

## Acı ve Tatlı: Dindarlığın Bedelleri ve Faydaları Üzerine Bir Değerlendirme

Kenneth I. PARGAMENT\*

Çev. Yrd. Doç. Dr. Ali Ulvi MEHMEDOĞLU\*\*

**Özet:** Psikologlar dine, uzaktan, büyük ölçüde iyi veya kötü şeklinde genel, ayırışmamış, durağan bir süreç olarak bakma eğiliminde olmuşlardır. Bu makale, dinin oldukça ayrıntılı analizlerini, sağlık ve mutlulukla ilgili pozitif ve negatif içerimlerini sunmaktadır. Deneysel literatür beş sonuca işaret etmektedir. Birincisi, dinin bazı formları diğerlerinden daha faydalıdır. Sağlık ve mutluluk, içselleştirilmiş, içgüdümlü bir şekilde yönlendirilmiş ve Tanrı ile güvenli bir ilişki üzerine kurulmuş olan bir dinle pozitif bir şekilde; empoze edilmiş, yaşanmamış, Tanrı ve dünya ile zayıf bir ilişkiyi yansıtan bir dinle ise negatif bir şekilde ilişkilendirilmiştir. İkincisi, dinin, fundamentalizm gibi ihtilafli formlarının bile avantajları ve dezavantajları vardır. Üçüncüsü, din özellikle toplumsal bakımdan marjinal gruplara ve onu hayatlarına bütünüyle daha iyi uygulamış kimselere faydalıdır. Dördüncüsü, dini inanç ve uygulamaların, özellikle insanları kendi yeterliliklerinin sınırlarına iten stresli durumlarda değerli oldukları görülür. Son olarak, dinin etkisi, onun, insanların hayatıyla bütünleşme derecesine bağlıdır. Bu sonuçlar, dine ilişkin kalıpyargıları veya alelade özetleri tekzip etmektedir. Gerçekte bu sonuçlar, hem yardım etme, hem de zarar verme potansiyeli olan dinin, psikologların tahayyül ettiği kadar zengin, daha girift bir süreç olduğunu öne sürmektedir. Dinin genel etkisi hakkındaki sorular, yerini daha zor fakat daha uygun olan şu soruya bırakmalıdır: Belirli fayda ve zarar kriterlerine göre, özellikle toplumsal bağlamlardaki belirli durumlarla ilgili belirli dini ifade türleri, belirli insanlar için ne şekilde faydalı veya zararlıdır?

---

\* Kenneth I. Pargament, Bowling Green State Üniversitesi Psikoloji Bölümü'nde öğretim üyesidir. Makalenin İngilizce orijinali "The Bitter and the Sweet: An Evaluation of the Costs and Benefits of Religiousness" adıyla, *Psychological Inquiry* (2002, Vol. 13, No. 3, pp. 168–181) dergisinde yayımlanmıştır.

\*\* Marmara Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Din Psikolojisi Anabilim Dalı Öğretim Üyesi (elektronik posta: [aliulvi@marmara.edu.tr](mailto:aliulvi@marmara.edu.tr)).

Din söz konusu olduğunda çok az insan tarafsızdır. Ateistler arasında bile hislerine kapılmayan bir inançsız bulmak zordur. Bunda şaşılacak bir şey yok. Din, çok önemli meselelerle ilgilenir. Bütün bu olanların anlamı nedir? Varoluşumuzun daha büyük bir amacı var mıdır? Daha yüce bir varlık var mıdır? Öldükten sonra ne olacağız? Hayatımızı nasıl yaşamalıyız? Bunlar 'nihaî ilgi' (krş., Tillich, 1951) konularıdır ve bu sorulara verilen geleneksel dinî cevaplar reddedilse bile, sorular önemini korumaya devam eder.

Psikologlar din konusunda toplum kadar duygusal olabilirler. Tarihsel olarak, psikologlar, dinî tecrübenin değeriyle ilgili tartışmada her iki tarafta da yer almışlardır (bkz., Wulff, 1997). Din, gerçekdışı ve patolojik (Leuba, 1925), cezalandırıcı ve sömürücü (Skinner, 1953) ve tehlikeli yanılsatıcı (Freud, 1927/1961) olarak eleştirilmiştir. Buna karşılık, en iyi haliyle din, en yüksek insanî potansiyellere bir geçiş yolu (James, 1902), bir denge, uyum ve bütünlük kaynağı (Jung, 1938/1969), bir iyileştirici ilişkiler modeli (Rizzuto, 1979) ve bir erdem ve olgunluk temeli (Erikson, 1950/1963) olarak tanımlanmıştır. Dinin değeri hakkındaki tartışmalar, asla geçmişte kalmış değildir (mesela, Bergin, 1980; Ellis, 1980). Bazıları dinî hayata eleştirel bir gözle bakmayı sürdürmektedir. Mesela Ellis (1986) şöyle yazmıştır: 'Kayda değer her konuda, dindarlığın, ruh sağlığının normal hedeflerine engel olduğu sonucu kaçınılmaz görünüyor' (s. 42). Diğer bazıları dine karşı daha sempattirler ve araştırma ve uygulamayla, dinî geleneklerin değer ve vizyonlarını inceleme, doğrulama ve desteklemeye isteklidirler. Mesela Richards, Rector ve Tjeltveit (1999) bu durumu şöyle ifade etmişlerdir:

*Terapiye gelenlerin (clients) temel manevî değerleri, onların özellikle sorunlarla başa çıkma (coping), iyileşme ve değişimlerine yardımcı olmakta etkili olabilir. Terapistlerin, terapiye gelenler istedikleri takdirde, onların iyileşme ve gelişme çabalarını desteklemeleri, manevî değer ve kaynaklarına ulaşmak üzere yardım etmeleri gerekir (s. 141).*

Deneysel (ampirik) araştırma, dinin bireye faydalı mı yoksa zararlı mı olduğu yönündeki bu duygusal tartışmalara makul bilgi sunabilirdi. Ne yazık ki çeşitli

sebeplerden dolayı bu soruya cevap vermek çok zordur. İlk olarak deneysel bulgular son zamanlara değin nispeten yetersizdi. Psikologlar, belki de toplumdaki daha az dindar olmaları yüzünden (Shafranske, 1996), araştırmalarında dinî boyutlara yüzeysel bakma eğilimindeydiler. Bu şekilde, Larson, Pattison, Blazer, Omran ve Kaplan (1986), itibarlı psikoloji, psikiyatri, sosyal hizmet ve hemşirelik dergilerinde dinî araştırmanın yetersizliğini belgelemişlerdir. İkincisi, din, araştırmada ilgili bir değişken olarak yer aldığında, çoğu kez sağlık ve mutluluk (well-being) ölçümlerine teorik olarak başarısızlıkla bağlantılandırılan genel (global) göstergelerle (mesela, mezhep bağlılığı, kiliseye gitme sıklığı, dua etme sıklığı veya öznel dindarlık) ölçülmüştür. Anlamli sonuçlar elde edildiğinde bile, bunlar bireylerin hayatında dinin nasıl işlediğine dair çok az bir fikir vermiştir. Üçüncüsü, bu araştırma alanında bölümlerarası modellerden birinin ağır basması, bizi, dinin sağlık ve mutluluğun sebebi mi yoksa sonucu mu olduğunu belirleyemeyecek durumda bırakıyor. Dördüncüsü ve belki de en önemlisi, dinin faydalı mı yoksa zararlı mı olduğu sorununun çok basit oluşudur. Dinin oldukça fazla şekil alması, din ile sağlık ve mutluluk arasındaki ilişkilerin birçok potansiyel aracılara bulunması ve sağlık ve mutluluğun bizzat girift bir fenomen olması nedeniyle, din hakkındaki değerlendirici soruların basit cevapları gerçekten imkânsızdır.

Din faydalı mı yoksa zararlı mıdır? Hem alışıldık hem de can sıkıcı olan bu sorunun en iyi cevabı, psikologlara göre tektir: Duruma bağlıdır. Bu makalede ben, dinî hayata daha yakından göz attığımızda daha zengin bir görüntünün ortaya çıkacağını iddia ediyorum. Dinin, insanlar için hem zararları, hem de faydaları vardır. Dinin değeri, dinin çeşidine, sağlık ve mutluluğun kriterlerine, kişiye, duruma ve sosyal çevreye ve dinî hayatın çeşitli unsurlarının kişinin hayatıyla bütünleşme derecesine bağlıdır. Bu tartışmaya başlarken dinin bir tanımını verip, bu tanımın altında yatan bazı varsayımları belirginleştireceğim.

### **Tanım ve Temel Varsayımlar**

Başka bir çalışmamda dini, '*kutsalla ilişkili tarzlarda bir anlam arayışı*' olarak tanımlamıştım (Pargament, 1997, s. 32). Bu tanım, insanların faal ve hedef

yönelimli oldukları, anlamı olduğuna inandıkları her ne ise aktif bir şekilde araştırdıkları varsayımına dayanır. Anlam arayışı, insanların kendi hedef ve gayelerine veya bizzat anlamlı hedeflere yönelik olarak tuttıkları yolları bir araya getirir. Anlam arayışı aynı zamanda dinamiktir; keşfetme, koruma ve eğer gerekliyse önemli hedef ve değerleri yeniden oluşturma çabalarını içeren bir süreçtir.

Elbette her anlam arayışı dinî değildir. Dini diğer fenomenlerden ayıran şey, kutsala bağlılıktır. *Oxford İngilizce Sözlüğü*'nde (1989) kutsal; mukaddes, olağandan 'ayrı'lan, hürmet ve saygıya layık olan şeyler olarak tanımlanmıştır. Kutsal; Tanrı, ilahî ve aşkın gibi yüce güç kavramlarını içerir. Bununla birlikte kutsal, kutsalla işbirliğinden veya kutsalı temsilinden dolayı kutsanmış veya kutsal statüsüne alınmış objeleri de kapsar (Mahoney vdğ., 1999; Pargament, 1999). Bu objeler maddi (şarap, haç), psikolojik (benlik/nefs, anlam), sosyal (merhamet, cemaat), roller (evlilik, iş), kültürel üretimler (müzik, edebiyat), insanlar (azizler, mezhep liderleri), olay ve değişimler (doğum, ölüm) ve zaman ve mekân (şabat, katedraller) olabilir. Bir kimseyi, hayatında kutsal bir hedef arayıp bulduğunda veya bir şekilde kutsalla bağlantılı bir yola girdiğinde, dindar olarak kabul ederiz.

Bu tanım, dinî yol ve hedeflerin engin dağılımını kapsayacak genişliktedir. Dinî yollar, çeşitli düşünce (mesela, teolojiler, inançlar), davranış (âyinler, ibadetler), ilişki (cemaat, birlik) ve duygu (huşu, vecd) tarzlarını ihtiva eder. Bu yollar, bireysel olarak oluşturulmuş ve geleneksel dini kurumlarla çok az ilişkili olabilir veya geleneksel dinî ritüelleri, inanç sistemlerini ve kurumları kapsayacak şekilde iyice yerleşmiş olabilir. Dini hedefler, biraz önce bahsedildiği üzere, değişiktir. Bu hedefler hayatın anlamı, kendini geliştirme, kalp huzuru, idare ve kontrol veya fizik sağlığı gibi kişisel amaçları ve başkalarıyla yakınlık kurma veya dünyada barış ve adalet gibi sosyal amaçları içerir. Ancak en önemlisi kutsalın kendisidir. Tanrı'yı bilmek, aşkın yaşantı ve kutsal bir değerler bütününe uygun olarak yaşamak, hemen hemen tüm dinî geleneklerin temel hedefleridir. Bunlar mâneviyatın esası, insanların içinden geçerek kutsalı keşfettikleri, korudukları ve yeniden keşfettikleri süreçtir (Pargament ve Mahoney, 2002).

Sonuç olarak dinin bu tanımı, iyi ve kötü dindarlığı, ‘yükseği gibi düşüğünü de’ (Zinnbauer, Pargament ve Scott, 1999, s. 908) içerecek şekilde yeterince kapsamlıdır. Din, insanların hedeflerini gerçekleştirmek üzere tuttıkları hem yapıcı ve hem de yıkıcı yolları, Tanrı adına yapılan bütün olağanüstü iyilik ve merhamet fiillerini ve korkunç şiddet ve sefalet eylemlerini içerebilir. Din, manevî bir gelişme arzusuyla motive edilmiş olan dinî bağlılık şeklindeki yapıcı hedefler kadar, başkalarının zararı pahasına kendi itibarını yükseltme arzusuyla motive edilmiş olan dinî bağlılık şeklindeki yıkıcı hedefleri de kapsayabilir. Kısacası din, burada tanımlandığı üzere, donukluk ve yeknesaklıktan uzaktır. Bunun yerine o, farklı insanlar için hayat boyu çeşitli şekil ve istikametler alan dinamik bir süreçtir.

Dinin değerlendirilmesine geçmeden önce, bilim adamı ve pratisyenlerin, dinî olanları da dahil bütün fenomenleri, kendi değer ve varsayımları doğrultusunda incelediklerini belirtmek gerekiyor. Her ne kadar psikologlar, dinin yararlı mı yoksa zararlı mı olduğu değerlendirmesini değerden bağımsız bir tarzda yapmamışlarsa da, kendi değerlerini daha belirgin ve eleştiriyeye açık hale getirmek suretiyle değerönyargısına bir doğrulama ölçüsü sağlamışlardır. Bu açıklık ruhu içinde ben, dinle ilgili bu değerlendirmenin pragmatik olacağını baştan itiraf etmeliyim. William James’in (1902) geleneğini izleyerek dini, ‘acı ve tatlı’ meyveleriyle değerlendiriyorum. Dinin faydalı mı yoksa zararlı mı olduğu, burada dinî inanç ve davranışların ilişki ve sonuçlarını dikkate alan deneysel araştırmalar ile belirlenecektir. Bu, dinî hayatı değerlendirmenin yegâne yaklaşım tarzı değildir. Kuşkusuz, bazı dindar zihinli insanlar dinin pragmatik olarak değerlendirilmesini hoş karşılamazlar. Bu insanların bakış açısına göre dinin değerinin, dinin etkileriyle (meyveler) çok az ve hakikatiyle (kökler) çok fazla ilgisi vardır. Bedellerini umursamayarak hakikati bulmak ve yaşamak, birtakım geleneklerde dinin nihaî kriterini oluşturur.

Pekçok din mensubu için bu kadar önemli olan bakış açısı, bizim alanımız için uygulanabilir değildir. Dinî konuların nihaî hakikati hakkındaki sorular psikolojinin alanı dışında kalır. Kutsal kitaba ait mucizelerin hakikatini belirlemek için yöntemlerimiz, Tanrı’yı keşfedebilen ölçeklerimiz ve âhiretin gerçekliğini

kanıtlayabilen ya da çürütebilen deneyimlerimiz yoktur. Kısacası, psikolojinin yöntemleri, dinî iddiaların hakikatlerine hiç nüfuz sağlamayabilir. Psikologların yaptıkları şey, insan davranışının tüm çeşitleri için, dinî inanç ve uygulamaların anlamlarını incelemektir. Biz, Batson, Schoenrade ve Ventis'in (1993) ifade ettikleri gibi, imanla bırakılan 'ayak izlerini' araştırabiliriz.

Pragmatizmin dinî hayat ile bağdaşmaz olmadığını ilave etmek gerekir. Gerçekte dinî geleneklerin pek çoğu, akîdelerinin amaç ve değerlerini aşılama ve teşvik etme çabalarında oldukça pragmatiktirler. Mesela, ilâhiyat fakülteleri, öğrenci rahiplere, etkili bir din öğretimi programı nasıl oluşturulur, etkili bir vaaz nasıl verilir, kiliselerin büyümesi nasıl teşvik edilir ve büyük hayat bunalımları esnasında üyelere nasıl yol gösterilir gibi birtakım pratik sorularla ilgilenmeyi öğretir. Pragmatik değerlendirici araştırma, dindar birey ve sistemlerin hedeflerine ulaşmalarına makul bir şekilde yardım edebilebilirdi. Ancak araştırmacılar, bu hedeflerin bütünüyle psikolojik ve sosyal olmaktan çok, yapısı gereği manevî olmaya uygun olduğunu açıkça gördüler. Din, manevî değerini soyan ve onu nihâî olarak kutsalın üstüne yükselten psikolojik ve sosyal kriterlerle (mesela, öz saygı, mutluluk) değerlendirildiğinde, dünya dinleri buna karşı çıkarlar (Vitz, 1977). Dindar zihne göre bu, bir kendine tapma veya putperestlik şeklidir. Bu önemli noktaya makalede daha sonra tekrar döneceğim.

Makalenin teziyle doğrudan ilgili olan deneysel literatürün tamamını dikkate almanın imkânsızlığı yüzünden, bu inceleme kapsamlı olmaktan çok seçicidir. İlgili okuyucular başka yerlerde din ve ruh sağlığı (Batson, Schoenrade ve Ventis, 1993), fizik sağlığı (Koenig, McCullough ve Larson, 2001), ölümlülük (McCullough, Hoyt, Larson, Koenig ve Thoresen, 2000), evlilik ve aile fonksiyonu (Mahoney, Pargament, Tarakeshwar ve Swank, 2001) ile ilgili çok kapsamlı incelemeler bulabilir.

### **Dinin, Dinin Türüne Göre Değişen Etkisi**

Dinin gücünün bir kısmı, insanların çeşitli ihtiyaç ve ilgilerini karşılama yeteneğine bağlıdır. Farklı tip ve mizaçlardaki bireyler, çok sayıdaki dinî hedef için

çok sayıdaki dinî yolları seçebilir. Bu takdirde dinin genel faydası hakkındaki sorular ancak sınırlı bilgi verebilir ve dindarlığın türlerindeki önemli farklılıklar belirsiz kalabilir.

Bu farklardan biri dinî motivasyonu içerir. Bir rahibin belirttiği gibi;

*Bazı insanlar kiliseye Tanrı'ya şükretmek, O'nun şânını tasdik etmek ve yol göstericiliğini istemek için gelir... Diğer bazıları ise istedikleri şeyi elde etmek için gelirler. Bunların kiliseye olan ilgileri, ona hizmet etmekten çok, onu idare etmek ya da kendi çıkarına kullanmaktır (Allport ve Ross, 1967, s. 434).*

Allport ve Ross (1967) dinî hayata iç güdümlü dinî gayelerle motive olmuş bireyleri, statü veya kendini haklı çıkarma isteği gibi dinin özelliğine dış güdümlü değerlerle motive olmuş insanlardan ayırmak gerektiğini savunmuştur. Allport ve Ross, iç güdümlü olarak motive olmuş kimselerin (yani dinlerini yaşayanlar), dış güdümlü olarak motive olmuş kimselerden (yani diğerlerinin zararına olsa bile dinlerini kişisel ya da sosyal menfaatleri için kullananlar) daha az önyargılı olabileceklerini iddia etmişlerdir. Makalelerinin yayınlanmasından sonra yapılan çeşitli deneysel araştırmalar, iç güdümlü motivasyonu daha iyi ruh sağlığı ve daha düşük düzeylerde önyargı ile, dış güdümlü motivasyonu ise önyargı ile bağlantılandırmıştır (bkz., Donahue, 1985). Mesela, dinî kolej öğrencileri örnekleme ile çalışan Bergin, Masters ve Richards (1987) daha yüksek iç güdümlü dindarlığın Kaliforniya Kişilik Envanteri'ndeki çeşitli ölçeklerle (mesela, toplum hayatından hoşlanma, sağlık ve mutluluk duygusu, hoşgörü, entelektüel verimlilik) daha yüksek puanlarla ilişkili olduğunu; oysa dış güdümlü dindarlığın aynı ölçeklerle negatif olarak ilişkili olduğunu bulmuşlardır. Benzer bir tarzda Ryan, Rigby ve King (1993), dinlerini kişisel olarak seçen ve değerlendiren (internalization, içselleştirme) insanları korku, suç ve dış bir baskıdan dolayı dinle ilgilenen (introjection, içe atma) insanlardan ayırmışlardır. Kolej öğrencileri ve Protestan kilise örneklemelerinden oluşan deneysel araştırmalarda, daha yüksek düzeylerdeki içselleştirme daha düşük anksiyete, depresyon ve sosyal işlevsizlikle ve daha yüksek öz saygıyla

ilişkilendirilmiştir. Buna karşılık yüksek içe atma yüksek düzeylerde anksiyete, depresyon ve somatizasyon ve daha düşük öz saygıyla bağlantılandırılmıştır.

Dindarlığın türündeki diğer bir fark, dinî başa çıkmayı içerir. Pek çok insan din ile stresli hayat dönemleri arasındaki benzerlik üzerine yorumda bulunmuştur. Bir atasözünde, ‘siperlerde hiç ateist yoktur’ denir. Bu eski atasözü bir mübalağa olsa da (bazı insanlar siperlerde kalan ateistleri oynuyor), deneysel araştırmalar dindarlığın kritik durumlarda genellikle yoğunlaştığını ya da “hızlandığını” göstermiştir (Pargament, 1997). Bununla birlikte, krizlerde dinin kendini gösterme tarzı çok farklı şekillerde olabilir. Mesela Pargament ve arkadaşları (1988) başa çıkmada bir kontrol duygusu kazanmak için üç dinî yaklaşım belirlemiştir: a) başa çıkmada kendi Tanrı vergisi kaynaklarına dayanan insanların *kendini yönlendirme* yaklaşımı, b) problem çözme sorumluluğunu pasifçe Tanrı’ya havale eden insanların erteleme yaklaşımı ve c) problem çözme sürecinde ortaklar gibi Tanrı ile birlikte çalışan insanların işbirliği yaklaşımı. Pargament ve arkadaşları, Presbiteryan ve Lutheran kilise üyelerinden oluşan bir örnekleme çalışarak, bu dinî başa çıkma yaklaşımlarından oluşan bir ölçek geliştirmiş ve bu üç tarz için güçlü faktör analitik destek bulmuşlardır. Üstelik bu tarzlar ayırıcı korelasyonlara sahipti. Kendini-yönlendirici dinî başa çıkma, daha yüksek öz saygı ve daha büyük bir kişisel kontrol duygusu ile bağlantılıydı. Psikologlar tarafından dinin bir formu olarak sıkça eleştirilen erteleyici dinî başa çıkma, daha düşük öz saygı, şans tarafından daha yüksek bir kontrol duygusu, daha düşük kişisel kontrol, daha zayıf problem çözme becerisi ve insanlar arasındaki farklılıklar için daha büyük bir hoşgörüsüzlükle bağlantılı idi. Buna karşılık, bireyle Tanrı arasında etkin bir alışveriş tarzını içeren işbirlikçi dinî başa çıkma, daha yüksek öz saygı, daha yüksek bir kişisel kontrol duygusu ve şans tarafından daha düşük bir kontrol duygusuyla ilişkiliydi. Bu bulgular diğer araştırmalarda tekrarlanıp genişletildi (mesela, Hathaway ve Pargament, 1990; McIntosh ve Spilka, 1990; Schaefer ve Gorsuch, 1991). Kısacası, ruh sağlığı için dinî başa çıkmanın içerimleri, kendi ilahî güç kavramlarını insanî girişimle bütünleştiren insanların kendine has tarzına dayanır.



Pargament, Smith, Koenig ve Perez (1998) pozitif ve negatif örüntüler içinde gruplandıkları dinî başa çıkma metotlarını, yakınlarda daha geniş bir düzenlemeye tabi tuttular. Pozitif dinî başa çıkma metotlarından oluşan örüntünün, Tanrı ile güvenli bir ilişkiden, bir maneviyat duygusundan, hayatta bir anlam bulunduğu inancından ve başkalarıyla manevî bir bağlanma duygusundan kaynaklandığını varsaydılar. Pozitif dinî başa çıkma metotları, menfi durumların hayırhah dinî değerlendirilişlerini, işbirlikçi dinî başa çıkmayı, Tanrı'dan manevi destek arayışını, din adamı ya da cemaat üyelerinden destek arayışını, başkalarına dinî yardımı ve dinî affi içerir. Buna karşılık negatif dinî başa çıkma metotlarından oluşan örüntü, bir genel dinî yönelimden meydana gelir, yani bizzat gerilim ve karmaşada Tanrı ile zayıf bir ilişki, yüzeysel ve uğursuz bir dünya görüşü ve anlam arayışında dinî bir çabayla belirlenir. Negatif dinî başa çıkma metotları Tanrı'nın gücünü sorgulamayı, Tanrı'ya karşı kızgınlık ifadelerini, cemaat ve din adamlarına yönelik hoşnutsuzluk ifadelerini, menfi durumların ceza kabilinden dinî değerlendirilişlerini ve şeytanî dinî değerlendirilişleri içerir.

Bombalanan Oklahoma şehri yakınlarındaki bir kiliseye devam edenler, hastaneye yatırılmış ileri yaştaki yetişkinler ve olumsuz ciddi bir durumla başa çıkmaya çalışan lise öğrencilerinden oluşan üç örneklemin faktör analiz çalışması, bu iki dinî başa çıkma örüntüsü için destekleyici sonuç vermiştir (Pargament, Smith, vdğ., 1998). Üstelik çeşitli çalışmalarda pozitif ve negatif dinî başa çıkmadan oluşan bu iki örüntü veya bu örüntülerin unsurları, ruh ve fizik sağlığı için çok farklı imalar sergilemiştir. Sosyo-demografik değişkenlerin kontrol edilmesinden sonra, pozitif dinî başa çıkma, hastaneye yatırılmış yaşlı hastalar arasında daha düşük depresyon, daha kaliteli bir hayat, stres bağlantılı gelişme ve daha yoğun işbirliğini içeren dış derecelendirmelerle (Koenig, Pargament ve Nielsen, 1998), kolej öğrencileri arasında daha düşük anksiyete ve depresyonla (Pargament, Koenig ve Perez, 2000), kronik ağrısı olan hastalar arasında daha pozitif etki ile (Bush vdğ., 1999), açık kalp ameliyatı geçiren hastalar arasında 6 ayı aşan daha düşük ölüm riskiyle (Oxman, Freeman ve Manheimer, 1995) ve cinayet mağduru aile üyeleri arasında daha az

düşmanlıkla (Thompson ve Vardaman, 1997) ilişkili bulunmuştur. Diğer taraftan negatif dinî başa çıkma metotları, tıbbî rehabilitasyon altındaki hastalar arasında daha zayıf fiziksel iyileşmeyle (Fitchett, Rybarczyk, DeMarco ve Nicholas, 1999), iki yılı aşkın süredir tıbben rahatsız olan yaşlı hastalar arasında daha zayıf fizik sağlığı ve daha yüksek ölüm riskiyle (Koenig vdğ., 1998; Pargament, Koenig, Tarakeshwar ve Hahn, 2001), kolej öğrencileri arasında daha endişeli ve depresif ruh hali ve düşük öz saygıyla (Exline, Yali ve Lobel, 1999; Pargament, Zinnbauer, vdğ., 1998), 1993 Midwest taşkını mağdurları arasında daha büyük psikolojik sıkıntıyla (Smith, Pargament, Brant ve Oliver, 2000) ve bombalanan Oklahoma şehri yakınlarındaki kilise üyeleri arasında daha fazla travma sonrası stres bozukluğu ve duyarsızlık belirtileriyle (Pargament, Smith, vdğ., 1998) bağlantılandırılmıştır.

Bu bulgular, gelişme veya olgunlaşma için potansiyel bir yol sunan negatif dinî başa çıkmada somutlaşan manevî çabalar yüzünden, dünyanın dinî geleneklerinin görüşüne ters düşüyor gibi görünüyor. Ancak bu alandaki deneysel araştırmaların çoğunun kesitsel olduğunu belirtmek gerekiyor. Boylamsal araştırmalar belki farklı bir hikâye anlatabilir. Negatif dinî başa çıkma, özellikle birey kendi manevî çabalarını başarıyla çözebilirse, kısa vadeli sıkıntı ve daha uzun vadeli kazançlarla bağlantılı olabilir. Yine de dinî başa çıkmanın etkili olmasının, kritik hayat durumlarına karşılık olarak dinin kendini belli ettiği muayyen tarzlara bağlı olduğu açıkça görünüyor.

### **Dinin, Sağlık ve Mutluluk Kriterine Göre Değişen Etkisi**

Din üzerine araştırma yapanlar, çoğu kez pratik nedenlerden dolayı, sağlık ve mutluluğun genellikle sınırlı sayıdaki psiko-sosyal kriteri üzerine odaklanır. Ancak bu eğilimin bazı talihsiz sonuçları vardır. Biri, sağlık ve mutluluğun belirli boyutlarındaki araştırmalardan aşırı genelleme yapma eğilimini içerir. Birkaç psikolog yıllar boyu din ve ruh sağlığına ilişkin literatürü incelemiştir. Dinin yararına ilişkin sonuçlar pozitiften (Becker, 1971), negatife (Dittes, 1969), çelişğe veya karmaşığa (Bergin, 1983; Gartner, Larson ve Allen, 1991; Sanua, 1969) değişiklik göstermektedir. Bu farklı sonuçları nasıl anlayacağız? Bu sonuçlar, sadece dinî kavram-

laştırma ve ölçme tarzlarındaki farklılıklara değil, fakat araştırmacılar tarafından dikkatle gözden geçirilen sağlık ve mutluluk kriterindeki farklılıklara da bağlanabilir. Batson ve arkadaşları (1993), Becker'in (1971) dindarlık hakkındaki pozitif sonuçlarını, ruhsal hastalık ve nevrotik belirtilerin yokluğuna odaklanan araştırmalara dayandırdığını belirtmişlerdir. Dittes (1969) dindarlık hakkındaki negatif sonuçlarına, yeterlik, kontrol, kendini gerçekleştirme, açık fikirlilik ve esneklik oranlarını soruşturan araştırmalara dayanarak ulaşmıştır. Sanua (1969) çelişkili sonuçlarına, kriterlerin daha genel bir dağılımını inceledikten sonra varmıştır. Bu incelemeler bir bütün olarak alındığında, dinin sağlık ve mutluluk için pozitif, negatif veya birkaç anlam taşıyıp taşımadığının, kısmen sağlık ve mutluluğun nasıl tanımlandığı ve ölçüldüğüne bağlı olduğu fikrini uyandırıyor.

Dinin faydasına ilişkin araştırmaların büyük çoğunluğu, psikolojik, sosyal veya fiziksel sağlık kriteri üzerine odaklanmıştır. Buna karşılık, dindar birey ve toplulukların en büyük ilgi kriterinin, doğal olarak psiko-sosyal olmaktan ziyade dinî olduğunu vurgulamak gerekiyor. İman sahibi olmak, bir dinî cemaatin parçası olduğunu hissetmek, hayatta daha büyük bir nihaî amaç duygusuna sahip olmak, Tanrı'yı bilmek dinî dünyanın en merkezi kriterleridir. Bu, psikolojik, sosyal ve fiziksel sağlık ve mutluluğun dindar görüşlü olmak için önemli olmadığı anlamına gelmez. Aksine bunlar, nihaî/manevî kriterler bağlamında anlaşılmaya ihtiyaç duyarlar. Pek çok örnekte manevî, psikolojik, sosyal ve fiziksel sağlık ve mutluluk ele gidebilir. Mesela Tisdale ve arkadaşları (1997), psikiyatrik yatan hasta tedavisinin (birey, grup, ortam ve psikotropik) hem daha iyi kişisel uyumla ve hem de daha pozitif bir Tanrı imajı ile sonuçlandığını bulmuşlardır. Benzer şekilde, değişik hayat stresleriyle başa çıkmaya çalışan insanlarla ilgili çeşitli araştırmalarda, dinî başa çıkmanın pozitif şekilleri, sadece daha düşük duygusal stressizlik ve daha fazla kişisel gelişimle değil, Tanrı'ya ve kiliseye daha fazla yakınlık hislerini ihtiva eden (Pargament, 1997) daha iyi manevî sonuçlarla da ilişkilendirilmiştir.

Bu araştırmalar umut vadederken, şu araştırmalar kuralın istisnalarıdır. Ancak sağlık ve mutluluğun manevî kriteri belirlenmeden, araştırma, özellikle temel

inançtan uzaklaşmış dinî ifadeler söz konusu olduğunda, dinî hayata psikolojik yönelimli bakma şeklinde yalnız tek boyut verebilir. Mesela, dinî fundamentalizmle ilgili psikolojik literatürü düşünelim. Fundamentalizm psikologlar tarafından önyargı ve darkafalılıkla ilişkisi yüzünden eleştirilmiştir (bkz., Hood, Spilka, Hunsberger ve Gorsuch, 1996) ve gerçekten deneysel literatür, katı dinî yorum ve uygulamalara sıkı bir şekilde bağlanmakla zenci, kadın, Yahudi, homoseksüel ve komünistlerden oluşan gruplara karşı önyargılı ve bağınaz davranma arasındaki ilişkiyi ortaya koymuştur (Altemeyer ve Hunsberger, 1992; Kirkpatrick, 1993). Mesela Altemeyer ve Hunsberger, daha fazla fundamentalizmin, “şu anda homoseksüelleri öldüren AIDS hastalığı kesinlikle onlara müstehaktır” (s. 123) şeklindeki inançla daha fazla uyuması gibi, siyasî radikallerin tutuklanma, işkence ve infazını desteklemeye daha çok istekli olmakla da ilişkili olduğunu göstermiştir. Bu bulgular, fundamentalist Hıristiyanlara has değildir; Fundamentalist Hindu, Müslüman ve Yahudiler de homoseksüellere karşı daha fazla önyargı bildirmişlerdir (Hunsberger, 1996). Diğer çalışmalar fundamentalizmi katı düşünce ve sağcı otoriteryanizmle ilişkilendirmiştir. Mesela, Altemeyer ve Hunsberger, fundamentalizm ve önyargı arasındaki ilişkiye, büyük ölçüde sağcı otoriteryanizmin aracılık ettiğini göstermişlerdir.

Ancak psikolojik eleştirileri gözardı edildiğinde, fundamentalizmin, taraftarları için taşıdığı avantajlar vardır. Dinî inanç ve uygulamaları katı olan sistemler, bireylere belirgin bir doğru ve yanlış duygusu, belirli hayat ilkeleri, kendisi gibi düşünen müminlere yakınlık, farklı bir kimlik ve en önemlisi hayatlarının Tanrı tarafından kutsanmış ve desteklenmiş olduğu inancını sağlar. Bunlar güçlü avantajlardır. Bu avantajlar, Amerika’daki katı kiliselerin niçin yıllardır ana görüşteki muadillerinden güç ve üye itibarıyla daha hızlı büyüdüğünü açıklayabilir (Iannaccone, 1994). Üstelik, önyargı ve kapalı fikirlilikten başka kriterlerinin içermelerini araştıran bazı çalışmalarda fundamentalizm, optimizm (Sethi ve Seligman, 1993) dinî-manevî sağlık ve mutluluk (Genia, 1996) ve evliliğe ilişkin mutluluğu (Hansen, 1992) içeren çeşitli pozitif özelliklerle ilişkilendirilmiştir.

İlgimizin, kriterlerin daha geniş bir dağılımını kapsayacak şekilde genişlemesi, fundamentalizmin faydalarını da zararlarını da içeren daha zengin, daha karmaşık bir görüntüsü ile sonuçlanacaktır. Fundamentalizme merkez teşkil eden katı inanç ve uygulamalara bağlanmanın güçlü bir cemaat duygusu, hayata ilişkin açık talimatlar, umut dolu bir gelecek fikri, güçlü dinî ve manevî hoşnutluk duyguları telkin ettiği görülüyor. Bu nitelikler bireylere özellikle varoluşsal sorulara kat'î cevaplar ve kişilerarası yakın ilişkiler arayışında faydalı olabilir. Ancak fundamentalizmin katılığı, iman dahilinde ve haricinde kalan kişiler arasındaki kesin sınırlarla sürdürülür (Hood, Morris ve Watson, 1986). Maalesef, dinî cemaatin dışında bulunan kimselerin, o cemaate mensup olanlar tarafından hoşgörüsüzlük ve ayrımcılıkla kolayca yaralanabildiği görülmektedir.

Deneysel din araştırmalarında, kriterlerin daha geniş bir dağılımının hesaba katılması, tedavi edilebilir durumlarda tıbbî yardım talebini dinî bir anlayışa dayandırarak reddetmek (Asser ve Swann, 1998) veya satanistik kültler ve ritüellerle alakalı olarak çocukların suistimali konusunda ürküntü duymak (Richardson, Best ve Bromley, 1991) gibi diğer önemli dinî fenomenlere ışık tutabilir. Dışarıdan bakıldığında bu davranışlar, olsa olsa kafa karıştırıcı veya mantıksızmiş gibi görünüyor. Ancak bu gibi dinî davranışları anlamadaki sıkıntımız, en azından kısmen, dinî tecrübeyi tamamıyla psiko-sosyal olan sınırlı sayıdaki kriterle değerlendirme eğiliminden kaynaklanıyor olabilir. Bu fenomenlerin, maneviyat gibi insanların kendileri için en belirgin olanlarını kapsayacak şekilde, daha geniş kriterlerle yakından incelenmesiyle, mantıksızmiş gibi görünen davranışlar daha anlamlı olmaya başlar. Bu, dinî ifadenin her şeklini haklı çıkarmak anlamına gelmez. Dinin zararları gayet ciddi olabilir. Ama patolojik veya mantıksız iddiasıyla dini önemsememek bir hatadır. Din, diğer önemli insan fenomenleri kadar girift olabilir. Psikologlar çok acele hüküm vermemeye dikkat etmelidirler. Çok titiz inceleme, sürprize açık olma ve dinin avantajlı ve avantajsız farklı şekillerini gözönünde bulundurmaya hazır olma, dinî araştırmalarda ilerlemenin anahtarıdır.

## **Dinin, Kişiyeye Göre Değişen Etkisi**

Dinin etkisini değerlendirme çabasına eklenen daha ileri bir karmaşıklık, insanların dindarlık düzeylerinin oldukça farklı olması olgusudur. Tarihsel olarak din, herhangi bir hak veya menfaatten mahrum edilmiş ve yetki tanınmamış birey ve gruplara, özellikle önemli bir sembol, bir güç ve ümit kaynağı olarak hizmet etmiştir. Bu yüzden biz, zencileri (African Americans) (Pargament, 1997), yaşlıları (mesela, Gurin, Veroff ve Feld, 1960), daha az eğitilmiş insanları (Gallup, 1994) ve kadınları (mesela, Argyle ve Beit-Hallahmi, 1975) içeren bazı gruplarda daha yüksek düzeylerde dindarlık buluyoruz.

Dinin, özellikle toplumsal bakımdan marjinal gruplara, nispeten ulaşılabilir kaynaklar ve hayatta karşılaşılan problemlere (Pargament, 1997) ilişkin zorunlu çözümler sunması nedeniyle yardımcı olduğunu tahmin edebiliriz. Mesela, zenciler için merkezi bir kurum olan Zenci Kilisesi, Birleşik Devletlerde temel kurumlar tarafından ihmal edilen insanlara toplumsal, politik, sağlık, sosyal yardım, psikolojik ve manevî alanlarda uzun zamandan beri hizmet götürmektedir. Dinin alt gruplar için özel etkisine ilişkin araştırmalar, her ne kadar çok seyrek ve çelişkili olsalar da, fikir verici bazı bulgular mevcuttur. Mesela, ulusal örneklemeden oluşan bir çalışmada St. George ve McNamara (1984), benzer arkaplanları olan beyazlara nazaran zenciler için (White Americans) dinî bağlılığın, hayattan hoşnut olma ve öznel sağlık ve mutluluğun diğer yönleriyle daha güçlü bir şekilde ilişkili olduğunu bildirmiştir. Ulusal bir örneklemeden alınan verilerle yapılan bir çalışmada, Ferraro ve Koch (1994), dinî bağlılığın zencilerde daha iyi fizik sağlığıyla ilişkili olduğunu ancak beyazlarda ilişkili olmadığını bulmuştur. Yaş dikkate alındığında, Neighbors, Jackson, Bowman ve Gurin (1983), zencilerden oluşan bir örneklemeden, ciddi bir kişisel problemi halletmede kendilerine en fazla yardım eden bir başa çıkma seçeneği işaretlemelerini istemişlerdi. Dua, yaşlı gruba (%64), orta yaş (%47) ve genç (%32.2) gruptan daha fazla yardımcıydı. Pollner (1989) eğitim durumunu dikkate alarak ulusal bir örnekleme yaptığı araştırmada, kutsalla daha yakın ilişki duyularının sağlık ve mutluluk oranlarıyla, eğitim düzeyi düşük olanlarda eğitim

düzei yüksek olanlardan daha güçlü bir şekilde ilişkili olduğunu belirtmiştir. Cinsiyetin dindarlık ile sağlık ve mutluluk arasındaki ilişkiye aracılık edebileceği ihtimaline dair bir destek ise, seküler kibutzların aksine, dinî üyeliğin erkeklerden çok kadınların ölüm oranları üzerinde daha büyük bir koruyucu etkiye sahip olduğunu ortaya koyan Kark ve arkadaşlarının (1996) araştırmasından çıkmaktadır.

Bu gruplar için dinin özel etkisi, daha yüksek düzeylerdeki dinî bağlılıklarının ardından ortaya çıkabilir. Dinin, her şeyden önce, daha dindar olanların sağlık ve mutluluğu için, daha önemli îmalarının olması gerekirdi. Krause, Ellison ve Wullf (1998), bu tezi Presbiteryen rahipler, yaşlılar ve üyelerden oluşan ulusal bir örnekleme, kilise temelli destek ve olumsuz kilise etkileşimlerini içeren bir çalışmada test ettiler. Kiliseden gelen duygusal destek, yaşlılar ve üyelerden çok, büyük ölçüde rahipler için daha düşük sıkıntı etkisi ve daha pozitif etkiyle ilişkiliydi. Buna karşılık, negatif kilise etkileşimleri, üyelerden çok rahipler ve yaşlılar için daha güçlü negatif imalar taşıyordu. Aynı örnekleme yapılan çalışmada Pergament, Ellison, Tarakeshwar ve Wulff (2001), pozitif etki ve sıkıntı etkisinin göstergeleri olarak, pozitif ve negatif dinî başa çıkmayı kullanıp benzer sonuçlara ulaştılar. Bu bulgular, dinin iki tarafı keskin bir kılıç olabileceği izlenimini uyandırıyor. Hayatlarını dine daha yakın yaşayan kimselerin, hayırhah inanç ve ibadet sistemleriyle bağlantılı daha çok fayda gördüğü ve en az bunun kadar önemli olarak da, dini stres ve mücadeleyle bağlantılı daha çok zarar gördüğü anlaşılıyor.

Sonuç olarak, farklı ibadet, inanç ve kurumsal şekiller ortaya koyan yüzlerce dinî ve manevî gruba işaret etmek suretiyle, Birleşik Devletler'in bir "*mezhep toplumu*" (krş., Greeley, 1972) olduğunu kabul etmek gerekiyor. Mesela karşılaştırmalı bir taramada, Nazaren, Assemblies of God ve Seventh-Day Adventist kilisesi üyelerinin %90'dan fazlası, merkezî Hıristiyan inancına mensup %14 Protestan'ın aksine (Bainbridge ve Stark, 1980) kötülüğün varlığına inandıklarını; yalnızca %12 Hıristiyan Scientist kilise üyesine karşılık (Poloma, 1991), merkezî Hıristiyan inancına mensup Hıristiyanların %73'ü, Tanrı'nın genellikle doktorlar vasıtasıyla şifa verdiğine inandıklarını belirtmişlerdir. Bu farklılıklar anlamsız değildir. Epidemiyoloji

araştırmacıları, mezhep faktörlerini farklı psikiyatrik bozukluklar, fiziksel hastalıklar ve ölüm oranlarıyla ilişkilendirmektedirler (mesela, Levin ve Schiller, 1987). Psikologlar, maalesef dinin çeşitli şekilleriyle sağlık arasındaki ilişkinin potansiyel göstergeleri olarak, mezhep faktörlerini büyük ölçüde gözardı etmektedirler. Yine de kuralın birkaç istisnası vardır ve sonuçlar ilgi çekicidir (mesela, Alferi, Culver, Carver, Arena ve Antoni, 1999; Tix ve Frazier, 1998). Alferi ve arkadaşları, kısa zaman önce göğüs kanseri teşhisi konmuş Roman Katolik ve Evanjelik Hispanik kadınlardan oluşan bir örnekleme yaptıkları çalışmada, ameliyattan önceki ve sonraki yıl boyunca dinî başa çıkma ile duygusal sıkıntı arasındaki ilişkileri araştırmışlardır. Evanjelik kadınlar için daha yüksek düzeylerdeki dindarlık, yıl boyunca genellikle daha düşük düzeylerdeki duygusal sıkıntıya işaret ediyordu. Buna karşılık, Katolik kadınlar için daha yüksek düzeydeki dindarlık, daha yüksek düzeylerdeki sıkıntıya işaret ediyordu. İki grup arasındaki teolojik farklılıklar, Alferi ve arkadaşlarının önerdikleri gibi, bu bulguları açıklamakta yardımcı olabilir. Alferi ve arkadaşları, ihtiyatlı bir şekilde, Evanjelikler arasındaki inanç, kabul ve ebediyen kurtarılmış olmanın önemi ile, Katolikler arasındaki itiraf, yargı ve suçun bağışlanmasının önemini karşılaştırmışlar ve ilk teolojik yaklaşımın, ikincisine göre, tehdit edici bir hayat tecrübesine maruz kalmış kadınlara daha fazla yardım ediyor olabileceğini ileri sürmüşlerdir.

Bu, Evanjelik Protestanların Roman Katoliklerden “daha iyi durumda” oldukları anlamına gelmez. Mesela Alferi ve arkadaşlarının aksine (1999), Kooistra ve Pargament (1999), dinî şüphelerin, Roman Katolik ergenlere nazaran Protestan Hollanda Reform geleneğine mensup ergenler arasında, sıkıntı ile daha güçlü bir şekilde ilişkili olduğunu bulmuştur. Kooistra ve Pargament, ana dinî ilkeler hakkındaki soruların, Hollanda Reform geleneğinde doktrinsel ortodoksluğa atfedilen daha büyük önem nedeniyle, Protestan ergenleri, Katolik yaşlılarından daha stresli yapabileceğini kaydetmişlerdir. Bu yüzden sosyal bilimcilerin, bir dinî mezhebin diğerine göre değerine ilişkin sıradan sonuçlardan kaçınmaları gerekiyor. Ancak de-



neysel literatür, henüz genç olduğu için, belirli bir mezhebe mensup olmanın, birtakım avantaj ve dezavantajlarla ilişkili olabileceğini öne sürüyor.

### **Dinin, Bağlam ve Duruma Göre Değişen Etkisi**

Barton (1971), dinî araştırmalarda kişiselci eğilim (personolojik yanlılık) olarak tanımladığı durumu şu şekilde eleştirmiştir:

*Araştırmacılar, insanları aktüel toplumsal çevrelerinin dışına çıkarmaya ve analizlerini bireysel değişkenlerle sınırlandırmaya devam etmektedirler... Bu, bir biyoloğun deney hayvanlarını bir et makinesine bağlamasına ve her bir yüzüncü hücreyi incelemek için bir mikroskop altına almasına benziyor; (bu durumda) anatomi ve fizyoloji, yapı ve işlev hakkındaki hemen her bilgi kayboluyor (s. 847).*

Bugün dinî araştırma, büyük ölçüde düzenlenmiş bir şekilde yapılmaktadır. Çoğu, sıklıkla dindarlık ölçeklerini kullanmakta (kiliseye gitme sıklığı ortalaması, dua etme sıklığı ortalaması, dinî bağlılık, mezhep, doktrinsel ortodoksluk, dinî belirginlik), dinin muayyen bağlam (mesela, evlilik, ebeveynlik, iş) ve durumlarda (mesela, önemli hayat olayları, günlük meşgaleler) kendini ifade etme tarzlarından bahsetmemektedir. Bu yaklaşımın iki problemi vardır: Birincisi, deneysel araştırmalar belirli durum ve bağlamlarla bağlantılı dinî ölçümlerin, sağlık ve mutluluğun genel, merkezden uzak dinî ölçümlerden daha güçlü göstergeleri olduğunu göstermiştir. Mesela Mahoney ve arkadaşları (1999) 100 evli çiftle gerçekleştirdikleri bir araştırmada, her bir eşin dindarlığının genel ölçümüne nazaran, açıkça evlilik ilişkisiyle (mesela, eşlerin dinî etkinliklerde birlikte geçirdikleri zaman, eşlerin evliliklerini kutsal olarak görme derecesi) bağlantılı olan dindarlık ölçümlerinin, evlilikle ilgili sağlık ve mutluluğun (mesela, evlilikle ilgili memnuniyet, sadakat, daha az çatışma, evlilikle ilgili problem çözme stratejileri) çok daha iyi göstergeleri olduğunu bulmuşlardır. Benzer bir şekilde, dinin, belirli hayat stresleriyle başa çıkma ile ilgili ayrıntılı şekillerinin ölçümleri, intibak ölçümleri ile, genel dinî ölçümlerle yapılandan daha güçlü ve daha devamlı olarak ilişkilidir (Pargament 1997). Dinle ilgili indeksleri, muayyen bağlam ve durumlarla daha sıkı bir şekilde bağlantılandırma, dindarlığın yapı ve işlevine ilişkin anlayışlara daha fazla imkân

taniyacaktır.

Genel dinî ölçümlerin ikinci bir problemi daha vardır. Bu ölçümler zaman, bağlam ve durumlar boyunca dindarlıkta altta yatan bir istikrar bulunduğu varsayımı üzerine kurulmuştur. Ancak dinî hayatın zaman ve şarta bağlı olarak değiştiği aşikârdır. Dindarlığın yardımı da bağlam ve durumlara göre değişebilir. Bu sıra içerisinde, haham Harold Kushner (1981), genç yaştaki oğlunun ölümcül hastalığıyla yüzyüze geldiğinde kendi inanç sisteminin sınırlarını tanımlamıştır. Kushner, iyi şeylerin iyi insanlar için olacağına güvence veren sevgili bir Tanrı'ya inanç şeklindeki, kendisine yıllarca cesaret ve umut veren bir imanı artık sürdüremeyeceğinin farkına varmıştı. Böyle yaparak Tanrı, Kushner'i iki savunulamaz sonuçtan birine ulaşmaya zorlamıştı: Ya oğlu iyi birisi değildi, ya da oğlunun çilesi her nasılsa iyi bir şeydi. Epey bir manevî arayış ve çabadan sonra Kushner, Tanrı'nın insanı sevdiğini, fakat maalesef iyi insanların başına kötü şeylerin geldiği bir dünyaya müdahale etmek için güçlerinin sınırlı olduğunu düşündüğü, farklı bir dini bakış açısıyla ortaya çıktı.

Çeşitli deneysel araştırmalar, dinî inanç ve uygulamaların bazı durumlarda özellikle yardımcı olabildiğini göstermektedir. Birkaç örneği gözden geçirelim. Mattlin, Wethington ve Kessler (1990) stresli hayat olaylarıyla yüzyüze gelen 1556 evli erkek ve kadından oluşan bir örnekleme, başa çıkma etkinliğinin göstergelerini araştırmışlardır. Dinî başa çıkma, yüksek kayıp durumlarında daha düşük depresyon ve anksiyete ile ilişkili idi, fakat daha düşük kayıp durumlarında ilişkili değildi. İlave çözümler dinî başa çıkmanın sevilen bir kişinin ölümünü içeren durumlarda, evlilikle ilgili problemler, işin kaybedilmesi, aile üyeleri ve arkadaşların sıkıntıda olması gibi diğer durumlardan daha etkili olduğuna işaret etmektedir. Çocuğu yeni ölmüş anababalarla yaptığı bir çalışmada Maton (1989), daha yüksek düzeylerdeki manevî desteğin, hem çocuğunu kısa süre önce kaybetmiş olan anababalarda, hem de bir çocuğunu iki yıldan fazla bir zaman önce kaybetmiş anababalarda daha düşük depresyonla ilişkili olduğunu bulmuştur. Ancak manevî destek, çocuğunu yakınlarda kaybetmiş anababalar arasında, daha eskiden kaybet-

miş olanlara nazaran, daha düşük depresyon ve daha iyi öz saygı ile çok daha güçlü bir şekilde ilişkili idi. Krause (1998), 4 yılı aşkın bir süre, yaşlılardan oluşan ulusal bir örneklem üzerinde yoğunlaşmış ve dinî başaçekmanın, kendi fiziksel sağlık durumlarını derecelendirmeleri üzerinde, bozuk bir çevrede yaşamının olumsuz etkilerine karşı başarılı bir şekilde koruduğunu ortaya koymuştur. Wallin ve Clark'ın (1964), evliliklerinin başında ve ortasında bulunan kadın ve erkeklerle gerçekleştirdikleri araştırmada, kadınların kiliseye gitme sıklığıının cinsel tatmin düzeyleriyle ilişkili olmadığını, buna karşılık daha sık kiliseye gitmenin kadınların evlilikle ilgili genel memnuniyeti üzerinde bir cinsel tatmin yokluğunun etkisini azalttığını bildirmişlerdir. Bunlar kendine özgü, ama garip ve tuhaf sonuçlar değildir. Pargament (1997), bu deneysel literatürü yeniden gözden geçirerek, hayat stresinin etkilerine intibak etmeyi kolaylaştıran bir faktör olarak dine, en azından kısmî bir desteğin, araştırmaların yaklaşık olarak %75'inde mevcut olduğunu göstermiştir.

Bu bulguları nasıl açıklayacağız? Pargament (1997), dinin, insanları kendi kişisel ve sosyal kaynaklarının sınırlarına iten ve temel incinebilirliklerini dünyaya yansıtan problemlerle karşı karşıya kaldıklarında, özellikle değerli olabileğini öne sürmüştür. Din, insanın sonluluğu ve yetersizliğine işaret eden durumlara cevap olarak bir takım çözümler teklif eder: Manevî destek, nihai açıklamalar, bir ferahlama duygusu, evrende işbaşında olan yardımsever güçler ve hayatta kutsal anlamı olan bir gaye.

Ancak burada da, birkaç sebepten ötürü aşırı basitleştirmeye karşı dikkatli olmak zorundayız. Birincisi, dinin bütün formları stresin etkilerine karşı koruyucu olmayabilir. Mesela, Anson, Carmel, Bonne, Levenson ve Maoz (1990), dinin strese karşı koruyucu etkilerinin, sadece toplumsal dinî boyutlar için işe yaradığını göstermiştir. İsrail'de dindar olmayan kibutz üyelerinin aksine, dindar kibutz üyeleri psikolojik sıkıntı ve fiziksel hastalık belirtisinin etkilerine karşı bir dereceye kadar korunaklı idi. Buna mukabil, özel ibadet ve kendi dindarlığını derecelendirme gibi kişisel dinî boyutlar, hayat streslerinin etkilerine uyum göstermeye karşı koruyucu değerildi.

İkincisi, din bazı gruplar için stresin etkilerine karşı koruyucu olabilir ancak bazıları için olmayabilir. Lise öğrencileri üzerinde gerçekleştirilen kesitsel ve ile-riye dönük iki karmaşık ve büyüleyici çalışmada Park, Kohen ve Herb (1990), dinî başa-çıkma ile iç güdümlü dinî bağlanmanın stresin depresyona yönelik etkisini hafifletmede oynadığı rolleri incelemişlerdir. Park ve arkadaşları, durumun kontrol edilebilmesinde olduğu gibi, bu dinî değişkenlerin hafifletici etkilerinin, öğren-cilerin mezhepleri vasıtasıyla kendi kendine hafiflediğini bulmuştur. Dinî başa-çıkma ile içgüdümlü dinî bağlanma, Protestan öğrenciler için kontrol edilemeyen hayat olaylarının depresyona yönelik etkilerine karşı korumada yardımcıydı. Katolik öğrenciler için bu dinî değişkenler, kontrol edilemeyen hayat olaylarının etkilerini hafifletmiyordu. Ancak Katolikler arasında dini başa-çıkmanın, *kontrol edilebilir* hayat olaylarının depresyona yönelik etkilerine karşı koruduğuna delil teş-kil ediyordu. Park ve arkadaşları, Alferi ve arkadaşları gibi (1999), bu bulguları, Protestan ve Katoliklerin dinî öğreti ve uygulamalarındaki farklılıklara hamlettiler. Park ve arkadaşlarının imanla ilgili vurgularına göre Protestanlar, kontrol edile-meyen olaylar bakımından özellikle daha donanımlı olabilirler. Buna karşılık, uzlaş-ma, itiraf ve kefarete vurgularına göre, Katolikler kontrol edilebilir hayat durum-larıyla başa çıkmada daha iyi hazırlanmış olabilirler. Kuşkusuz bunlar, oldukça heterojen olan dinî gelenekler hakkındaki genellemelerdir. Buna rağmen bu bul-gular, dinin, farklı gruplarda farklı durumlara göre işleyen girift biçimlerinin farkına varmayı sağlamaktadır.

Son olarak, burada her ne kadar dinin stresten koruyucu etkileri üzerine yoğunlaşmışsa da, dinin en azından belli bazı stres yapıcıların etkisini azdırabilme ihtimalini de dikkate almak gerekiyor. Strawbridge, Shema, Cohen, Roberts ve Kaplan (1998), Alameda County'de orta yaş ve yaşlı yetişkinler üzerinde gerçek-leştirdikleri kesitsel araştırmalarında, stresi azdıran bazı ön kanıtlar sağlamışlardır. Araştırmacılar, kişisel ve kurumsal dindarlığın, aile ile ilgili olmayan stres kaynaklarının (mesela, malî problemler, komşuluk problemleri, sağlığın bozulması, sakatlık) depresyona yönelik etkilerine karşı korusa da; kişisel dindarlığın çocuk

problemlerini, kurumsal dindarlığın ise ailevi problemleri (mesela, evlilikle ilgili problemler, kötü muamele, bakım) daha da kötüleştirdiğini bulmuşlardır. Yazarlar, kilise desteğinden yoksun olmanın, dinî açıdan damgalanmış ve suçlanmış bulunmanın, ailevî problemlerle ilgili olarak dinî gruplardan gerçekçi olmayan beklentilerin (mesela, bakım evine yerleştirilmiş yakın akrabalar için ev bakımı gibi), esasen kötü bir durumu daha da kötüleştirebileceğini iddia etmektedirler.

### **Dinin, Dinle Bütünleşme Düzeyine Göre Değişen Etkisi**

Dinin etkisine ilişkin araştırmaların çoğu, nispeten az sayıdaki bireysel dinî değişken üzerine odaklanmıştır. Biraz önce gördüğümüz üzere bu araştırmalar, insana acı ve ıstırap veren problemlerin bir takım basit dinî çözümlerini göstermezler. Bunun yerine daha karmaşık bir tablo çizerler. Bu karmaşıklığı nasıl açıklayacağız? Başka bir çalışmamda, dinin etkisinin, özel dinî inanç ve uygulamalarla daha az ilgisi olduğunu, dinin bireylerin hayatıyla bütünleşme düzeyiyle ise daha çok ilgisi olduğunu öne sürmüştüm (Pargament, 1997).

Dinî bütünleşme çok boyutludur. Geniş bir toplumsal çevreyle iyice bütünleşmiş bir kimsenin din düzeyinden bahsedebiliriz. Bu şekilde Rosenberg (1962), farklı din mensuplarının bulunduğu çevrelerde yetişen çocukların, aynı din mensuplarının bulunduğu çevrelerde yetişen çocuklardan daha fazla gerilim, çatışma ve sonrasında duygusal sıkıntı ile karşı karşıya kaldıklarını varsaymıştır. Rosenberg, farklı din mensuplarının (%25 veya daha azı aynı dinden) ve aynı din mensuplarının (%75 veya daha fazlası aynı dinden) bulunduğu çevrelerde büyüyen Protestan, Roman Katolik ve Yahudi üniversite öğrencilerini karşılaştırmıştır. Farklı din mensuplarının bulunduğu bir çevrede yetiştirilen her dinî grup, aynı din mensuplarının bulunduğu bir çevrede yetiştirilenlerden daha fazla dinî sataşma ve ayrımcılık bildirmiştir. Üstelik farklı dine mensup olan gruplar, aynı dine mensup olan gruplarla mukayese edildiğinde, daha düşük düzeylerde öz saygı, daha fazla psikosomatik belirtiler ve daha depresif duygulanım rapor etmiştir. Bu bulgular bizi, Birleşik Devletlerde, artmakta olan dini çeşitliliklere eşlik edebilecek bazı özel sorunlara karşı uyarmaktadır.

Biz, bir kimsenin kendi dinî amaçlarına uygun düşen yöntemlerle bütünlüşme düzeyinden de bahsedebiliriz. Tarih, Haçlı Savaşları ve İspanyol engizisyonundan dinî kült üyelerinin toplu intiharına kadar, kendi dinî nedenlerine sadık grupların işlediği bağnaz eylemlerle sık sık kesintiye uğramıştır (Baumeister, 1997). Dinî bağnazlığın bireysel eylemleri korkunç olabiliyor. Şimdi annesini, karısını ve üç çocuğunu öldüren bir adamın nasıl açıklama yaptığına bakalım:

*(Kızımın) oyuncu olmaya karar vermesinin, onun bunu bir Hıristiyan olarak sürdürmesine yapabileceği etkidten korkuyordum... (Karımın da) kiliseye gitmemesinin en sonunda çocuklara zarar vereceğini biliyordum... En azından şimdi hepsinin cennete gitmiş olduklarına eminim. Eğer olaylar öyle devam etseydi, kim bilir vaziyet nasıl olacaktı... Ben sadece Tanrıyla barışık olmamla ilgileniyorum ve bu yüzden İsa'nın bile benim için öldüğüne eminim. ("Memorandum", 1990, s. 25).*

Bereket versin ki bu, amaçları değil araçları aşırıya kaçan uç bir örnektir. Bununla birlikte pek çok insan, üzerine titredikleri değerlerine yönelik tehditler algıladıklarında aşırı tepki göstermeye eğilimli olabilirler. Dor-Shav, Friedman ve Tcherbonogura (1978), İsraili dindar ve seküler liseli kız öğrencilerle gerçekleştirdikleri deneysel bir araştırmayla, bu süreci, dinî alanda örneklerle ortaya koymuşlardır. Bu araştırma, dindar olan ve dindar olmayan insanların “genel bilgi düzeylerini” değerlendirme ve “doğru olmayan cevapları bastırarak cezalandırmanın etkilerini” belirleme (s. 219) iddiasıyla düzenlenmişti. Öğrencilere, seküler ve dindar talebelerin, seküler ve dinî içerikli sorulara verecekleri cevapları dinleyecekleri söylendi. Öğrencilere, yanlış cevap verildiğinde uygulayacakları şokların şiddetini kontrol etmeleri de söylendi. Bu açıklamalar bir oyundu; talebeler işbirlikçi idi ve gerçekte hiç şok verilmemişti. Öngörüldüğü gibi, dindar öğrenciler dinî sorulara verilen yanlış cevapları müteakiben, seküler sorulara verilen yanlış cevaplardan daha yüksek düzeylerde şok uyguladılar. Araştırmacılar, dinî sorulara verilen yanlış cevapların, dindar öğrencilerin değerlerine yönelik daha büyük bir tehdit oluşturduğu ve talebelere daha saldırganca karşılık verdikleri sonucuna vardılar.

Dinî bütünlüşme, insanların seçtikleri ve mevcut problemin gerekleri ve meydan okumalarıyla bütünlüşen dinî değerlendirme ve çözümlerin düzeyinden de bahseder. Bütünlüşme eksikliği feci sonuçlara yol açabilir. Mesela, insanlar kesin doğal sebep ve çareler varken, problemlerin sadece dinî izah ve çözümlerine bel bağladıklarında ne olduğuna bir bakalım. Asser ve Swan (1998), 1975 ile 1995 yılları arasında anababalarının dinî gerekçelerle tıbbî tedaviden alıkoymalarından sonra ölen 172 çocuk vakası tespit etmişlerdir. Bu vakaların kayıtlarını tekrar gözden geçirerek, bu çocukların 140'ının, tıbbî tedavi altına alınmış olmaları halinde, çok yüksek bir ihtimalle hayatta kalabileceklerini belirtmişlerdir. Elbette dinî bağlılık tıbben hasta olanlar için değer taşımaktadır. Problemlerin hayırhah dinî değerlendirilişinin ve pozitif dinî başa çıkma yöntemlerinin, çoğu durumlarda yardımcı olduğunu hatırlayalım. Ancak P. E. Johnson'un (1959) belirttiği üzere bunlar, hassasiyet ve basiretle kullanılmaya ihtiyaç duyarlar:

*Dua, çelik bir keski veya bir uçağın kanadının yerine geçen bir şey olarak iş görmez. Yürürken kas hareketinin veya bir sınava inançla çalışmanın yerini tutmaz. Bunlar duanın ruhuna uygun kullanımlar değildir. Fakat dua, birisi kemik ameliyatında keski kullanırken veya bir uçağı havaalanına indirirken sinirleri yatıştırmaya yardım edebilir. Dua kişiye, varılacak bir hedefin seçiminde ve kişinin bir imtihana iyice hazırlanma amacını güçlendirmede rehberlik edebilir* (ss. 142–143).

Tabii ki, açıklamaları seçme ve uygulamada ve problemleri çözmeye hassasiyet ve basirete duyulan ihtiyacın, dinî yaklaşımlar kadar seküler yaklaşımlarla da ilgisi vardır. Bickel ve arkadaşları (1998), kendini yönlendirici başa çıkma stratejilerinin, daha kontrol edilemeyen durumlara karşılaştıklarında insanlara ters etki yapabileceğini; buna karşılık Tanrıyla işbirlikçi bir ilişkiye yönelik paylaşılmış bir kontrol duygusunu hisseden insanların, onları kendi kişisel kaynak ve kontrollerinin ötesine iten durumlar karşısında bile, daha az sıkıntı duyabileceğini varsaymışlardır. Hipotezlerini 245 Presbiteryen kilise üyesinden oluşan bir çalışmada teste tabi tutmuşlardır. Öngörüldüğü gibi, insanlar yüksek stres ve daha az kontrol edilebilir durumlara karşı karşıya kaldıklarında, kendini yönlendirici başa çıkma, depres-

yondaki anlamlı artışla ilişkiliydi. Buna karşılık, işbirlikçi dinî başaşaıkma, yüksek stres durumlarında, depresyondaki anlamlı düşüşle ilişkiliydi. Bu bulgular, dinî ve seküler kaynakları, duruma has şartlarla bütünleştirme ve düzenlemenin önemi üzerinde durmaktadır. Bu, yeni bir fikir değildir. 12-Step Grubu'nun üyeleri, yıllardır huzur duasını ezberden okuyarak kendilerine bu hususu hatırlatıyorlar: “*Tanrım, bana, değiştiremeyeceğim şeyleri kabul etmek için huzur, değiştirebileceğim şeyler için cesaret ve farkı anlamak için hikmet ihsan eyle.*”

Son olarak dinî bütünleşme, bireyin biri diğeriyle bütünleşmiş olan dinî inanç, ibadet, ilişki ve motivasyonlarının derecesi ile ilgilidir. Dünya dinleri müntesiplerine çok sayıda çeşitli dinî düşünce, ritüel ve cemaat örüntüleri sunarlar. Çeşitlilik, hiçbir yerde, insanların dinî seçeneklerle dolu bir menüden, kendi tercih ettikleri inanç ve uygulamaları istedikleri gibi seçmeleri nedeniyle, dinî hayatın hayli bireyselleşmiş olduğu Batı kültürlerinden daha belirgin değildir (Bibby, 1987). Pürüzsüzce harmanlama, bu karışımların pekçoğunu oldukça etkili kılabılır. Sorunun, dinî düşünce ve uygulama şekli parçalara ayrıldığında çıkması daha muhtemeldir. Bu konuyla doğrudan ilgili olan bir araştırmada Pargament, Steele ve Tyler (1979), kilise ve sinagog üyesi olan dört grubun ruh sağlığı ölçümlerini karşılaştırmışlardır: Hem dinine bağlılığı yüksek hem de ibadethaneye sık gidenler, dinî bağlılığı düşük olmakla birlikte sık gidenler, dinine bağlılığı yüksek olmakla birlikte sık gitmeyenler ve hem dinî bağlılığı düşük hem de ibadethaneye sık gitmeyenler. Sadece dinî bağlılığı düşük olmakla birlikte ibadethaneye sık gidenler diğerlerinden anlamlı bir şekilde daha düşük düzeylerde ruh sağlığı ortaya koymuşlardır. Bu dört grupta, bağlanmamış olup sık gidenler, yani daha önceden mevcut dinî bir kanaati olmaksızın cemaat hayatına iştirak edenler, dinî bakımdan en az bütünleşmiş olanlar olarak gözüküyorlardı.

Bu bulgular, dinî parçalanmanın özellikle kötü şöhretli bir formunu ima etmektedir: dinî riyakârlık. “Davranışların sözlere uygunluğu”nun ihmali, tabii ki dinî ortamlarla sınırlı değildir. Ancak, dinî alandaki riyakârlık pek çok insan için özellikle zararlıdır. Gerçekten, dinî ilgisizlik ve yakın ilişki kurmaktan kaçınmanın en



sık atıfta bulunulan sebeplerinden biri riyakârlıktır (Moberg, 1987). Gerçi, bizzat dinî cemaat üyelerinin, bir şey söyleyip farklı bir şey yapan veya daha kötüsü gerçek güdülerini saklamak için dindarlık maskesi takanlara karşı çok az hoşgörülü olduklarını da eklemek gerekir (S. D. Johnson, 1984).

Nihayetinde dindarlık, hayatın iniş ve çıkışları süresince bireye kutsal değerlerin keşfi, muhafazası ve dönüşümünde yardım eden farklı ve benzersiz kaynakları sunan anlam arayışında muntazaman bütünleşmiştir. Ancak başka zamanlarda din, birey ve geniş sosyal çevre arasındaki çatışmalar, amaçlar ve araçlar arasındaki kopukluklar, muayyen hayat olaylarının talep ve meydan okumalarına yeterince elverişli olmayan açıklama ve çözümler ve bizzat dinî inanç ve uygulama sistemindeki tutarsızlıkla belirginleşen bozuk bir sürecin parçası olabilir. Din, bir kimsenin hayatıyla nasıl gereği gibi bütünleşir? Bu, dinin etkisinin değerlendirilmesi ile ilgilenen psikologlar için en kritik soru olabilir.

### **Sonuç ve Öneriler**

Psikologlar dine uzaktan bakma eğilimindedirler ve uzaktan bakınca din, genel, farklılaşmamış, durağan bir süreçmiş gibi görünür. Dinî hayata daha yakından bakarsak, farklı bir görüntü ortaya çıkar. Dinin çok boyutlu olduğu, durumlar ve bağlamlarla içiçe geçtiği, zaman ve şartlardan dolayı değiştiği görülebilir. Allport'un (1950) belirttiği üzere din, *"kişilikteki beyaz bir ışıktır, parlak ve sade olduğu halde, gerçekte kompozisyonda çok renklidir."* (s. 9).

Daha özel olarak, hâlihazır deneysel literatürden beş sonuç çıkarılabilir:

1-Dinin bazı formları diğerlerinden daha faydalıdır. İçselleştirilmiş, iç güdümlü bir şekilde yönlendirilmiş ve hayatta daha büyük bir anlam olduğuna inanç, Tanrı ile güvenli bir ilişki ve başkalarıyla manevî bir beraberlik duygusu üzerine kurulmuş olan bir din, sağlık ve mutluluk için olumlu imalara sahiptir. Buna karşılık, empoze edilmiş, yaşanmamış, Tanrı ve dünya ile zayıf bir ilişkiyi yansıtan bir din, sağlık ve mutluluk için, en azından kısa vadede, yetersiz bir işarettir.

2-Dinin ihtilafli formlarının bile yararları ve mahzurları vardır. Mesela fundamentalizm, hem grupların bir türüne yönelik daha fazla önyargıya, hem de daha çok kişisel sağlık ve mutluluğa bağlanmıştır.

3-Herkes dinden aynı faydaları görmez. Dindarlık toplumsal olarak daha marjinal gruplara (mesela, yaşlılar, zenciler, kadınlar, fakirler) ve daha dindarâne bağlanmış kimselere daha faydalıdır.

4-Din, bazı durumlarda diğerlerinden daha faydalı (ve belki de daha zararlı) dır. Dinî inanç ve uygulamaların, insanları kendi kişisel ve toplumsal kaynaklarının sınırlarına iten daha stresli durumlarda (mesela, ölüm) özellikle değerli oldukları görülür. Bazı kanıtlar, dinin, özellikle kontrol edilebilir hayat streslerine ilişkin olarak Roman Katoliklere; kontrol edilemeyen hayat olaylarıyla başa çıkma da ise Protestanlara yardımcı olduğu fikrini uyandırıyor.

5-Dinin etkisi, onun, insanların hayatıyla bütünleşme düzeyine bağlıdır. Dinlerinden en fazla istifade edenler büyük ihtimalle; a) imanlarını destekleyen daha geniş bir toplumsal bağlamın parçası olanlar, b) dinî amaçlarına uygun araçları kullananlar, c) mevcut probleme yeni bir şekil veren dinî değerlendirme ve çözümleri seçenler ve d) dinî inanç, uygulama ve motivasyonlarını birbirine ahenkli bir şekilde harmanlayanlardır. Diğer taraftan sağlık ve mutluluk, din parçalara ayrılmış olduğunda büyük ihtimalle kötüye gider, yani o zaman; a) dinî kimlik sosyal çevre ile desteklenmez, b) araçlar dinî amaçlara orantısız olarak kullanılır, c) dinî tanım ve çözümler probleme uygun değildir ve d) dinî inanç, uygulama ve motivasyonlar birbiriyle tutarlı değildir.

Bu sonuçlar, dinî hayata ilişkin yalnızca ilk fikirleri sunuyor. Daha iyi bir anlayış geliştirmek için uzaktan din araştırmaları artık yeterli değildir. Araştırmacılar olarak biz, dinî hayata daha da yakınlaşmak zorundayız. Dinin genel etkisi hakkındaki sorular, tıp, psikoterapi veya üniversite eğitiminin genel etkisi hakkındaki sorulardan daha faydasız değildir. Bunlar yerini daha zor fakat daha uygun olan şu soruya bırakmalıdır: Belirli fayda ve zarar kriterlerine göre, özellikle toplumsal bağlamlardaki belirli durumlarla ilgili belirli dinî ifade türleri, belirli

insanlar için ne şekilde faydalı veya zararlıdır?

Bu sorunun cevapları oldukça incelikli olarak şekillendirilmiş olan din ölçekleriyle, dinin çok ince ayrıntılı analizini gerektirir (bkz., Hill ve Hood, 1999). Kuşkusuz, bir tek araştırma dinî hayat hakkındaki tüm önemli sorulara cevap verme ümidi taşımaz. Biz, Batılı Yahudi-Hıristiyan örneklemelerinden oluşan araştırmaların ötesine geçen; bir dizi yöntemden yararlanan, dini, hayat boyu inceleyen ve dinin manevi sağlık ve mutluluk kadar psikolojik, sosyal ve fiziksel sağlık ve mutlulukla ilgili içerimlerini de gözönünde bulunduran, dinin zenginlik ve faklılığına duyarlı bir temel literatür oluşturmak zorundayız.

Bu oldukça farklı olan araştırmanın ana kısmına tutarlılık sağlamak için, daha güçlü teorik çatılar gerekecektir. Bu doğrultuda dini, bağlanma (Kirkpatrick, 1997), motivasyon ve kişilik (Emmons, 1999), yükleme (Spilka, Shaver ve Kirkpatrick, 1997), gelişim (Reich, 1997) ve başaçıkma (Pargament, 1997) teorilerine bağlayan umut verici çabalar halen sürdürülmektedir.

Burada ve literatürün çoğunda odak noktası, sağlık ve mutluluğu destekleyen veya engelleyen din tarzları üzerine ise de, diğer iki faktör grubunu da dikkate almak gerekir: Din ile sağlık ve mutluluk bağlantısına aracılık edenler ve bizzat dini şekillendirenler. Teorisyenler ve araştırmacılar, sosyal destek, anlam ve ahenk duygusu, sağlıklı davranışlar, sağlıklı inançlar, öz saygı ve kişisel etkinlik, başaçıkma kaynakları ve olumlu duyguları (Ellison ve Levin, 1998) kapsayan birtakım potansiyel araçları dikkate almaya başlamışlardır. Bu faktörlerin herhangi biri, din ile sağlık ve mutluluk arasındaki bağlantıları açıklamaya yardımcı olabilirse de, dini yalnızca psikolojik, sosyal veya fiziksel bir şeye indirgeme teşebbüslerinden kaçınılmalıyız. Her şeyden önce dinin sağlık ve mutluluk üzerindeki bazı etkileri doğrudan, diğerleri ise daha incelikli olarak şekillendirilmiş dini boyutlar aracılığıyla anlaşılabilir. Mesela, zencileri temsil eden ulusal bir örnekte gerçekleştirildikleri araştırmada Ellison, Musick, Levin, Taylor ve Chatters (1997), kiliseye gitme ile daha düşük düzeylerdeki duygusal sıkıntı arasındaki ilişkiye, seküler sosyal destekle verilenden ziyade kendi cemaat üyelerinin verdiği dinî desteğin aracılık etti-

ğini bulmuşlardır. Araştırmacılar, dini, bağımsız değişkenden çok bağımlı değişken olarak da dikkate almalıdırlar. Dinin daha çok etkili ve daha az etkili şekillerinin kişisel, ailevi, kurumsal ve toplumsal göstergelerini saptamaya çalışan araştırmaların özel pratik önemi vardır. Bu amaca yönelik olarak Emmons (2000), yakınlarda, çeşitli yeteneklerle kendini belli eden bir “manevî/ruhsal zekâ” önermiştir: Aşkın bilinç durumlarını deneyimleme yeteneği, hayatı kutsal ve diğer hayat meşgalelerini tanzim eden ve birleştiren kuşatıcı manevî gayretler olarak kabul eden algılama yeteneği, bir dizi kapsamlı dinî kaynağı bütün hayat problemlerine esneklikle ve uygun bir şekilde uygulama yeteneği ve erdemli davranma yeteneği.

Dinin etkisine ilişkin araştırmalar için heyecan ve umut verici güzergâh sıkıntısı yoktur. Gerçekte, belki de kaçınılacak tek şey vardır: Alelâde sonuçlar. Olumlu ya da olumsuz olsunlar, kalıpyargılı din görüşleri, deneysel araştırmaya direnemezler. Dindarlık kolay formüller veya basit özetlerle ele geçirilmiş olandan çok zengin ve çok giriftir. Dinin meyveleri acı ve tatlı olabilir. Dini hayatın muhtemel zarar ve faydalarına duyarlı olmak, elbette araştırmacıların görevini oldukça zorlaştırmaktadır. Ancak bu, bütün insan fenomenlerini en farklı kılabilen şeye ilişkin daha iyi bir anlayış oluşturmak için bir önşarttır.

## **Kaynakça**

- Alferi, S. M., Culver, J. L., Carver, C. S., Arena, P. L., & Antoni, M. H. (1999). Religiosity, religious coping, and distress: A prospective study of Catholic and Evangelical Hispanic women in treatment for early-stage breast cancer. *Journal of Health Psychology, 4*, 343–356.
- Allport, G.W. (1950). *The individual and his religion: A psychological interpretation*. New York: Macmillan.
- Allport, G. W., & Ross, J. M. (1967). Personal religious orientation and prejudice. *Journal of Personality and Social Psychology, 5*, 432–433.
- Altemeyer, B., & Hunsberger, B. (1992). Authoritarianism, religious fundamentalism, quest, and prejudice. *International Journal for the Psychology of Religion, 2*, 113–133.

- Anson, O., Carmel, S., Bonneh, D. H., Levenson, A., & Maoz, B. (1990). Recent life events, religiosity, and health: An individual or collective effect. *Human Relations, 43*, 1051–1066.
- Argyle, M., & Beit-Hallahmi, B. (1975). *The social psychology of religion*. London: Routledge & Kegan Paul.
- Asser, S. M., & Swan, R. (1998). Child fatalities from religion-motivated medical neglect. *Pediatrics, 101*, 625–629.
- Bainbridge, W. S., & Stark, R. (1980). Sectarian tension. *Review of Religious Research, 22*, 105–124.
- Barton, A. H. (1971). Selected problems in the study of religious development. In M. Strommen (Ed.), *Research in religious development: A comprehensive handbook* (pp. 836–855). New York: Hawthorn.
- Batson, C. D., Schoenrade, P., & Ventis, W. L. (1993). *Religion and the individual: A social-psychological perspective*. New York: Oxford University Press.
- Baumeister, R. F. (1997). *Evil: Inside human cruelty and violence*. New York: Freeman.
- Becker, R. J. (1971). Religion and psychological health. In M. P. Strommen (Ed.), *Research on religious development: A comprehensive handbook* (pp. 391–421). New York: Hawthorne.
- Beit-Hallahmi, B. (1975). *The social psychology of religion*. London: Routledge & Kegan Paul.
- Bergin, A. E. (1980). Psychotherapy and religious values. *Journal of Consulting and Clinical Psychology, 48*, 95–105.
- Bergin, A. E. (1983). Religiosity and mental health: Acritical reevaluation and meta-analysis. *Professional Psychology: Research and Practice, 14*, 170–184.
- Bergin, A. E., Masters, K. S., & Richards, P. S. (1987). Religiousness and mental health reconsidered: A study of an intrinsically religious sample. *Journal of Counseling Psychology, 34*, 197–204.
- Bibby, H. (1987). *Fragmented gods: The poverty and potential of religion in Canada*. Toronto: Irwin.
- Bickel, C. O., Ciarrocchi, J. W., Sheers, N. J., Estadt, B. K., Powell, D. A., & Pargament, K. I. (1998). Perceived stress, religious coping styles, and depressive affect. *Journal of Psychology and Christianity, 17*, 33–42.
- Bush, E. G., Rye, M. S., Brant, C. R., Emery, E., Pargament, K. I., & Riessinger, C. A. (1999). Religious coping with chronic pain. *Applied Psychophysiology and Biofeedback, 24*, 249–260.

- Dittes, J. E. (1969). Psychology of religion. In G. Lindzey & E. Aronson (Eds.), *The handbook of social psychology* (2nd ed., Vol. 5, pp. 602–659). Reading, MA: Addison-Wesley.
- Donahue, M. J. (1985). Intrinsic and extrinsic religiousness: Review and meta-analysis. *Journal of Personality and Social Psychology*, 48, 400–419.
- Dor-Shav, N. K., Friedman, B., & Tcherbonogura, R. (1978). Identification, prejudice, and aggression. *Journal of Social Psychology*, 104, 217–222.
- Ellis, A. (1980). Psychotherapy and atheistic values: A response to A. E. Bergin's "Psychotherapy and human values." *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 48, 635–639.
- Ellis, A. (1986). *The case against religion: A psychotherapist's view and the case against religiosity*. Austin, TX: American Atheist Press.
- Ellison, C. G., & Levin, J. S. (1998). The religion-health connection: Evidence, theory, and future directions. *Health Education and Behavior*, 25, 700–720.
- Ellison, C. G., Musick, M., Levin, J., Taylor, R., & Chatters, L. (1997, October). *The effects of religious attendance, guidance and support on psychological distress: Longitudinal findings from the National Survey of Black Americans*. Paper presented at the annual meetings of the Society for the Scientific Study of Religion, San Diego, CA.
- Emmons, R. A. (1999). *The psychology of ultimate concerns: Motivation and spirituality in personality*. New York: Guilford.
- Emmons, R. A. (2000). Is spirituality an intelligence? Motivation, cognition, and the psychology of ultimate concern. *International Journal for the Psychology of Religion*, 10, 3–20.
- Erikson, E. H. (1963). *Childhood and society* (2nd ed.). New York: Norton. (Original work published 1950)
- Exline, J. J., Yali, A. M., & Lobel, M. (1999). When God disappoints: Difficulty forgiving God and its role in negative emotion. *Journal of Health Psychology*, 4, 365–379.
- Ferraro, K. F., & Koch, J. R. (1994). Religion and health among black and white adults: Examining social support and consolation. *Journal for the Scientific Study of Religion*, 33, 362–375.
- Fitchette, G., Rybarczyk, B. D., DeMarco, G. A., Nicholas, J. J. (1999). The role of religion in rehabilitation outcomes: A longitudinal study. *Rehabilitation Psychology*, 44, 1–22.
- Freud, S. (1961). *The future of an illusion*. New York: Norton. (Original work published 1927).

- Gallup, G., Jr. (1994). *The Gallup poll: Public opinion 1993*. Wilmington, DE: Scholarly Resources.
- Gartner, J., Larson, D. B., & Allen, G. D. (1991). Religious commitment and mental health: A review of the empirical literature. *Journal of Psychology and Theology, 19*, 6–25.
- Genia, V. (1996). I, E, Quest and fundamentalism as predictors of psychological well-being. *Journal for the Scientific Study of Religion, 35*, 56–64.
- Gurin, G., Veroff, J., & Feld, S. (1960). *Americans view their mental health: A nationwide interview survey*. New York: Basic.
- Hansen, G. L. (1992). Religion and marital adjustment. In J. F. Schumaker (Ed.), *Religion and mental health* (pp. 189–198). New York: Oxford University Press.
- Hathaway, W. L., & Pargament, K. I. (1990). Intrinsic religiousness, religious coping, and psychosocial competence: A covariance structure analysis. *Journal for the Scientific Study of Religion, 29*, 423–441.
- Hill, P. C., & Hood, R. W., Jr. (1999). *Measures of religiosity*. Birmingham, AL: Religious Education Press.
- Hood, R. W., Jr., Morris, R. J., & Watson, P. J. (1986). Maintenance of religious fundamentalism. *Psychological Reports, 60*, 1201–1202.
- Hood, R. W., Jr., Spilka, B., Hunsberger, B., & Gorsuch, R. (1996). *The psychology of religion: An empirical approach* (2nd ed.). New York: Guilford.
- Hunsberger, B. (1996). Religious fundamentalism, right-wing authoritarianism and hostility toward homosexuals in non-Christian religious groups. *International Journal for the Psychology of Religion, 6*, 39–49.
- Iannaccone, L. R. (1994). Why strict churches are strong. *American Journal of Sociology, 99*, 1180–1211.
- James, W. (1902). *The varieties of religious experience: A study in human nature*. New York: Modern Library.
- Johnson, P. E. (1959). *Psychology of religion*. Nashville, TN: Abingdon.
- Johnson, S. D. (1984). Religion as a defense in a mock jury trial. *Journal of Social Psychology, 125*, 213–220.
- Jung, C. G. (1969). Psychology and religion. In *Collected Works* (2nd ed., Vol. 11, pp. 3–105). New York: Pantheon. (Original work published 1938).
- Kark, J. D., Shemi, G., Friedlander, Y., Martin, O., Manor, O., & 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.

- Kirkpatrick, L. A. (1993). Fundamentalism, Christian orthodoxy, and intrinsic religious orientation as predictors of discriminatory attitudes. *Journal for the Scientific Study of Religion*, 32, 256–268.
- Kirkpatrick, L. A. (1997). An attachment-theory approach to the psychology of religion. In B. Spilka & D. N. McIntosh (Eds.), *The psychology of religion: Theoretical approaches* (pp. 114–133). Boulder, CO: Westview.
- Koenig, H. G., McCullough, M. E., & Larson, D. B. (2001). *Handbook of religion and health*. New York: Oxford Press.
- Koenig, H. G., Pargament, K. I., & Nielsen, J. (1998). Religious coping and health status in medically ill hospitalized older adults. *Journal of Nervous and Mental Disease*, 186, 513–521.
- Kooistra, W., & Pargament, K. I. (1999). Predictors of religious doubting among Roman Catholic and Dutch Reformed high school students. *Journal of Psychology and Theology*, 27, 33–42.
- Krause, N. (1998). Neighborhood deterioration, religious coping, and changes in health during late life. *Gerontologist*, 38, 653–664.
- Krause, N., Ellison, C. G., & Wulff, K. M. (1998). Church-based emotional support, negative interaction, and psychological well-being: Findings from a national sample of Presbyterians. *Journal for the Scientific Study of Religion*, 37, 725–741.
- Kushner, H. S. (1981). *When bad things happen to good people*. New York: Schocken.
- Larson, D. B., Pattison, E. M., Blazer, D. G., Omran, A. R., & Kaplan, B. H. (1986). Systematic analysis of research on religious variables in four major psychiatric journals, 1978–1982. *American Journal of Psychiatry*, 143, 329–334.
- Leuba, J. H. (1925). *The psychology of religious mysticism*. New York: Harcourt-Brace.
- Levin, J. S., & Schiller, P. L. (1987). Is there a religious factor in health? *Journal of Religion and Health*, 26, 9–36.
- Mahoney, A. M., Pargament, K. I., Jewell, T., Swank, A. B., Scott, E., et al. (1999). Marriage and the spiritual realm: The role of proximal and distal religious constructs in marital functioning. *Journal of Family Psychology*, 13, 321–338.
- Mahoney, A. M., Pargament, K. I., Tarakeshwar, N., & Swank, A. B. (2001). Religion in the home in the 1980's and 90's: Metaanalyses and conceptual analyses of links between religion, marriage, and parenting. *Journal of Family Psychology*, 15, 559–596.
- Maton, K. I. (1989). The stress-buffering role of spiritual support: Cross-sectional and prospective investigations. *Journal for the Scientific Study of Religion*, 28, 310–323.
- Mattlin, J. A., Wethington, E., & Kessler, R. C. (1990). Situational determinants of coping and coping effectiveness. *Journal of Health and Social Behaviors*, 31, 103–122.



- McCullough, M. E., Hoyt, W. T., Larson, D. B., Koenig, H. G., & Thoresen, C. E. (2000). Religious involvement and mortality: A meta-analytic review. *Health Psychology, 19*, 211–222.
- McIntosh, D. N., & Spilka, B. (1990). Religion and physical health: The role of personal faith and control. In M. L. Lynn & D. O. Moberg (Eds.), *Research in the social scientific study of religion* (Vol. 2, pp. 167–194). Greenwich, CT: JAI.
- Memorandum on a mass murder. (1990, April 9). *Newsweek*, p. 25.
- Moberg, D. (1987). Holy masquerade: Hypocrisy in religion. *Review of Religious Research, 29*, 3–24.
- Neighbors, H.W., Jackson, J. S., Bowman, P. J., & Gurin, G. (1983). Stress, coping, and black mental health: Preliminary findings from a national study. In R. Hess & J. Hermalin (Eds.), *Innovation in prevention* (pp. 5–29). New York: Haworth.
- Oxford English Dictionary* (2nd ed., Vol. 14). (1989). New York: Oxford.
- Oxman, T. E., Freeman, D. H., & Manheimer, E. D. (1995). Lack of social participation or religious strength and comfort as risk factors for death after cardiac surgery in the elderly. *Psychosomatic Medicine, 57*, 5–15.
- Pargament, K. I. (1997). *The psychology of religion and coping: Theory, research, practice*. New York: Guilford.
- Pargament, K. I. (1999). The psychology of religion *and* spirituality? Yes and no. *International Journal for the Psychology of Religion, 9*, 3–16.
- Pargament, K. I., Ellison, C. G., Tarakeshwar, N., & Wulff, K. M. (2001). Religious coping among the religious: The relationship between religious coping and well-being in a national sample of Presbyterian clergy, elders, and members. *Journal for the Scientific Study of Religion, 40*, 497–513.
- Pargament, K. I., Kennell, J., Hathaway, W., Grevengoed, N., Newman, J., & Jones, W. (1988). Religion and the problem-solving process: Three styles of coping. *Journal for the Scientific Study of Religion, 27*, 90–104.
- Pargament, K. I., Koenig, H. G., & Perez, L. M. (2000). The many methods of religious coping: Development and initial validation of the RCOPE. *Journal of Clinical Psychology, 56*, 519–543.
- Pargament, K. I., Koenig, H. G., Tasakeshwas, N., & Hahn, J. (2001). Religious struggle as a predictor of mortality among medically ill elderly patients: A two-year longitudinal study. *Archives of Internal Medicine, 161*, 1881–1885.
- Pargament, K. I., & Mahoney, A. (2002). Spirituality: Discovering and conserving the sacred. In C. R. Snyder & S. J. Lopez (Eds.), *The handbook of positive psychology* (pp. 646–659). New York: Oxford University Press.

- Pargament, K. I., Smith, B. W., Koenig, H. G., & Perez, L. (1998). Patterns of positive and negative religious coping with major life stressors. *Journal for the Scientific Study of Religion, 37*, 710–724.
- Pargament, K. I., Steele, R., & Tyler, F. B. (1979). Religious participation, religious motivation, and individual psychosocial competence. *Journal for the Scientific Study of Religion, 18*, 412–419.
- Pargament, K. I., Zinnbauer, B. J., Scott, A., Butter, E. M., Zerowin, J., & Stanik, P. (1998). Red flags and religious coping: Identifying some religious warning signs among people in crisis. *Journal of Clinical Psychology, 54*, 77–89.
- Park, C., Cohen, L. H., & 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.
- Pollner, M. (1989). Divine relations, social relations, and well-being. *Journal of Health and Social Behavior, 30*, 92–104.
- Poloma, M. M. (1991). A comparison of Christian science and mainline Christian healing ideologies and practices. *Review of Religious Research, 32*, 337–350.
- Reich, K. H. (1997). Integrating differing theories: The case of religious development. In B. Spilka & D. N. McIntosh (Eds.), *The psychology of religion: Theoretical approaches* (pp. 105–113). Boulder, CO: Westview.
- Richards, P. S., Rector, J. M., & Tjeltveit, A. C. (1999). Values, spirituality, and psychotherapy. In W. R. Miller (Ed.), *Integrating spirituality into treatment: Resources for practitioners* (pp. 133–160). Washington, DC: American Psychological Association.
- Richardson, J. T., Best, J., & Bromley, D. G. (Eds.). (1991). *The satanism scare*. New York: Aldine de Gruyter.
- Rizzuto, A. M. (1979). *The birth of the living God: A psychoanalytic study*. Chicago: University of Chicago Press.
- Rosenberg, M. (1962). The dissonant religious context and emotional disturbance. *American Journal of Sociology, 68*, 1–10.
- Ryan, R. M., Rigby, S., & King, K. (1993). Two types of religious internalization and their relations to religious orientations and mental health. *Journal of Personality and Social Psychology, 65*, 586–596.
- Sanua, V. D. (1969). Religion, mental health, and personality: A review of empirical studies. *American Journal of Psychiatry, 125*, 1203–1213.
- Schaefer, C. A., & Gorsuch, R. L. (1991). Psychosocial adjustment and religiousness: The multivariate belief-motivation theory of religiousness. *Journal for the Scientific Study of Religion, 30*, 448–461.

- Sethi, S., & Seligman, M. E. P. (1993). Optimism and fundamentalism. *Psychological Science, 4*, 256–259.
- Shafranske, E. P. (1996). Religious beliefs, affiliations, and practices of clinical psychologists. In E. P. Shafranske (Ed.), *Religion and the practice of clinical psychology* (pp. 149–164). Washington, DC: American Psychological Association.
- Skinner, B. F. (1953). *Science and human behavior*. New York: Macmillan.
- Smith, B. W., Pargament, K. I., Brant, C., & Oliver, J. M. (2000). Noah revisited: Religious coping by church members and the impact of the 1993 Midwest flood. *Journal of Community Psychology, 28*, 169–186.
- Spilka, B., Shaver, P. R., & Kirkpatrick, L. A. (1997). A general attribution theory for the psychology of religion. In B. Spilka & D. N. McIntosh (Eds.), *The psychology of religion: Theoretical approaches* (pp. 153–170). Boulder, CO: Westview.
- St. George, A., & McNamera, P. H. (1984). Religion, race, and psychological well-being. *Journal for the Scientific Study of Religion, 23*, 351–363.
- Strawbridge, W. J., Shema, S. J., Cohen, R. D., Roberts, R. E., & Kaplan, G. A. (1998). *Journal of Gerontology, 53B*, S118–S126.
- Thompson, M. P., & Vardaman, P. J. (1997). The role of religion in coping with the loss of a family member to homicide. *Journal for the Scientific Study of Religion, 36*, 44–51.
- Tillich, P. (1951). *Systematic theology* (Vol. 1). Chicago: University of Chicago Press.
- Tisdale, T. C., Key, T. L., Edwards, K. J., Brokaw, B. F., Kemperman, S. R., Cloud, H., et al. (1997). Impact of treatment on God image and personal adjustment, and correlations of God image to personal adjustment and object relations development. *Journal of Psychology and Theology, 25*, 227–239.
- Tix, A. P., & Frazier, P. A. (1998). The use of religious coping during stressful life events: Main effects, moderation, and mediation. *Journal of Consulting and Clinical Psychology, 66*, 411–422.
- Vitz, P. C. (1977). *Psychology as religion: The cult of self-worship*. Grand Rapids, MI: William B. Eerdmans.
- Wallin, P., & Clark, A. L. (1964). Religiosity, sexual gratification, and marital satisfaction in the middle years of marriage. *Social Forces, 42*, 303–309.
- Wulff, D. M. (1997). *Psychology of religion: Classic and contemporary* (2nd ed.). New York: Wiley.
- Zinnbauer, B. J., Pargament, K. I., & Scott, A. B. (1999). The emerging meanings of religiousness and spirituality: Problems and prospects. *Journal of Personality, 67*, 889–919.