani o, bireyin yaşamını kendi prensipleri çerçevesinde düzenlemektedir. İnsana varoluşsal gerçeğini sunmakta ve onun sınırlarının farkına varmasına yardımcı olmaktadır (Özdoğan, 1997).

Manevi iyi oluş, batı kültüründe ve ileriki yaşlardaki insanların sorunları karşısında manevi anlamda iyiliğe duyulan ihtiyaç çerçevesinde ortaya çıkmıştır. İnsanın manevi gelişimi kişi, toplum ve Tanrı ekseninde incelenmiştir (Moberg, 1984; Paloutzian ve Ellison, 1982). Ülkemizdeki sorunlar ve bunların insan üzerinde oluşturduğu olumsuz etki, maneviliğe ve manevi iyi oluşa ihtiyacı daha da artırmıştır. Bu çerçevede ülkemizdeki insanların manevi anlamda iyiliğini tespit edecek çalışmalara ivedi olarak ihtiyaç vardır. Konuyla ilgili yapılacak çalışmalar, söz konusu kavramın kültürel farklılıklar bağlamında yeniden gözden geçirilmesini ve gerekirse konuyla ilgili yeni bir yaklaşımın geliştirilmesini teşvik edecektir.

Diğer taraftan insanların kendilerini manen iyi hissetmesi, daha çok değerleri onaylama türüne, bulunulan gruba, karşılaşılan durumlara göre değişebilmektedir. Dolayısıyla dini anlayışın her insan için her durumda faydalı olabileceğini söylemek pek doğru görünmemektedir. Bu yüzden manevi iyi oluş ile sosyo-demografik özellikler arasındaki etkileşimi görmek adına ampirik çalışmalara ihtiyaç bulunmaktadır. Böylelikle manevi iyiliğin belirli koşullara ya da durumlara vs. göre değiştiği iddia-

sının ne kadar isabetli olduğu sorusuna Türk toplumu örnekleminde cevap verilmiş olur. Bu, literatürün zenginleşmesine de katkı sağlanır.

Sağlıklı ya da manen tatmin olmuş insanlar, kendisini tanıma, yeteneklerinin farkında olma, hayatla ve kendisiyle barışık olma, bilinçli bir yaşam tarzı edinme, özsaygı ve özgüven sahibi olma gibi özellikler taşır. Elbette burada teorik olarak ifade edilen bu niteliklerin somut çalışmalarla sağlamasının yapılması, bunların pratik hayattaki gerçekliğini görmek açısından bir ihtiyaçtır. Dolayısıyla konuyla ilgili yapılacak ampirik çalışmalar, bu anlamda büyük bir önem arz etmektedir.

Kaynakça

Ai, A. (2000). Spiritual Well-Being, Spiritual Growth and Spiritual Care for The Aged: A Cross Faith and Interdisciplinary Effort. *Journal of Religious Gerentology.* 11(2), 1-28.

Allport, G. W. (2004). *Birey ve Dini.* Çev. B. Sambur. Ankara: Elis Yayınları.

Allport, G. W. ve Ross, J. M. (1967). Personal Religious Orientation and Prejudice. *Journal of Personality and Social Psychology.* 5, 432–443

Arpaguş, H. K. (2005). İnsan-Allah İlişkisinde Rahmet ve Gazap. *M.Ü. İlahiyat Fakültesi Dergisi.* 29 (2), 41-62.

Asser, S. M.,ve Swan, R. (1998). Child Fatalities from Religion-Motivated Medical Neglect. *Pediatrics.* 101(4), 625–629.

Ay, M. (2005). Tanrı Tasavvurlarının Politik Tasarımlara Yansıması. *A.Ü. İlahiyat Fakültesi Dergisi.* 17(2), 107-130.

Aydın, Ö. G. (2011). *Yaşamı Sürdürmede Dini İnancın Rolü.* Yayınlanmamış Doktora Tezi. Ankara: Ankara Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.

Bahçekapılı, M. (2012). Bio-Psiko-Sosyal Açıdan Dinin Ruh Sağlığı ve Engellik Üzerinden Etkisi. *Din, Felsefe ve Bilim Işığında Engelli Olmak ve Sorunları Sempozyumu Bildirileri*. 239-258

Bedel, G. (2009). *The Validity and Reliability Study of The Turkish Version of The Spirituality Scale.* (Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi). İstanbul: İstanbul Bilgi Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.

Birand, K. (1959). Dinin Mahiyeti Üzerine. *A.Ü. İlahiyat Fakültesi Dergisi*. 6(1–4), 120–134.

Connolly, P. (1998). Religion and Mental Health: An Exploration of The Relationship Between The Ineffable and The Indefinable. *Journal of Belieef&Values*. 19 (2), 177–187.

Coyle, A. (2008). Qualitative Methods and "the (partly) ineffable" in Psychological Research on Religion and Spirituality. *Qualitative research in Psychology*. 5, 56-67.

Çifçi, A. (2007). *Hastalıklarla Başa Çıkmada Dinin Rolü: Kanser Hastaları Örneği.* (Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi). İstanbul: Marmara Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.

Delgado-Guay, M. O., Hui, D., Parsons, H. A., Govan, K., Cruz, M. D.l., Thorney, S. and Brue J Pain. E., (2011). Spirituality, Religiosity, and Spiritual Pain in Advanced Cancer Patients. *Journal of Pain and Symptom Manage*ment. 41:986-994.

Demirtepe, D. ve Bozo, Ö. (2009). Bakıcı İyilik Ölçeği'nin Uyarlama, Güvenlik ve Geçerlilik Çalışması. *Türk Psikoloji Yazıları.* 12(23).28-37.

Doğan, T. (2006). Üniversite Öğrencilerinin İyilik Halinin "Maneviyat ve Serbest Zaman" Boyutlarının İncelenmesi. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*. 3(26), 1-16.

Dykstra, C. (1986). Faith Development and Religious Education. In C. Dykstra and S. Parks (Eds.), *Faith Development and Fowler. Birmingham (Alabama): Religious Education Pres.*

Ellor, W.J. ve McGregor, J.A. (2011).Reflection on Words "Religion", "Spiritual Well-Beign" and "Spirituality". *Journal of Religion, Spirituality and Aging*. 23,275-278.

Ergül, Ş. ve Bayık, A. (2004). Hemşirelik ve Manevi Bakım. *C.Ü.Hemşirelik Yüksek Okul Dergisi.* 8(1), 37-45.

Erol, F. ve Vural, F. (2012). Umut Merkezi Ostonomi Yaşam Kalitesi Ölçeği'nin Geçerlilik ve Güvenirliliği. *Hemşirelikte Araştırma, Geliştirme Dergisi.* 1-14.

Feuerbach, L. (2008). Hıristiyanlığın Özü. Çev. O. Özügül. İstanbul: Say Yayınları.

Fisher, J. (2010). Development and Application of a Spiritual Well-Being Questionnaire Called Shalom. *Religions.* 105-121.

Fisher, J. W. (2007). It's Time to Wake Up and Stem The Decline in Spiritual Well-Being in Victorian Schools. *International Journal of Childeren's Spirituality*.12(2), 165-177.

Fowler, J. ve Keen, S. (1978). Life Faith Structures Trust and Loyalty: In J. Berryman (Eds.), *Life Map: Conversations on TheJourney of Faith.* Texass: World Book. 14–101.

Fowler, J. W. (1981). S*tages of Faith: The Psychology of Human Development and Quest for Meanining.* San Francisco: Harper&Row.

Fowler, J. W. ve Lovin, R. W. (1980). *Trajectories In Faith: Five Life Studies.* Nashville: Abingdon.

Freud, S. (2011*). Bir İllüzyonun Geleceği*. İstanbul: İdea Yayınları.

Fromm, E. (1990). *Psikanaliz ve Din.* Çev. Ş. Alpagut. İstanbul: Kabalcı Yayınları.

Gastaud, M. B., Souza, L. D. M., Braga,L., Horta,C. S., Oliveira,F. M. Sousa, P. L. R. ve Silva, R. A. (2005). Spiritual Well-Being and Minor Psychiatric Disorders in Psychology Students: A Croos-Sectional Study.1-14.

Gow, A. Watson, J. R., Whiteman, M. ve Deary, I. J. (2011). A Stairway to Heaven? Structure of the Religious Involvement Inventory and Spiritual Well-Being Scale. *J Relig Health.* 50: 5–19.

Güler, Ö. (2007). Tanrıya Yönelik Atıflar, Benlik Algısı ve Günahkarlık Duygusu (Yetişkin Örneklem). Ankara: Ankara Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.

Günay, Ü. (1998). *Din Sosyolojisi.* İstanbul.

Hallahmi, B. B. ve Argyle, M. (2000). Dindarlığın Etkileri II. Çev. A. Şahin. *S.Ü. İlahiyat Fakültesi Dergisi*. 4,333–338.

Haque, A. (2012). Psikoloji ve Dinin Etkileşimi: Trendler ve Gelişmeler. Çev. N. Erdoğruca Korkmaz. *A.Ü. İlahiyat Fakültesi Dergisi.*53(1), 149-166.

Hayta, A. (2000). Uludağ Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Öğrencilerinin İbadet ve Ruh Sağlığı (Psiko-Sosyal Uyum) İlişkisi Üzerine Bir İnceleme. *U.Ü. İlahiyat Fakültesi Dergisi.* 9, 487–506.

Herek, G. M. (1987). Religious Orientation and Prejudice: A Comparison of Racial and Sexual Attitudes. *Personality and Social Psychology Bullettin.*13 (1), 34–44.

Hill, P. C., Pargament, K. I., Hood, R. W., Jr., Mccullough, M. E., Swyers, J. P., Larson, D. B., ve Zinnbauer, B. J. (2000). Conceptualizing Religion and Spirituality: Points of Commonality, Points of Departure. *Journal for The Theory of Social Behaviour, 30,* 51–77.

Horozcu, Ü. (2012). Ruh Sağlığı ve Din. *Din Psikolojisi*.(s.177-189). Ankara: Grafik-Ofset Matbaacılık Reklamcılık.

Kale, S. H. (2004). Spirituality, Religion, and Globalization. *Journal of Macromarketing*. 24 (2), 92-107.

Karacoşkun, M. D. (1998). *Psiko-Sosyal Açıdan İman-Amel (Dini Davranış) İlişkisi.* Yayınlanmış Doktora Tezi. Samsun: On Dokuz Mayıs Üniversitesi Sosyal Bilimle Enstitüsü.

Karacoşkun, M. D. (2006). *Ateistik Bir Mistik Erich Fromm*. Samsun: Etüt Yayınları.

Kark, J. D.,Shemi, G., Friedlander, Y., Martin, O., Manor, O., ve Blondheim, S. H. (1996). Does Religious Observance Promote Health? Mortality In Secular vs. Religious Kibbutzim In Israel. *American Journal of Public Health.* 86, 341–346.

Kartopu, S. (2013). Kaygının Kader Algıları ile İlişkisi. (Kahramanmaraş Örneği). G.Ü. *İlahiyat Fakültesi Dergisi*. 2(3), 238-260.

Özarslan, S. (2000). Ahiret İnancının İnsanın Anlam Arayışına Müspet Katkısı. *F.Ü. İlahiyat Fakültesi Dergisi*. 5, 295-307.

Kartopu, S. (2014). Yaşamı Sürdürme Nedenlerinin Tanrı Algısıyla İlişkisi. *International Periodical forThe Languages, Literature and History of Turkish or Turkic Volume.* 9(2), 887-903.

Kısa, C. (2005).*Carl Gustav Jung'da Din ve Bireyleşme Süreci*. İzmir: İzmir İlahiyat Vakfı Yayınları.

Kim, S. S., Reed, P. G., Hayward, R. D., Kang, Y. ve Koenig,H. G. (2011). Spirituality and Psychological Well-Being: Testing a Theory of Family Interdependence Among Family Caregivers and Their Elders. *Research in Nursing & Health*. 34, 103–115.

Kirkpatrick, L. A. (2006). Din Psikolojisinde Bağlanma Teorisi. Çev. M. Koç. *Bilimname: Düşünce Platformu*. 4(10), s. 133-172.

Koç, M. (2003). Ergenlik Döneminde Dua ve İbadet Psikolojisi Üzerine Teorik Bir Yaklaşım. *C.Ü.İlahiyat Fakültesi Dergisi.* 8 (1), 373–397.

Koç, M. (2005). Ruh Sağlığı ile Dini Başa Çıkma Metodu Olarak Dua ve İbadet Fenomeni Arasındaki İlişki Üzerine Psikolojik Bir Yaklaşım. *Ekev Akademi Dergisi Sosyal Bilimler*. 9, (24), 11-32.

Köylü, M. (2011). Kuran'da Ruh Sağlığı. *OMÜ. İlahiyat Fakültesi Dergisi*. 31, 5-37.

Köylü, M.(2007). Ruh Sağlığı ve Din: Batı Toplumu Açısından Bir Değerlendirme, *OMÜ. İlahiyat Fakültesi Dergisi*. 23, 65-91.

Krause, N.,Dayton, B. I., Ellison, C. G. ve Wullf, K. M. (1999). Aging, Religious Doubt, and Psychological Well-Being. *The Gerontological Society of America*. 39 (5), 525–533.

Krech, D. C. R. C. (1980). *Sosyal Psikoloji*. Çev. E. Güngör. İstanbul: Ötüken Neşriyat.

Kula, M. N. (2005). Küreselleşme, Ruh Sağlığı ve Din. *Din Bilimleri Akademik Araştırma Dergisi. 5(* 2), 7-30.

Kula, N. M. (2002). Deprem Ve Dini Başa Çıkma. *G.Ü.Çorum İlahiyat Fakültesi Dergisi*. 1, 234-255.

Kuşat, A. (2006). Ergenlerde Allah Tasavvuru. *Dindarlığın Sosyo-Psikolojisi* (s.81-111). Adana: Karahan Kitabevi.

Mehmedoğlu, A. U. (2011). Tanrıyı Tasavvur Etmek. İstanbul: Çamlıca Yayınları.

Mehmedoğlu, A. U. (2011).*Tanrıyı Tasavvur Etmek* İstanbul: Çamlıca Yayınları.

Miquelon, P. ve Vallerant, R. J. (2006). GoalMotives, Well-Being, and Physical Health: Happiness and Self-Realization as Psychological Resources Under Challenge. *Motivemot*. 30: 259-272.

Moberg, D. O. (1984). Subjective Measures of Spiritual Well-Being. *Review of Religious Research*. 25, 351–359.

Ok, Ü. (2005). Bir Aktivite Sistemi Olarak "İnanç": İnanç Gelişimi Teorisine Sosyo-Kültürel Bir Yaklaşım. *Ders Notları.* 1–17.

Ok, Ü. (2005a). Dini Düşüncede Yaşanan Stresin (Şüphe, Uyumsuzluk, Çelişki v.b.) Boyutları. *Dinî Araştırmalar.* 7(22), s. 11-40

Özdoğan, Ö. (1997). Kendini Gerçekleştirme Açısından İnsan- Din İlişkisi. *A.Ü. İlahiyat Fakültesi Dergisi*: 37, 359–364.

Özdoğan, Ö. (2005). İnsan Allah İlişkisi. *Dini Araştırmalar.* 7(21), 135-162.

Özdoğan, Ö. (2005a). Ruhsal Yaklaşım ve İnsan. Türkiye'de Bir Uygulama Örneği. *Tasavvuf: İlmî ve Akademik Araştırma Dergisi*.6 (15). 137-152.

Paloutzian, R. F. ve Ellison, C. W. (1982). Loneliness, Spiritual Well-Being and Quality of Life. In L. A. Peplau ve D. Perlman (Eds.), *Loneliness: a Sourcebook of CurrentTheory. Research and Therapy*. New York: Wiley Interscience. s. 224–237.

Paloutzian, R. F. ve Ellison, C. W. (1982). Loneliness,Spiritual Well-Being and Quality of Life. In L. A. Peplau ve D. Perlman (Eds.), Lonelines: A Sourcebook of Current Theory, Research and Herapy. New York: Wiley. Interscience, pp. 224–237.

Pargament, K. I. (1997). *The Psychology of Religion and Coping: Theory, Research, Practice.* New York: Guilford.

Pargament, K. I., Smith, B. W., Koenig, H. G. ve Perez, L. (1998). Patterns of Positive and Negative Religious Coping With Major Life Stressors. *Journal for The Scientific Study of Religion.* 37, 710–724.

Pargamet, K. I. (2005). Acı ve Tatlı: Dindarlığın Faydaları ve Zararları Üzerine Bir Değerlendirme. Çev. A. U. Mehmedoğlu. *Ç.Ü. İlahiyat Fakültesi Dergisi*. 5(1), 279–313.

Park, C., Cohen, L. H. ve Herb, L. (1990). Intrinsic Religiousness and Religious Coping as Life Stress Moderators for Catholics Versus Protestants. *Journal of Personality and Social Psychology.* 54, 551–577.

Pazarlı, O. (1982). *Din Psikolojisi.* İstanbul: Remzi Kitabevi.

Peker, H. (2003). *Din Psikolojisi.* İstanbul: Çamlıca Yayınları.

Ryan, R. M. ve Deci, E. L. (2000). Self-Determination Theory and The Facilitation of Intrinsic Motivation, Social Development and Well-Being. *American Journal of Psychoology.* 55: 68-78.

Ryan, R. M., Rigby, S. ve King, K. (1993). Two Types of Relgious Internalization and Their Relations To Religious Orientations and Mental Health. *Journal of Personality and Social Psychology.* 65(3), 586–596.

Ryff, C. D. (1995). Psychological Well-Being In Adult life. *Current Dırections In Psychological Science.* 4(4): 99-103.

Sarıçam, İ. (1999). *İlk Dönem İslam Tarihi*. Eskişehir: Anadolu Üniversitesi Yayınları.

Sarıkçıoğlu, E. (1999). *Başlangıçtan Bugüne Dinler Tarihi.* Isparta: Kardelen Yayınları.

Schnittker, J. (2001). When Is Faith Enough? The Effects of Religious Involvement on Depression. *Journal for The Scientific Study of Religion*. 40(3), 393–411.

Scott, E. L. ve Agretsti, A. A. (1998). Factor Analysis of The Spiritual Well-Being Scale and Its Clinical Utility With Psychiatric Inpatients. *Journal for The Scientific Study of Religion.* 37(2), 314–322.

Subaşı, H. (2012). Üniversite Öğrencilerinin Tanrı İle İlişkilerinin Bağlanma Kuramı Açısından Değerlendirilmesi. *Din Bilimleri Akademik Araştırma Dergisi.* 12 (3), 175 -198.

Unterrainer, HF., Nelson, O., Collicutt, J. ve Fink, A. (2012). The English Version of The Multidimensional Inventory for Religious/Spiritual Well-Being (MI-RSWB-E): First Results from British College Students. *Religions*. 3, 588-599.

Ventis, W. L. (1995). The Relationships Between Religion and MentalHealthy. *Journal of Social Issue.* 51(2), 33–48.

Vergote, A. (1997). Din Psikolojisi Nedir, Ne Değildir. Çev. A. Köse. *İlam Araştırma Dergisi.* 2,159–170.

Woodruff, J. T. (1995). Premarital Sexual Behavior and Religious Adolescents. *Journal for The Scientific Study of Religion.* 25, 436–460.

Yapıcı, A. (2009). Modernleşme-Sekülerleşme Sürecinde Türk Gençliğinin Anlam Dünyasında Dinin Yeri. (Çukurova Üniversitesi Örneği). *Ç.Ü.İlahiyat Fakültesi Dergisi*. 9(2), 1-37.

Yıldız, M. (2006a). *Ölüm Kaygısı ve Dindarlık*. İzmir: İzmir İlahiyat Vakfı Yayınları.

Yıldız, M. (2006b). Üniversite Öğrencilerinin Benlik Tasarımlarının Dinsel Yönelim Biçimleri ve Bazı Demografik Değişkenler Açısından İncelenmesi. *İslami Araştırmalar*.19(3): 501-510.

Yong, J., RN, S., Kim, J., Park, J., Seo, I., ve Swinton, J. (2010). Effects of a Spirituality Training Program on the Spiritual and Psychosocial Well-Being of Hospital Middle Manager Nurses in Korea. *J Contin Educ Nurs.* 42(6):280-288.

Zınnbauer, B. J., Pargament, K. I., Cole, B., Rye, M.S., Butter, E., Belavıch, T. G., Hıpp, K. M., Scott, A. B., Kadar, J. L.(1997). Religion and Spirituality: Unfuzzying the Fuzzy. *Journal for the Scientific Study of Religion.* 36(4): 549-564