

HAYATIN ANLAMI VE DİN

Habil ŞENTÜRK*
Selahattin YAKUT**

Öz

Düşünce tarihi, varlığın ve varoluşun gizemini çözme ve yaşamı daha anlamlı hale getirme konusunda entelektüel kaygı örnekleriyle doludur. Sorgulamak, epistemolojik bir aktivite ve insan olmanın getirdiği zihinsel ve varoluşsal bir faaliyettir. İnsan; sosyal, psikolojik, duygusal ve zihinsel yönüyle çok boyutlu bir varlık olmanın yanında; araştırma 'özne'si ve 'nesne'si olması bakımından da sınırsız bir potansiyele sahiptir. İnsanın bu farklı boyutlarını ayırtmak ve birbirlerinden bağımsız olarak değerlendirmek neredeyse imkansızdır. Çünkü her boyut bir diğerini etkilemekte, onu değiştirmekte, dönüştürmekte ve gelişim sürecine katkıda bulunmaktadır. Sorgulayan insan için insanın tüm bu boyutlarını etkileyen ve tatmin olacağı cevaplar bulması gereken en önemli varoluşsal problemlerinden birisi hiç şüphesiz "anlam" problemidir. İnsan, 'anlam problemi' ne tatmin edici cevaplar bulabildiği ölçüde mutlu olmakta; bu problemini tatmin olacağı şekilde cevaplandıramadığı düzeyde de stres, kaygı, depresyon, yalnızlık, yabancılaşma ve intihar gibi daha ileri boyutlarda psikolojik ve patolojik sıkıntılar yaşayabilmektedir. Din ise insanın 'varoluşsal anlam problemi'ne en tatmin edici cevabı verdiği ve insanların mutluluğunun ancak dinin değerleriyle sağlanacağı iddiasını her vesileyle yinelemektedir. İşte bu çalışma, insan açısından hayati öneme sahip olan "anlam" probleminin çözümüne farklı bakış açıları sunarak katkı sağlamayı amaçlamaktadır.

Anahtar Kelimeler: *Anlam, Yaşamın anlamı, Varoluş, Din.*

THE MEANING OF LIFE AND RELIGION

Abstract

History of thought includes many instances of intellectual concerns about solving the mystery of existence, the existence and making life more meaningful.

* Prof.Dr., Süleyman Demirel Üniversitesi, İlahiyat Fakültesi, Din Psikolojisi Anabilim Dalı, e-mail: habilsenturk@sdu.edu.tr

** Süleyman Demirel Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü Doktora Öğrencisi, e-mail:Selahattin_yakut@hotmail.com

To inquire is an epistemological, intellectual and existential activity that is a result of being a human. Human-being is a multi-dimensional existence in terms of social, psychological, emotional and mental aspects. In addition to that, he has an unlimited potential because of being both the subject and the object of the researches. It is almost impossible to separate and evaluate, independently, different dimensions of human. Because each dimension affects, changes and converts the other one, so it contributes to the development process. For a human questioning, one of the most important problems which affect all dimensions of human and human needs to find satisfying answers is, undoubtedly, the meaning problem. Human-being is happy when he finds satisfying answers to the meaning problem. But if he can not find satisfying answers, he suffers from extremely serious psychological and pathological problems; such as, stress, anxiety, depression, loneliness, alienation and suicide. At this point, religion gives the most satisfactory answer to the human's existential meaning problem and repeats the claim that the religious values provide human happiness. This work, by presenting different viewpoints, aims to make some contributions the solution of meaning problem which is vital for human.

Key Words: *Meaning, the meaning of life, existence, Religion.*

GİRİŞ

“*Hayatın anlamı en acil meseledir.*”¹

Camus

Günümüz insanı, iletişim ve haberleşme başta olmak üzere; medya, ulaşım, tıp, sanat, mimari gibi çok çeşitli alanlarda tarihinin belki de en hızlı değişim ve gelişimine tanık olmaktadır. Yaşam kalitesini yükseltmeye yönelik tüm bu değişim ve gelişmeler, çağdaş insanın; depresyon, kaygı, yalnızlık, umutsuzluk, karamsarlık, şiddet ve daha ileri boyutlarda psikolojik travmalarla çevre kuşatılmasını engelleyememiştir. İnsanlığın bu trajediye maruz kalmasının ve karşılıksız sevebilme yeteneğine bağlı daha mutlu ve daha huzurlu bir yaşamla arasındaki psiko-sosyal engelleri aşamamasının en önemli sebebi, çok yoğun olarak yaşadığı ve gerektiği şekilde karşılığını bulamadığı “varoluşsal anlam problemi”dir. “Asırlardır hayatı zenginleştirmeye ve dünyayı daha yaşanabilir kılmaya çalışan insanoğlu, modern konumu itibarıyla aslında beklemediği bir yaşantıya mahkûm olmuştur. Oysa insan, huzurlu bir hayat sürdürme adına bunca yaptıklarına karşılık daha mutlu olmalı, rahatlığı arttığı oranda huzuru da artmalıydı. Ancak umulan gerçekleşmedi.”²

Modern hayat, insanoğlunun geleceğine endişeli ve korku yüklü gözlemlerle bakmasına sebep olmuştur. Teknolojik imkânlar; güvensizlik,

¹ Huston Smith, “Dünya Dinlerinde Hayatın Anlamı”, Çev. G. Varım, Ed. J. Runzo, N. M. Martin, *Dünya Dinlerinde Hayatın Anlamı* içinde, Say Yay., İstanbul 2002, s. 379.

² Abdülkerim Bahadır, *İnsanın Anlam Arayışı ve Din*, İnsan Yay., İstanbul, 2011, s.13.

umutsuzluk, yetersizlik, doyumsuzluk gibi kişilik problemlerine yol açan duyguları beslemiştir.³

Günümüzde insanın en başta gelen amaçlarından biri hiç kuşkusuz, insanın kendinin ve yaptıklarının anlamını kavramaktır.⁴ Modernitenin sunduğu her türlü imkâna karşın insanların büyük bir çoğunluğu içlerini kaplayan anlamsızlık duygusundan kurtulamamaktadır.⁵ Anlam arayışı, insanların kendi hedef ve gayelerine veya bizzat anlamlı hedeflere yönelik olarak tuttıkları yolları birleştirir. Anlam arayışı aynı zamanda dinamiktir; keşfetme, koruma ve eğer gerekiyorsa önemli hedef ve değerleri yeniden oluşturma çabalarını içeren bir süreçtir.⁶

Anlam kavramıyla, her şeyden önce hayatın yaşamaya değer olup olmadığı; hayatın, mükemmel bir varlık olarak insanın onuruna yaraşır tarzda yaşanıp yaşanmadığı; insanın kendisinden bekleneni yerine getirip getirmediği ve yüce amaçlar doğrultusunda hareket edip etmediği soruları karşısında insanın yaşantısıyla verebileceği olumlu cevaplar kastedilmektedir. Bu bağlamda “anlam” insan varoluşunun özünü ifade eder.⁷ “Çünkü diğer sorulardan farklı olarak, varoluşsal karakter taşıyan bu arayış, değerini, soruyu soranın varlığıyla kazanır. İnsanın, bu sorulara tatminkâr bir cevap bulamadığı zaman, hayatta mutluluğu ve huzuru yakalaması mümkün görünmemektedir. Zira kişi kendi hayatına bir anlam katamadığı durumlarda yoksunluk duygusuna kapılır.”⁸ Yoksunluk duygusu, insanın sağlıklı gelişim sürecini olumsuz etkileyerek onun psiko-sosyal, zihinsel ve duygusal dünyasında yıkımlara yol açabilecek, dolayısıyla insanın mutsuzluğuna zemin hazırlayacak bir potansiyeli barındırır.

“Ruhsal yapının derinliklerinden kaynaklanan anlam ihtiyacı antropolojik veriler dikkate alındığı takdirde, etkisini ilk insanda olduğu kadar, günümüzün modern insanında da güçlü bir şekilde hissettirmeye devam etmektedir.”⁹ Beden nasıl ki ruha ihtiyaç duyarsa, ruh da varlığı anlamlandırmaya yönelik güçlü bir

³ Bahadır, *age*, s. 8.

⁴ Tage Lindbom, *Başaklar ve Ayrık Otları: Modernliğin Sahte Kutsalları*, Çev. Ömer Baldık, İnsan Yay., İstanbul 1997, s. 7.

⁵ Bahadır, *age*, s.13.

⁶ Kenneth I. Pargament, “Acı ve Tatlı: Dindarlığın Bedelleri ve Faydaları Üzerine Bir Değerlendirme”, Çev. A. U. Mehmedoğlu, *ÇÜ İlahiyat Fakültesi Dergisi*, C.5, S.1, 2005, s. 282.

⁷ Bahadır, *age*, s. 9.

⁸ Hülya Alper, *İmanın Psikolojik Yapısı*, Rağbet Yayınları, İstanbul, 2007, s. 189.

⁹ Bahadır, *age*, s. 7.

ihtiyaç hisseder. Bedenin canlılığı için ruhun önemi ve işlevi ne ise, ruhsal varoluşun canlılığı için “anlam”ın önemi ve işlevi de odur.¹⁰

İnsan sürekli bir anlam arayışı içindedir.¹¹ Çevresinde olup bitenlere anlam vermek için bu arayış bir lüks değil, ihtiyaçtır.¹² Hayatın anlamı nedir, sorusu genelde hayatın, özelde insan hayatının tümüyle tutarlı bir örüntüye uyup uymadığıyla ilgilidir. Anlam arayışı, tutarlılık arayışını ifade eder.¹³ İnsan bizzat öz çabasıyla anlamı keşfetmek zorundadır. Anlam bir iş veya bir şeye karşı duyulan sevgide ya da icra edilen bir iş ve meslekte; hatta acı ve dramatik tecrübelerin derinliklerinde saklı olabilir. Anlamı aramak, insanın en büyük sorumluluklarından biridir.¹⁴ Anlamlılık temel anlamda, kişinin yaşamının uyumlu, önemli, yönetilebilir olması ve bu hayatı sahiplenme duygusu olarak tanımlanabilir.¹⁵ Anlamın özellikle derin, önemli veya sıradanlıktan kurtulma duygusundan doğabileceğini de söyleyebiliriz. Ayrıca anlam, insan ömründe önemli bir iyi oluş olarak düşünülür.¹⁶ Bu sebeple, varlığı anlama ve hayata anlam verme çabası insana özgü bir nitelik olarak tanımlanabilir.¹⁷

Anlam arayışı, düşünce, tutum ve davranışları belirleyen en güçlü güdülerden biridir. İnsan, öteden beri kesin bilgiye ulaşma çabasında olmuştur. Bu amaçla, tarih boyunca kimi zaman felsefeye, kimi zaman sanata ve bazen de metafiziğe veya dine sarılmıştır. Anlamın bilgisine ulaşmayı ifade eden bu süreçte insanın temel hedefi, belirsizlikten kurtulup hayattaki konumunu tayin etmek ve varlığı anlamlandırma ihtiyacını gidermektir.¹⁸

Anlam arayışı, yaşamın doğal ve sağlıklı bir sonucudur; insanları yeni fırsatlar ve uğraşlar aramaya teşvik eden, bireylerin kendi tecrübelerini anlama ve

¹⁰ Erwin Reisner, *Krankheit And Gesundheit, Eine Theologisch-Philosophische Sinnhoudung*, Letner Verl. Berlin-Dalem, 1996, s. 22.

¹¹ Irvin Yalom, *Varoluşçu Psikoterapi*, (Çev., Z. İ. Babayiğit), Kabalıcı Yay., İstanbul, 2001, s. 663.

¹² Üstün Dökmen, *Yarına Kim Kalacak: Evrenle Uyumlaşma Sürecinde Varolmak, Gelişmek, Uzlaşmak*, Sistem Yayıncılık, İstanbul, 2002, s.145.

¹³ Yalom, *age*, s. 663.

¹⁴ Bahadır, *age*, s. 15.

¹⁵ T. Schnell, “The Sources of Meaning in Life Questionnaire (SoMe): Relations to Demographics and Well-Being”, *The Journal of Positive Psychology*, 4 (6), 2009, p. 483-499.

¹⁶ M. F. Steger, S. Oishi, T. B. Kashdan, “Meaning in Life Across the Life Span: Levels and Correlates of Meaning in Life From Emerging Adulthood to Older Adulthood”, *The Journal of Positive Psychology*, 4 (1), 2009, p. 43–52,

¹⁷ Nils G. Holm, *Din Psikolojisine Giriş*, Çev. A. Bahadır, İnsan Yay., İstanbul, 2007, s.12.

¹⁸ Şahabettin Yalçın, “Anlam Arayışı”, *Bilgi ve Hikmet*, X, İstanbul 1996, s.136.

düzenleme isteklerini körükleyen bir güçtür.¹⁹ Çevresindeki ağaçları kız kardeşleri gibi gören Amerika yerlilerinin günlerinden bugüne çok zaman geçti ve bu sürede insan, doğadan uzaklaşmakla kalmayıp, onu karşısına alarak kendisine dönüşü olmayan bir çıkmaz sokak yaratmış oldu. Doğadaki diğer varlıklardan farklılaştıkça içindeki varoluşsal boşluğu artan insan, bunun sonucu, ölüm, hayatın anlamı, özgürlük, soyutlanmışlık gibi varoluş sorunları içinde kaybolmuş hale geldi.²⁰

Sonuç olarak; insanın varoluşsal anlamda zihinsel dünyasında taşıdığı anlam ihtiyacı, onun tüm yaşamsal aktivitelerini etkilemektedir. Özellikle doğadan kopuk olarak yaşayan, doğayı kendisine bir tehdit olarak algılayan ve doğayı hoyratça tüketen günümüz insanında anlam arayışı daha belirgin olarak hissedilmektedir. İnsanın zihinsel, sosyal ve duygusal dünyasında mutlu ve huzurlu olabilmesi ancak hayata kattığı “anlam” ölçüsünde gerçekleştirebileceği bir husustur. Anlamsız olarak algıladığı bir dünyada insanın, sağlıklı bir yaşam süreci geçirmesi mümkün görünmemektedir.

1. HAYATIN ANLAMI OLGUSU

Psikoloji, felsefe, ilahiyat, pedagoji ve sosyoloji gibi pekçok farklı disipline konu olan “Hayatın anlamı” kavramı modern bilimde ilk olarak 20.yüzyılda W. Dilthey, E. Spranger, S. Freud ve A. Adler’in çalışmalarında, ardından V. Frankl ve A. N. Leontiev’in araştırmalarında görülmektedir.²¹ Bilindiği gibi insan tabiatının zengin ve karmaşık yapısında en önemli unsurlardan birisi onun düşünme ve sorgulama özelliğidir. Varoluşun tarihi bize ulaşabildiği kadarıyla insanın neden, nasıl, niçin, kim, nerede sorularıyla biteviye meşgul olduğunu göstermektedir. Aristoteles’in ünlü yapıtı Metafizik, “Bütün insanlar doğal olarak bilmek isterler” cümlesiyle başlar. Yine ona göre insanların duyularını kullanmaktan, örneğin görmekten, işitmekten vb. duydukları zevk bunun en açık kanıtıdır. Gerçekten de insanı insan yapan en önemli özelliklerinden biri herhalde onun kendisini çevreleyen dünyayı, içinde yaşadığı toplumu, geçmişi ve bütün yanları ile bizzat kendisini tanımak ve bilmek istemesidir.²²

¹⁹ M. F. Steger, T.B. Kashdan, B. A. Sullivan, D. Lorentz, “Understanding the Search for Meaning in Life: Personality, Cognitive Style and the Dynamic Between Seeking and Experiencing Meaning”, *Journal of Personality*, 76, 2008, p. 2.

²⁰ Irvin Yalom, *Din ve Psikiyatri*, (Çev. E. Ağanoğlu), Turkuvaz Kitap, İstanbul 2006, s.10.

²¹ D. A. Leontiev, Three Facets of Meaning. *Journal of Russian and East European Psychology*, 43, (6), 2005, p. 45-72,

²² Ahmet Arslan, *Felsefeye Giriş*, Vadi Yay., Ankara 2001, s.13.

İnsanlar her zaman kendilerini ve çevrelerini anlamak için güçlü bir istek duymuşlardır ve bu isteği bilişsel ve davranışsal yollarla ifade etmişlerdir.²³ Yaşamın anlamı ve bu anlamın felsefi açıdan sorgulanması insanlık tarihi kadar eskiye dayanır.²⁴ Yaşamın anlamı kavramı genel olarak, yaşam değerine ve amacına, önemli hedeflere veya maneviyata göndermede bulunur. Yaşamın anlamı, yaşamda amaç yönelimi ya da amaçlılık ve sağlıklı olmanın bir göstergesi olarak açıklanır.²⁵

İnsandaki temel güdü, yaşamını anlamlı kılma veya bir anlam bulma çabasıdır.²⁶ Yaşamın anlamı, farklı şekillerde kavramsallaştırılmış olmakla birlikte daha çok güç, yoğunluk ve insanların anlam, önem ve hayatlarının amaçlarını şekillendirme, onları güçlendirme çabaları ya da arzuları olarak tanımlanmaktadır.²⁷ Teorisyenler yaşamın anlamı kavramını farklı farklı tanımlasalar da her biri anlamın insan hayatındaki önemini vurgulamaktadır. Leontiev anlamın, bir birey tarafından bir olayın önceki inançları ve beklentileri ile mantıklı bir şekilde uyduğunu hissettiğinde var olabileceğini belirtmiştir.²⁸ Yaşamın anlamı dengeli, düşünceli ve varoluşun tezahürü olan ön yargısız tutumların çeşitli çıktılarının doğal sonucudur.²⁹ İnsanlar her zaman kendilerini ve çevrelerini anlamak için güçlü bir istek duymuşlardır ve bu isteği bilişsel ve davranışsal yollarla ifade etmişlerdir.³⁰

Frankl, yaşamın anlamı kavramını öznel boyutta ele alarak, herkes için geçerli evrensel bir yaşamın anlamının olamayacağını, her birey için yaşamın anlamının farklı olduğunu belirtir. Ona göre yaşamın anlamı, yaşam sorunlarına doğru çözümler bulmak ve her birey için kesintisiz olarak ortaya koyduğu görevleri yerine getirme sorumluluğunu üstlenmek anlamına gelir. Bu görevler nedeniyle, yaşamın anlamı insandan insana sürekli bir değişim içindedir.

²³ C. D. Ryff, B. Singer, "The Contours of Positive Human Health", *Psychological Inquiry*, 9, 1998, p. 1–28.

²⁴ A. Adler, *Yaşamın Anlam ve Amacı*, Alter Yay., Ankara, 2010

²⁵ C. D. Ryff, "Happiness is Everything or is It? Explorations on The Meaning of Psychological Well Being", *Journal of Personality and Social Psychology*, 57, 1989, p. 1069–1081.

²⁶ Victor E. Frankl, *İnsanın Anlam Arayışı*. (Çev. S. Budak) Okuyan Us Yay., İstanbul 2010, s. 113.

²⁷ M. F. Steger, T. B. Kashdan, B. A. Sullivan & D. Lorentz, "Understanding The Search For Meaning In Life: Personality, Cognitive Style, And The Dynamic Between Seeking And Experiencing Meaning", *Journal of Personality* 76 (2), 2008, p. 206-226.

²⁸ D. A. Leontiev, "Three Facets of Meaning", *Journal of Russian and East European Psychology*, 43 (6), 2005, p. 45-72.

²⁹ A. K. Dogra, S. Basu, S. Das, "Impact of Meaning in Life and Reasons for Living to Hope and Suicidal Ideation: A Study Among College Students", *SIS J. Proj. Psy. & Mental Health*, 18, 2011., p. 89-102.

³⁰ C. D. Ryff, B. Singer, "The Contours of Positive Human Health", *Psychological Inquiry*, 9, 1998, p. 1–28.

Dolayısıyla yaşamın anlamını genel terimlerle tanımlamak olanaksızdır. Yaşamın anlamına ilişkin sorular genel ifadelerle cevaplandırılmaz.³¹

Das'a göre hayatın anlamı, insanın yaşantısında bazı fonksiyonlara hizmet eder. Bunlardan birincisi, anlamlar, insanın yaşaması için birer sebep oluştururlar. Böylece eylemler anlam tarafından yönlendirilir. Bu da yaşanan olaylar için kontrol işlevini görür. Son olarak da anlamlar, öz-değerin oluşumunu sağlar. Böylece insanlar hayatlarında anlam buldukları zaman birçok duygusal problem çözülür ve yaşam değerli hale gelir.³² Baumeister yaşamın anlamını, amaç, değerler, etkililik (efficacy) ve öz-değer olmak üzere dört farklı anlam ihtiyacı olarak belirlemiş ve kişilerin yaşamlarındaki anlamı anlamının yolunun da bu dört ihtiyacı irdelemekle mümkün olduğunu ifade etmiştir.³³ Mc Gregor ve Little ise, yaşamın anlamını kişisel projelerle ilişkili olarak değerlendirmiştir. Kişisel projeler kişinin kendisine bakış açısının çekirdeğini yansıtmaktadır. Bu çekirdek de kişilik özellikleri, amaçlar, değerler ve becerilerinden oluşmaktadır. Bu araştırmacılara göre, bu kişisel projeler yaşamın anlamı deneyiminin göstergeleridir.³⁴ Park ve Folkman, yaşamın anlamını, global ve durumsal olarak iki şekilde ele almıştır. Global anlam, inançlar ve değerli amaçlardan oluşur. Global anlam, kişinin geçmiş, şimdi ve geleceğini etkiler. Ayrıca geleceğe yönelik beklentilere ve durumsal anlama etki etmektedir. Global anlam da iki boyutta incelenir. Birinci boyut, insanların pozitif ve negatif olaylara ilişkin beklentileri ile ilgilidir. İkinci boyut ise, yaşam amaçları ile ilgilidir.³⁵ Ayrıca Park ve Folkman global ve durumsal anlamın stresle ve baş etme ile ilişkisini içeren bir model öne sürmüştür.³⁶

Nihai anlamda yaşam, sorunlara doğru çözümler bulmak ve her birey için, kesintisiz olarak var olan görevlerini yerine getirme sorumluluğunu üstlenmek anlamına gelir. Bu sebeple yaşamın anlamı, insandan insana değiştiği gibi her insanda da zaman zaman değişir.

³¹ Frankl, *age*, s. 92.

³² A. K. Das, "Frankl And The Realm Of Meaning", *Journal of Humanistic Education & Development*, 36 (4), 1998, p. 199.

³³ G. T. Reker, & P.S. "Fry factor Structure And Invariance Of Personal Meaning Measures In Cohorts Of Younger And Older Adults", *Personality and Individual Differences*, 35, 2003, p. 977-993.

³⁴ I. Mcgregor & B. R. Little, "Personal Projects, Happiness, And Meaning: On Doing Well And Being Yourself", *Journal of Personality and Social Psychology*, 74 (2), 1998, p. 494-512.

³⁵ C. L. Park, M. R. Malone, D. P. Suresh, D. Bliss, R. I. Rosen, "Coping, Meaning in Life, and Quality of Life in Congestive Heart Failure Patients", *Quality of Life Research*, 17 (21), 2008, p. 26.

³⁶ C. L. Park, M. R. Malone, D. P. Suresh, D. Bliss, R. I. Rosen, "Coping, Meaning in Life, and Quality of Life in Congestive Heart Failure Patients", *Quality of Life Research*, 17 (21), 2008, p. 26.

Sonuç olarak çok boyutlu bir varlık olan insanın her bakımdan sağlıklı bir gelişim süreci yaşaması her şeyden önce hayatı yaşanılır olarak kabul etmesi ve hayata bir anlam vererek ona bir değer atfetmesi oranında gerçekleşecektir. Çünkü anlamsız olarak kabul ettiği bir yaşam, insanın kendini hayattan izole etmesi ve kendini değersiz olarak kabul etmesi sonucunu doğurur. Anlamlılık insan için varoluşsal bir ihtiyaçtır.

2. HAYATIN ANLAMI VE DİN

İnsan, hayatına anlam veren ve hayatı sürdürmenin ötesinde, hayatı yaşamaya değer kılan bir gaye arar.³⁷ Varoluşun tarihi bize ulaşabildiği kadarıyla insanın neden, nasıl, niçin, kim, nerede sorularıyla biteviye meşgul olduğunu göstermektedir. İnsan, ben kimim, nereden geldim, nereye gideceğim vb. şeklindeki değişmeyen sorularına cevaplar aramıştır. Gerçekten de insanı insan yapan en önemli özelliklerden biri, onun kendisini çevreleyen dünyayı, içinde yaşadığı toplumu, geçmişi ve bütün yönleriyle bizzat kendisini tanımak ve bilmek istemesidir.³⁸ Böyle bir ihtiyaç ile güdülenen birey, büyük ölçüde kendisini tatmin edecek birtakım açıklamaları arama, bulma ve bunları sınamayla meşguldür. Onun, bütün bu sorularla meşgul olmasını, “hayatı sorgulama” olarak nitelendirebiliriz. Çünkü o gerek fiziksel, gerek sosyal çevresinde olup bitenlere bir anlam vermek zorundadır. Bu anlam arayışında pek çok dünya görüşü, ulaşılacak istenen hedefler, mücadelesi verilen umutlar, harekete geçen arzular önemli birer unsur oluşturabilir. Bu noktada, insanın düşünen bir varlık olarak bu sorgulamasına, dinin de verdiği cevaplar vardır. Din zaten insanlara bir anlam, gaye ve amaç sunmak için vardır. O, insanın dünyayı bilme ihtiyacından çok, dünyaya ve onu idare eden ilkeye, Tanrıya, insan hayatının bir anlamı olduğuna inanma ihtiyacına karşılık verir.³⁹ İnsanlık tarihinde, varoluşun anlamı nedir sorusuna en doyurucu cevabın dinler tarafından verildiği açık bir gerçektir. Bu nedenle bireyin hayatında bir anlam bulabilmesinde dinî inancın rolü tartışılmaz.⁴⁰ Logoterapinin kurucusu psikiyatr Frankl, insanın hayatındaki en önemli şeyin anlam arayışı olduğunu vurgularken hayatta bir anlam bulabilme sürecinde manevi adanmışlığa güçlü bir vurgu yapmakta ve dinden de süper anlam olarak bahsetmektedir. O, bazı klinik çalışmalarından hareketle bireyin inandığı dinin hayatta bir anlam, bir amaç keşfetmesinde hayati öneme sahip

³⁷ Yılmaz Özakpınar, *İnsan İnanan Bir Varlık*, Ötüken Neşriyat, İstanbul 1999, s. 41.

³⁸ Saffet Kartopu, *Dini Yaşayışta Hayatı Sorgulama*, ÇÜ Sosyal Bilimler Enstitüsü, (Yayınlanmamış Y. L. Tezi), Adana 2006, s. iii.

³⁹ Kartopu, *age*, s. iii.

⁴⁰ Ferdi Kırış, “Üniversite Öğrencilerinde Dindarlık Eğilimi ve Anlam Duygusu”, *Mukaddime*, S.7, 2013, s.165.

olduğunu belirtmektedir.⁴¹ Soderstrom ve Wright, dinsel inançlarla yüksek anlam duygusu arasında anlamlı bir ilişki olduğunu belirtmiştir.⁴²

İnsanların hayatın çeşitli alanlarına ilişkin tutum ve tercihlerini belirlemelerinde etkili olan temel değerlerden biri dindir.⁴³ Psikolojik bir motif olarak din aynı zamanda insanın anlam dünyasını şekillendiren ve ona bir dünya görüşü kazandıran bir değerler alanıdır.⁴⁴ Dolayısıyla yaşama ve varoluşa bir anlam verme sürecinde insanlığın en çok istifade ettiği kurum din kurumudur denilebilir. Çünkü dinler insanın en temel kaygılarından biri olan hayatın anlamı, benim hayatımın anlamı nedir sorusuna en kapsamlı cevapları vermektedir. Bu nedenle dinler, insanlık tarihinin her aşamasında, neredeyse bütün toplumlarda varlıklarını göstermiş; insanların davranışlarını, hayata bakış açılarını ve toplumsal yaşantılarını derinden etkilemişlerdir.⁴⁵

Din, insanı mutlu kılabilmek için yine insanın kendisine görev ve sorumluluklar yükler. İnsana yüklediği bu sorumluluklar; insanın yaratılış amacını gerçekleştirmesine, onun yaratıcısıyla, kendisiyle ve toplumla barışık olarak yaşamasına, doğuştan getirdiği yeteneklerini geliştirmesine, aklını ve özgür iradesini kullanarak iyi bir insan olmasına, yararlı işler yapmasına katkıda bulunur. Bu anlamda din, insanın psikososyal yönünü şekillendiren en önemli olgudur. Din, kazandırmış olduğu bakış açısıyla bireyi modern dünyanın en önemli problemleri olan anlamsızlık, yalnızlık, yabancılaşma, depresyon ve kaygı karşısında daha güçlü ve dayanıklı hale getirecek olan yegâne unsurdur.

Din, insanın düşünce, duygu, irade, vicdan ve davranış gibi bütün yetenek ve eğilimlerine hitap eder. Bu açıdan din insana, hayatın anlamı (varoluş gayesi) ve bütünlüğü, güvenlik, kişisel yetersizlik ve sıkıntıları hafifletme, sosyal mahrumiyetten kurtuluş, ahlaki değerlerin kazanımı, ölüm korkusundan sıyrılma, kendinden daha yüce saydığı bir gücün yardımına sığınma, dünyada gerçekleştiremediği istek ve arzularını ahirette tatmin edebilme konularında psikolojik anlamda bir yardım ve destek sağlar.⁴⁶ “Din, insan davranışlarına yön, yaşama anlam veren kutsal veya doğüstü bir (veya birden çok) güç ve yaratıcı

⁴¹ Frankl, *age*, s. 92.

⁴² D. Soderstrom, E. Wright, “Religion orientation and meaning in life”, *Journal of Clinical Psychology*, 33, 1977, p. 65-68.

⁴³ Hüseyin Certel, “Din İstismanı Üzerine”, *SDÜ İlahiyat Fak. Dergisi*, C.22, S.1, Isparta 2011

⁴⁴ Hâbil Şentürk, *İslami Hayatın Psikolojik Temelleri*, İz Yay., 2. Baskı, İstanbul 2013, s.22-26; Latif Tokat, “Metafizik Belirsizlik ve Anlam Sorunu Açısından Din ve Felsefe”, *Din Bilimleri Araştırma Dergisi*, C.13, S.1, 2013, s. 9.

⁴⁵ Ferdi Kırış, “Üniversite Öğrencilerinde Dindarlık Eğilimi ve Anlam Duygusu”, *Mukaddime*, S.7, 2013, s.169.

⁴⁶ Hüseyin Peker, *Din Psikolojisi*, Sönmez Yay., Samsun, 1993, s. 80-120.

kavramına dayanan bir inançlar, semboller ve törenler sistemidir.”⁴⁷ Din, insanın kutsalla ilişkilerine dayanan içsel bir yaşayış olmanın yanında o, bir anlam ve anlamlandırma sistemidir.⁴⁸ Anlam arayışı, insanın en hayati meselesidir ve din de bu arayışa cevap olarak vardır. Bununla birlikte yanlış din yorumları ve doğru olmayan Tanrı tasavvurları tam tersi bir sonuçla anlamsızlığa yol açabilir. Özgürlüğün olmadığı yerde anlamlılıktan bahsedilemez. Tanrı'nın güç ve kudreti adına insanın özgürlüğünün ihmal edilmesi dine ve Tanrı fikrine karşı ciddi reaksiyonlara neden olabilecektir.⁴⁹ Din, tüm varoluşu ele alıp yorumlayan; varoluşun bilinmeyen pek çok yönünü, sunduğu tatminkâr cevaplarla açıklığa kavuşturup anlamlandıran eşsiz bir sistemdir. Din, hiçbir öğretinin cevaplayamayacağı varoluşsal sorulara verdiği cevaplarla, insan için vazgeçilmez bir öneme; bütün yönleri ile zihinsel, ruhsal ve toplumsal sağlığı temin edecek ve koruyacak mükemmel bir muhtevaya sahiptir.⁵⁰

Metafizik belirsizlik ve anlam arayışı birbiriyle iç içe olan iki sorundur.⁵¹ İnsan nedir ve niçin vardır sorusuna verdiğimiz cevap anlam dünyamızı oluşturmaktadır.⁵² Dinde, bir yandan insanın ruhsal halleri psikolojiyle açıklanamayacak şekilde tasvir edilmekte, bir yandan da ona kurtuluş önerileri sunulmaktadır. “Ben kimim, neyim, nereden geldim, nereye gidiyorum?” gibi sorular dinin cevapladığı sorulardır.⁵³ Teolojik açıdan bakıldığında metafizik belirsizlik meselesi olan her konu, aslında iman edilerek kabul edilen vahiy bilgisiyle bertaraf edilmektedir. Hem kökene dair belirsizlikler, hem de geleceğe dair belirsizlikler vahiy sayesinde çözüme kavuşmaktadır. İman etmek, bu bağlamda bakıldığında bütün belirsizlikleri ortadan kaldırmak anlamına gelmekte ve hayatı anlamlı kılmaktadır.⁵⁴

Yalom, bireyin anlam, amaç, değerler ve idealler olmaksızın yaşamasının önemli ölçüde stres ve kaygı yarattığını belirtmiştir.⁵⁵ “Kutsal” kabul edilen yüce bir varlığa bağlanma⁵⁶ şeklinde kavramsallaştırabileceğimiz din, âlemin ve özelde insan varoluşunun belli bir takım gayeler için var olduğunu söylemektedir. Gayelilik, anlamlılığın şartlarından birisidir ama tek başına yeterli değildir. Özgürlük, gayelilik ve biriciklik anlamlılığın oluşturucu öğeleri olarak sayılabilir.

⁴⁷ Selçuk Budak, Psikoloji Sözlüğü, Bilim ve Sanat Yay., Ankara, 2008, s. 214.

⁴⁸ Robert A. Emmons-Raymond F. Paloutzian, “Din Psikolojisi”, çev. A. Ayten, *MÜİF Dergisi*, C. 21, 2001/2, İstanbul, 2005, s. 112.

⁴⁹ Tokat, *age*, s. 22.

⁵⁰ Bahadır, *age*, s. 15.

⁵¹ Tokat, *age*, s. 7.

⁵² Tokat, *age*, s. 9.

⁵³ Tokat, *age*, s. 20.

⁵⁴ Tokat, *age*, s. 13-14.

⁵⁵ Yalom, *Varoluşçu Psikoterapi*, Çev: Z. İ. Babayiğit, Kabalcı Yay., İstanbul, 1999.

⁵⁶ Mustafa Arslan, “Kültürel Bağlamda Din”, *Din Bilimleri Akademik Araştırma Dergisi* C.IV, S.1, 2004, s.195

Başka bir deyişle insanın, zorunlu ihtiyaçlarını karşıladıktan sonra kalan zamanda, ahlaki, dini ve sanatsal alanlarda yaptıkları, ürettikleri, düşündükleri ve inandıkları onun anlam dünyasını oluşturmaktadır.⁵⁷ Öyleyse dinin sağlıklı bir kişilik oluşumundaki en önemli katkısı, ortaya koyduğu değerler ve açıklamalar yoluyla insan hayatına kazandırdığı anlamdır, denebilir.⁵⁸

Sonuç olarak, insan kendi istemi dışında geldiği bu dünyada, yaşamı anlamlı kılmaya ya da anlamsızlıkla yüzleşerek psikososyal yıkımlar yaşamaya problemiyle karşı karşıyadır. İnsan mutluluğa giden yolda anlamsızlık girdabından kurtulmak için hayata anlam atfedeceği gayeler arar. Bu gayeler, insanı yaşama bağlamanın yanında kendini değerli hissettiren ve insanın tüm potansiyellerini etkinleştiren bir yapı arz eder. İşte insana gaye vermesi, ona değerli olduğunu hissettirmesi ve insanın varoluşsal arayışlarına tatmin edici cevaplar vererek insana psikososyal destek sağlaması bakımından dinin önemi tartışılmaz bir gerçekliktir. Bu sebeple dinin dışlanarak varoluşsal problemlere sağlıklı çözümler geliştirmek mümkün görünmemektedir.

3. HAYATIN ANLAMINI VE İSLÂM

Yukarıda insanın var oluşsal gereksinimlerinin bir yansıması olarak, içinde bulunduğu evrene, yaşadığı hayata ve olaylara bir “anlam” yüklemeye eğiliminde olduğu üzerinde durulmuştur. Bu bağlamda anlam atfedilmeyen bir hayatta insanın sağlıklı bir gelişim süreci içinde bulunması; mutlu ve huzurlu bir yaşam sürdürmesi neredeyse imkânsızdır. İnsan, çevresine ve olaylara “anlam” yüklemeye konusunda duygusal, zihinsel, psikolojik ve düşünsel dünyasına hitap edecek, bütün benliğini kucaklayacak ve yaşadığı psikososyal sıkıntılara karşı sığınabileceği güvenli bir liman olabilecek anlamlandırma kaynakları arar. Bu kaynakları besleyen çeşitli din ve düşünce sistemleri, ideolojiler, bazı mistik öğeler olabilir. Fakat bir Müslüman’a göre insanın çeşitli boyutlarda yaşadığı birtakım problemlerine, özellikle varoluşsal problem dalgalarına karşı sığınabileceği güvenli bir liman, İslam’ın sunduğu Yaratıcı merkezli anlam örgüsüdür.

İslam’ın hayata bakışını, ona verdiği anlamı Şentürk’ün şu ifadelerinde çok kısa ve öz olarak görebiliriz: “İslâmî inançlar sisteminin temeli sayılan “*İman Esasları*”, Müslüman şahsiyetinin de temel taşları mesabesindedir. Çünkü bu inançlar onun duygu, düşünce, bilgi ve kanaatlerini; bunların bütünü itibarıyla de hayat felsefesini, dünyaya bakışını veya paradigmasını oluştururlar. Bu inanç örgüsünün en önemli unsuru ise Allah inancıdır. Zira Allah, yeri, göğü ve bütün varlıklar âlemini yaratan, yoktan var eden, her şeyin sahibi, kâinatın yegâne hâkimi olan mutlak varlıktır. Diğer bütün inanç esasları Allah inancına bağlı ve dayalı olduğundan, bu

⁵⁷ Tokat, *age*, s. 14.

⁵⁸ Bahadır, *age*, s. 79-111

inanç olmadan, diğer inançların hiçbir anlamı yoktur. Bir Müslüman için varlığının ve yaratılışının esas amacı Allah'ı tanımak ve O'na gerektiği gibi kul olmak, hayatını Allah'a adanarak yaşamaktır. Böylece o, hayatını bütünüyle bir ibadet haline getirebilir. Ona göre hayat, Allah inancıyla anlam kazanır, Allah inancı yoksa hayatın anlamı da yoktur. Zira müminin gerek iç dünyasındaki uyumu ve bütünlüğü, gerekse iç âlemin dışı yansıması olan davranışlarındaki tutarlılığı, büyük çapta bu inanca bağlıdır.

Başta Allah inancı olmak üzere İslam'ın bütün inanç esasları, Müslüman kişiliğinin alt yapısını oluşturur. Bu sebeple mümin kişi, dünyaya ve olaylara bu çerçeveden bakarak hayat yolunu çizer, hedeflerini belirleyip programlarını yapar ve uygular.”⁵⁹

İslam, huzur ve mutluluk kavramlarını ön plana çıkaran yaklaşımıyla; insanın sosyal, zihinsel, duygusal ve psikolojik dünyasına bilişsel ve motivasyonel etkileriyle onu “madde” ve “mana” boyutunda dengeli bir örutü içerisinde konumlandıran bir dindir. İnsanlardaki hayatın yaşamaya değer olup olmadığı, ölüm ve sonrasıyla ilgili varoluşsal sorulara ve problemlere kayıtsız kalmayan İslam, bu sorgulamaları makul görerek insanların psikolojik yapılarına uygun bir modelde cevaplar bulabilmeleri konusunda onlara rehberlik etmekte ve onları cesaretlendirmektedir. Çünkü İslam'a göre varoluşsal problemlere dayatmacı şekilde sunulan cevaplardan ziyade, İslam'ın sunduğu bakış açısıyla insanın bizzat kendisinin bulduğu cevaplar daha önemlidir. İslam bu konuda insanlara yol göstermektedir. İsmindeki barış ve esenlik kavramına vurgu yapan anlamıyla İslam'ın öngördüğu hayat tarzı ve ona atfettiği anlam ile insanlar için en büyük huzur kaynağıdır.

İslam'a göre hayat, Allah'ın varlıklara olan sevgisinin bir tezahürü olması ve O'ndan esintiler taşıması hasebiyle değerlidir. İslam, insanlara yüksek amaçlar sunmak suretiyle onun potansiyellerini harekete geçirmekte ve böylece hayatı anlamlı kılmak konusunda yine insana sorumluluklar yüklemektedir. İslam'ın insanlara sunduğu en yüksek amaç ise, şüphesiz varlığı yaratmasıyla sevgisini gösteren Yaratıcının varlıklar üzerindeki bu sevgisinin sürekliliğini sağlamaktır. Dolayısıyla Allah'ın sevgisini kazanma motivisi, İslam'ın hayata atfettiği en büyük anlam kaynağıdır. İnsanların anlam konusunda yaşamaları muhtemel içsel boşluk, ancak Yaratıcının anlam kaynağı olarak gösterdiği ilahi kaynaktan beslenmekle doldurulabilecektir.

İslam, Yaratıcının eseri olması yönünden kutsal evren algısıyla, O'na yolculuğu sembolize eden dinî ritüelleriyle, geçici olarak sunulan dünya hayatını iyi değerlendirerek ebedî olan ahiret hayatının kazanılmasının önemine vurgu

⁵⁹ Şentürk, *age*, s. 21-22

yapan telkinleriyle⁶⁰, insanın “anlam bilinci”ni sürekli canlı tutmakta ve statik değil aktif ve nitelikli bir bilinç modeli öngörmektedir. İslam’ın Allah inancı başta olmak üzere iman esaslarında; ölüm ve ölüm sonrası ile ilgili öngörülerinde; namaz, oruç, hac, zekât, kurban, dua, sadaka gibi ibadetlerinde; doğruluk, dürüstlük, yardımseverlik, hoşgörü, şefkat, merhamet, cömertlik gibi telkin ettiği erdemli davranışlarda onun hayata anlam yükleyen yaklaşımını görmek mümkündür. Çünkü İslam’ın inanç, ibadet ve ahlak öngörülerini kapsayan tüm bu ritüeller, insanın kendisiyle barışık olmasını, çevresiyle uyumlu olmasını ve Yaratıcısıyla iletişimini sağlayan unsurlar olması yanında insanın iç dünyasında bulunan tüm duygu, düşünce ve psikolojik yapısını etkileyecek bir anlam şeması sunmaktadır. İslam’a göre, Yaratıcının öngördüğü ve insanlara tavsiye ettiği şuur düzeyinin dışına çıkılması, hayatı anlamsız kılarak insanoğlunun pek çok psikososyal problemlerle yüzleşmesine zemin hazırlamaktadır. Dolayısıyla insanoğlunun sağlıklı bir gelişim süreci yaşaması, huzur ve mutluluğu hayatına taşıyabilmesi, psikososyal sıkıntılar yaşama riskini en aza indirmesi ancak Yaratıcının insan bilincine kodladığı anlamlandırma şemasıyla mümkün olacaktır. Bu şemanın dışına çıkılarak yapılan anlamlandırmanın insanı psikolojik, zihinsel ve duygusal anlamda teskin etmesi mümkün görünmemektedir.⁶¹

SONUÇ

İnsanoğlu her zaman üzerinde yaşadığı dünyayı, çevresini kuşatan evreni ve hayatı anlamlandırma çabası içerisinde olmuştur. Varlığı anlama ve hayatı anlamlandırma çabası insanoğlunun yeryüzündeki serüvenini şekillendiren en temel etkenlerden biridir. “Anlam” bu hayatın yaşanmaya değer olduğunun düşünsel bir ifadesidir. İnsanın psikososyal gereksinimi olan “anlam”ı karşılayamaması, onda kalıcı ve yıkıcı pek çok problemle yüzleşme riski barındırmaktadır. Yaşama anlam vermenin bireyin hayatında pozitif yönde yaptığı değişimler, anlamsızlığın ise bireyde yarattığı olumsuz duygu ve davranışlar dikkate alındığında “anlam” kavramının insan açısından önemi daha açık şekilde görülecektir. İşte din, insanın ben kimim, niçin varım, hayat yaşamaya değer mi, ölüm nedir ve ölüm sonrasında ne olacak gibi pek çok varoluşsal sorularına, anlam arayışına tatmin edici cevaplar vererek, insanı anlamsızlık çıkmazından kurtarmaktadır. Dinin insana sunduğu gaye ve bu gayeye ulaşma konusunda yaşama atfettiği anlam; yaşamı insanın, kendisiyle, Yaratıcısıyla ve diğer canlılarla iletişimde merkezi bir yerde konumlandırması, insanın içsel huzurunun temininde ve yaşam sürecini sağlıklı bir şekilde tamamlaması açısından fevkalade önem arz etmektedir. Dolayısıyla dinin dışlandığı ve ötelendiği bir yaşamda, anlamsızlık problemi insan açısından her zaman büyük bir risk olarak kendini hissettirecektir.

⁶⁰ Bkz. Câsiye, 45/5; Muhammed, 47/6; Hadîd, 57/20; Lokman, 31/33; Fâtır, 35/5.

⁶¹ Geniş bilgi için bkz. Habil Şentürk, *İslami Hayatın Psikolojik Temelleri*, İz Yay., 2. Baskı, İstanbul 2013

KAYNAKÇA

- ADLER**, A., *Yaşamın Anlamı ve Amacı*, Alter Yayıncılık, Ankara, 2010.
- ALPER**, Hülya, *İmanın Psikolojik Yapısı*, Rağbet Yayınları, İstanbul, 2007.
- ARSLAN**, Ahmet, *Felsefeye Giriş*, Vadi Yayınları, Ankara, 2001.
- ARSLAN**, Mustafa, “Kültürel Bağlamda Din”, *Din Bilimleri Akademik Araştırma Dergisi*, C.IV, S.1, ss.189-205, 2004.
- BAHADIR** Abdülkerim, *İnsanın Anlam Arayışı ve Din*, İnsan Yay., İstanbul, 2011.
- BUDAK**, Selçuk, *Psikoloji Sözlüğü*, Bilim ve Sanat Yay., Ankara, 2008.
- CERTEL**, Hüseyin, “*Din İstismarı Üzerine*”, SDÜ İlahiyat Fak. Dergisi, C.22 S.1, Isparta, 2011/b.
- DAS**, A. K.. “Frankl And The Realm Of Meaning”, *Journal of Humanistic Education & Development*. 36 (4), 1998.
- DOGRA**, A. K., Basu, S., Das, S. “Impact of Meaning in Life and Reasons for Living to Hope and Suicidal Ideation: A Study among College Students”, *SIS J. Proj. Psy. & Ment Health*, 18, 2011.
- DÖKMEN**, Üstün, *Yarına Kim Kalacak, Evrenle Uyumlaşma Sürecinde Varolmak, Gelişmek, Uzlaşmak*, Sistem Yayıncılık. İstanbul, 2002.
- EMMONS**, Robert, A. Raymond, F. Paloutzian, “*Din Psikolojisi*”, Çev. A. Ayten, *MÜİF Dergisi*, C. 21, 2001/2, İstanbul, 2005.
- FRANKL**, V., *İnsanın Anlam Arayışı: Logoterapiye Giriş*. Çev. Selçuk Budak, Öteki Yay., Ankara, 2000.
- _____, *İnsanın Anlam Arayışı*, Çev. Selçuk Budak, Okuyan Us Yay., İstanbul, 2010.
- HOLM**, Nils G., *Din Psikolojisine Giriş*, (Çev. Abdulkerim Bahadır). İnsan Yayınları, İstanbul, 2007.
- KARTOPU**, Saffet , *Dini Yaşayışta Hayatı Sorgulama*, ÇÜ Sosyal Bilimler Enstitüsü, (Yayınlanmamış Y. Lisans Tezi), Adana, 2006.
- KIRIÇ**, Ferdi, *Üniversite Öğrencilerinde Dindarlık Eğilimi ve Anlam Duygusu*, Mukaddime, S.7, 2013.
- LEONTİEV**, D.A., “Three Facets of Meaning”, *Journal of Russian and East European Psychology*, 43 (6), 2005.
- LİNDBOM**, Tage, *Başaklar ve Ayrık Otları (Modernliğin Sahte Kutsalları)*, Çev. Ömer Baldık, İnsan Yay., İstanbul, 1997.
- MCGREGOR** I., & Little B. R., “Personal Projects, Happiness, And Meaning: On Doing Well And Being Yourself”, *Journal of Personality and Social Psychology*, 74 (2), 1998.
- ÖZAKPINAR**, Ö., *İnsan İnanan Bir Varlık*, Ötüken Neşr., İstanbul, 1999.

PARGAMENT Kenneth I., *Acı ve Tatlı:Dindarlığın Bedelleri ve Faydaları Üzerine Bir Değerlendirme*, Çev. Ali Ulvi Mehmedoğlu, *ÇÜ İlahiyat Fakültesi Dergisi*, C.5, S.1, Ocak-Haziran 2005.

PARK, C. L., Malone, M. R., Suresh, D. P., Bliss, D., Rosen, R.I., Coping, Meaning in Life, and Quality of Life in Congestive Heart Failure Patients, *Quality of Life Research*, 17 (21), 2008.

PEKER, Hüseyin, *Din psikolojisi*, Sönmez Yay., Samsun, 1993.

REISNER, Erwin, *Krankheit And Gesundheit, Eine Theologisch-Philosophische Sinnadutung*, Letner Verl, Berlin-Dalem, 1996.

REKER, G. T., Fry, P.S., “Factor Structure And Invariance Of Personal Meaning Measures In Cohorts Of Younger And Older Adults”, *Personality and Individual Differences*, 35,2003.

RYFF, C. D., “Happiness is Everything or is It? Explorations on The Meaning of Psychological Well Being”, *Journal of Personality and Social Psychology*, 57, 1989.

_____, Singer, B., “The Contours Of Positive Human Health”, *Psychological Inquiry*, 9, 1998.

SCHNELL, T., “The Sources of Meaning in Life Questionnaire (SoMe): Relations to Demographics and Well-Being”, *The Journal of Positive Psychology*, 4 (6),2009.

SMITH, H., *Dünya Dinlerinde Hayatın Anlamı*, (Çev. G. Varım), J Runzo; N. M. Martin (Ed.), *Dünya Dinlerinde Hayatın Anlamı* içinde, Say Yayınları, İstanbul, 2002.

SODERSTROM, D. & Wright, E. “Religion Orientation And Meaning In Life”, *Journal of Clinical Psychology*, 33, 1977.

STEGER, M.F., Kashdan, T.B., Sullivan, B. A., Lorentz, D., “Understanding the Search for Meaning in Life: Personality, Cognitive Style, and the Dynamic Between Seeking and Experiencing Meaning”, *Journal of Personality*, 76, 2, 2008.

_____, Oishi, S., Kashdan, T., B. “Meaning in Life Across the Life Span: Levels and Correlates of Meaning in Life From Emerging Adulthood to Older Adulthood”, *The Journal of Positive Psychology*, 4 (1), 2009.

ŞENTÜRK, Habil, *İslami Hayatın Psikolojik Temelleri*, İz Yay., 2. Baskı, İstanbul, 2013,

TOKAT, Latif, “Metafizik Belirsizlik ve Anlam Sorunu Açısından Din ve Felsefe”, *Din Bilimleri Araştırma Dergisi*, C.13, S.1, 2013.

YALÇIN, Şehabettin, “Anlam Arayışı”, *Bilgi ve Hikmet*, X, İstanbul,1996.

YALOM, Irvin, *Varoluşçu Psikoterapi*, Çev: Z. İ. Babayiğit, Kabalıcı Yay., İstanbul, 1999.

_____, *Varoluşçu Psikoterapi*, Çev., Z. İ. Babayiğit, Kabalıcı Yay., İstanbul, 2001.

Habil ŐENTÖRK

_____, *Din ve Psikiyatri*, Çev. E. Ağanoğlu, Turkuvaz Kitap, İstanbul, 2006.