



ACININ DÖNÜŞTÜRÜCÜ GÜCÜ VE DİNDARLIK İLİŞKİSİ

Fatih KANDEMİR*⁺

¹Dr. Öğr. Üyesi, Erzincan Binali Yıldırım Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Felsefe ve Din Bilimleri Bölümü

*ffatihkandemir@gmail.com

⁺ORCID: 0000-0002-4988-2716

Öz- Araştırmanın amacı, acının dönüştürücü gücü ve dindarlık arasındaki ilişkileri tespit etmektir. Betimsel tarama modelinin kullanıldığı bu çalışmanın örneklem grubu 434'ü kadın, 198'i ise erkek olmak üzere toplam 632 kişiden oluşmaktadır. Çalışmada veri toplama araçları olarak "Kişisel Bilgi Formu", "Ok-Dini Tutum Ölçeği" ve "Acının Dönüştürücü Gücü Ölçeği" kullanılmıştır. Veri setinin istatistiksel analizleri için Pearson Momentler Çarpımı Korelasyonu, t-testi, Basit Doğrusal Regresyon ve Çoklu Doğrusal Regresyon Analizleri kullanılmıştır. Analiz sonuçlarına göre "dindarlık ile acının dönüştürücü gücü arasında istatistiksel olarak pozitif yönde anlamlı ilişkiler olduğu"; "dindarlık değişkeninin acının dönüştürücü gücünü yordadığı" tespit edilmiştir.

Anahtar Kelimeler- Din Psikolojisi, Din, Dindarlık, Acı Yönetimi, Acının Dönüştürücü Gücü.

THE RELATIONSHIP BETWEEN THE TRANSFORMATIVE POWER OF PAIN AND RELIGIOSITY

Abstract – The aim of the research is to determine the relationships between the transformative power of pain and piety. The sample group of this study, in which the descriptive screening model was used, consists of 632 people, 434 of which are women and 198 of which are men. "Personal Information Form", "Ok-Religious Attitude Scale" and "Transformational Power of Pain Scale" were used as data collection tools in the study. Pearson Moments Product Correlation, t-test, Simple Linear Regression and Multiple Linear Regression Analysis were used for statistical analysis of the data set. According to the results of the analysis, "there is a statistically significant positive relationship between religiosity and the transformative power of pain"; "It was determined that the religiosity variable predicted the transformative power of pain".

Keywords – Religious Psychology, Religion, Religiosity, Pain Management, Transformative Power of Pain.

GİRİŞ

İnsanoğlunun yeryüzündeki serüveni acı ile başlar. Bu nedenle insanlık tarihi acının da tarihidir (Kandemir, 2020a: 13). Zira insanlığın atası olarak kabul edilen Hz. Adem ve Havva'nın Cennet'teki seçme özgürlüğü (Fromm, 2011: 42) insanı acı ve ıstırapla yoğrulmuş bir hayatın kucacağına atmıştır. Böylece ölüm gibi acı da insanoğlunun ortak yazgısı olmuştur (Kandemir, 2020a: 13). Bu nedenledir ki hiçbir insanın acıdan kaçması mümkün değildir. Kashdan bu gerçeği “*Biz her ne yaparsak yapalım acı ve ıstırap kaçınılmaz olarak hayatımızın içine sızmayı başarır*” (Doğanay, 2019: 138) şeklinde ifade etmiştir. İnsanın acıyla imtihanı da bu noktada başlar. Zira hayatın içine sızan acı, insanın onu yorumlama biçimine göre bir anlam kazanarak onun hayata karşı yönelimini belirler. Şöyle ki bir insan, acı çekmenin değişmez kaderi olduğunu düşündüğünde, çektiği acıyı benimseyerek onu bir görev gibi kabul etmek zorunda kalır. Başka bir ifadeyle insanın kendi kaderini ve bu kaderin içerdiği acıyı kabul ediş tarzı ve kendi davasını seçiş yolu, ona en ağır koşullarda bile yaşama daha derin bir anlam katma imkânı verir. Bu nedenledir ki insanın tutumuna göre yaşam, yiğitçe, onurlu ve özgecil olabilir (Frankl, 2012: 82, 93). Bu noktada tercih tamamen kişiye aittir. Frankl “İnsanın çıplak varoluşunu kimse elinden alamaz. Bu noktada var olma veya olmama tercihi tamamen ona aittir” diyerek bu duruma dikkat çekmiştir. Ona göre hiçbir güç insanın seçme özgürlüğünü, yani özgürlüklerinin sonuncusu olan kendi tutumunu belirleme ve kendi yolunu seçme iradesini mutlak anlamda elinden alamaz. Bu nedenledir ki hiçbir koşul mutlak anlamda onu bağlamadığı gibi nihaî noktada koşullar karşısında yenilgiye uğrayacağına veya zafere ulaşacağına yönelik çabaya da bizzat insanın kendisi karar verir (Bahadır, 2011: 61).

Esasen insanın hayattan öğreneceği pek çok şey vardır. Zira insana acı veren yaşam, aynı zamanda onun için bir ders anlamına da gelir. Ayrıca hayatın bilgeliği bazen ağır darbelerle birlikte gelir. Ancak insanın yediği yumruk ne kadar güçlü olursa hayatın verdiği ders de o kadar anlamlı olur (Sayar, 2015: 28-29). Bununla birlikte insan yaşadığı acı sayesinde kendi potansiyelinin farkına varır. Bu nedenledir ki Unamuno, “Yalnız acı çeken kişinin insan olduğunu” (Toledo, 2004: 91) ifade ederken Maslow ise “Gelişimin ancak acı ve çalışma ile sağlanabileceği” kanaatinde (Maslow, 2001: 12).

Olumsuz yaşam olaylarından kaynaklanan acı ve ıstıraplar, ilk anda anlamsız olarak algılanabilir. Ancak bu gibi olumsuz durumların kişinin özgüven duygusunu geliştirme potansiyeli her zaman mevcuttur. Zira bu tür güçlüklerin altından kalkabilen insanın kendine olan saygısı artacağı gibi bu durum, kişinin kendini daha güçlü hissetmesini sağlayarak olumlu duygularını başarılı eylemlere dönüştürür (Sungur, 2013: 307). İnsanın acıyı kendi gücünün, duruşunun, kapasitenin ispat edilmesine dönüştürme imkânı sayesinde hayatın her alanı potansiyel bir anlam alanına çevrilebilmektedir. Gerçek anlamda bakıldığında, insanın özellikle kendisine acı ve ıstırap veren olumsuz durumları değiştiremediği anlarda olgunlaşması, büyümesi ve hatta kendinin dışına çıkması beklenir. Esasen bu durum, ölümü de içerecek şekilde mümkündür. Başka bir ifadeyle, yalnızca acılara katlanırken değil, ölümler de insanın kendinin dışına çıkma olasılığı vardır (Frankl, 2014: 183). Bu bağlamda düşünüldüğünde Elisabeth Kübler-Ross'un ölümle ilgili olarak kaleme almış olduğu kitaplardan birinin isminin “Büyümenin En Son Evresi: Ölüm” (Kübler-Ross, 1986) olması oldukça anlamlıdır. Bu durum, insana sayesinde büyüme şansı sağlayan, kendini gerçekten de değiştirmesini mümkün kılan şeyin acı çekmek olduğu anlamına gelir (Frankl, 2014: 183).

Yaşamda var olan acı ve ıstırapın amacı insanı yok etmek değil, bilakis onu var etmek ve güçlü kılmaktır (Sungur, 2013: 307).

Ancak bazı durumlarda insan, yaşamış olduğu olumsuzluklardan ziyade ufkunu genişletemediğinden ve daha iyi bir birey olma yolunda gelişimini sürdüremediğinden dolayı acı duyar. Diğer bir ifadeyle insan, yazgısından kaçmaya çalıştığı için yeteneklerini, gizil güçlerini kullanamaz ve acı çeker. Ancak insan, bir kez yazgısını tanıyıp özümseyip ona etkin bir şekilde katılmayı kabul ederse anlamlı bir yaşam sürebilir (Gençtan, 2012: 196). Bu durum aynı zamanda kişinin benliğinin güçlenmesi açısından da oldukça önemlidir. Zira insan aklının ilk bilgilerinden olan benlik (Akyüz, 2019:34) acı ve tatlı birçok yaşantı sonucu inşa edilen ve her an gelişmeye devam eden bir kavramdır. Bu nedenledir ki her yaşantı, baştan geçen her olay benliğe bir şeyler katar (Baymur, 2004: 287). Erol özellikle yaşanan acının benliğin oluşumuna katkısını, “Büyük acılar gerçi benliğimi dağıtıyor; fakat öyle bir dağıtış ki güya bir meyvenin bütün eti kabuğu düşüyor da ortada yalnızca çekirdeği kalıyor: O halde şöyle demek lâzım: Büyük ıstıraplar benliğimizin özünü meydana çıkarıyor” (Erol, 2019: 21) şeklinde oldukça anlamlı bir şekilde ifade etmiştir.

ACIDAN ERDEME YOLCULUKTA DİN*1

Hiç şüphe yok ki acı olgusu hayatın kaçınılmaz bir gerçeğidir. Bu nedenle onu inkâr ederek acısız bir yaşam sürdürme iddiasında bulunmak en hafif tabirle bir kuruntudan ibarettir. Bu açıdan bakıldığında var olan gerçeğin görmezden gelinmesi yerine onun kişisel gelişim açısından kullanılması oldukça önemlidir. Bir Kızılderili atasözü bu durumu şu şekilde özetlemiştir: “*Her trajedi diğer elinde bir hediyeyle beraber gelir. Ama genellikle acı çekmekle öylesine meşgul oluruz ki hediyein farkına bile varamız. O da geldiği gibi yitip gider.*” (Özsel, 2007: 100). Ancak hediyein farkında olan dinler, insanları bilgelige ulaştıran bir olgu olarak acının dönüştürücü gücüne dikkat çekmişlerdir. İslâmî açıdan bakıldığında insana sıkıntı veren acı ve ıstırap gibi olumsuz durumlar amaçsız olmayıp ilahî bir plan çerçevesinde gerçekleşen sınamalardır. Bu nedenle insanın bu olaylar karşısındaki tutumu, bir taraftan onları zorluklara karşı güçlendirecek diğer taraftan ise ebedî hayatlarındaki konumlarının belirleyicisi olacaktır (Doğan, 2019: 11-12).

Esasen dinler yaşanan acıyla başa çıkabilmek için dua, umut, tevekkül gibi birçok başa çıkma mekanizmaları kullanır. Bununla birlikte dinlerin, olumsuz yaşam olaylarının doğurduğu acı ve ıstıraplar karşısında en fazla kullandıkları başa çıkma mekanizmalarından birisi hiç kuşku yok ki pozitif yeniden yorumlamadır. Exline ve Rose'nin ifade ettiği şekliyle pozitif yeniden yorumlama tarzı, bireyin yaşadığı acının olumlu yönlerine odaklanmasını sağlayarak onun üretken benliğine katkıda bulunur. Bu nedenledir ki Aldwin'in de ifade ettiği gibi birçok dinî gelenek yaşanan acıların gerekliliğine ve bu acıların muhtemel pozitif sonuçlarına dikkat çeker (Park, 2013: 51). Kutsal Kitap'ın “Yalnız bununla değil, sıkıntılarla da övünüyoruz. Çünkü biliyoruz ki sıkıntı dayanma gücünü, dayanma gücü Tanrı'nın beğenisini, Tanrı'nın beğenisi de umudu yaratır. Umud, (bizi) hayal kırıklığına uğratmaz. Çünkü bize verilen Kutsal Ruh aracılığı ile Tanrı'nın sevgisi yüreğimize dökülmüştür” (Romalılar, 5/3-5) ifadesi bu duruma işaret etmektedir.

Ruhbilimciler açısından bireysel acı, varoluşun acılarıyla yüzleşebilecek bir eğitim alanı olarak görüldüğü için bir nimet sayılır. Bu durumu “Hastalığım bir nimettir” şeklinde ifade etmiş olan Nietzsche, “Beni öldürmeyen şey (acı), beni güçlendirir”

*Acıdan Erdeme Yolculuk: Bu kavram Doğan'a aittir. Araştırmacı şehit yakınları ve gazilerin yaşadıkları travma ve travma sonrası gelişimlerinde dinin fonksiyonunu incelemiş olduğu çalışmayı “Acıdan Erdeme Yolculuk-Travma Sonrası Gelişim Psikolojisi ve Din” adıyla yayınlamıştır. Bkz. *Acıdan Erdeme Yolculuk* Bursa: Emin Yayınları, 2019.

(Yalom, 2013: 124) diyerek de acının benliğinin inşa sürecindeki fonksiyonuna dikkat çekmiştir. Bu nedenledir ki birçok dinî gelenek manevî olgunlaşmanın özellikle acı çekme esnasında oluştuğunu iddia eder. Çekilen acılar, insanların karakterlerini, başa çıkma becerilerini ve gelecekteki mücadelelerini daha başarılı bir şekilde yönetebilmek için onlara imkân sağlayabilen yaşam tecrübelerine bir dayanak oluşturur (Park, 2013: 56-57). Bu noktada şunu vurgulamanın önemli olduğu düşünülmektedir. Esasen kişinin dindarlık düzeyinin niteliği acının dönüştürücü gücüyle doğrudan ilişkilidir. Bu durumun anlamlı bir örneğini Hristiyan mistiği olan Norwich'li Julian'ın XIV. yüzyılın ortalarında Kara Veba'nın en karanlık günlerinde söylemiş olduğu şu ifadelerde görmekteyiz: "Ama her şey iyi olacak ve her şey iyi olacak ve bütün durumlar iyi olacak... O, 'Fırtınaya tutulmayacaksın, yorulmayacaksın, hasta olmayacaksın' demedi, ama 'Yenilmeyeceksin' dedi (Seligman, 2007: 67-68). Julian'ın bu ifadeleri, yaşanan acılarla birlikte insanın umut ve iyimserlik duygularının baskılanmasına rağmen, dinin bu baskıyı kaldırarak bireyin yaşam enerjisini açığa çıkarabileceğini göstermesi açısından oldukça önemlidir (Kandemir, 2020b: 148). Esasen burada önemli olan temel belirleyici unsur, yaşama arzudur. Yaşama arzusu canlı olduğu sürece birey, kendisini huzura ulaştırabilecek pek çok nedenin etrafında olduğunu görebilecektir (Bahadır, 2011: 34). Bu noktada dinî inançlar insana bu konuda rehberlik edebilecek en önemli unsurlardan biridir.

Din ve maneviyatın acının dönüştürücü gücü ile ilişkisinin anlaşılabilmesine katkı sunması bakımından Ortodoks Yahudi hahamı olan Hirsch'e kulak vermenin önemli olduğu düşünülmektedir. Acının insandaki gücün gizli kaynaklarını ortaya çıkartabileceği kanaatinde olan Hirsch, kişisel gelişimde acı çekme ile din ve maneviyat ilişkisini şu şekilde ifade etmiştir: "Acı, insanı kendine doğru, kendi içine doğru iter ve (böylece insan) bütün dış yardımlardan mahrum olduğu için, içinde yatan ve doğasına saklı olan bütün güç ve kaynaklarını harekete geçirir" (Hirsch, 1962: 38; Exline ve Rose, 2013: 87). Hahamın isabetle ifade ettiği gibi acının olmadığı bir dünyada, insanın karşısında mücadele edebileceği herhangi bir unsur kalmayacak ve bu nedenle insan zayıf düşebilecektir. Bu açıdan bakıldığında acıyla mücadele edebilme fırsatı, dinin ve maneviyatın insana verebileceği en büyük kazanımlardan biri olmaktadır (Exline ve Rose, 2013: 87).

Acı kavramı, İslâm tarihindeki ilk fitne hareketi olarak kabul edilen Hz. Osman'ın şehit edilmesi (Önal, 2019:1300) ve sonrasında ise birçok acının yaşandığı İslâmî geleneğin üzerinde özellikle durduğu konulardan biridir. İslâmî gelenekte acı ve ıstıraptan sürekli olarak sızlanmak yerine, çekilen acıları olgunlaşma vesilesi olarak kabul etmek esastır. Bu nedenle yaşadığı acıyla neden imtihan edildiğini sormaktan ziyade bir sınamaya tabi tutulduğunun bilincinde olan insan (Doğanay, 2019: 138), kişisel gelişimi için acıdan kendine düşen payı almış olur. Bu konuya, "Manevî hayat ve neşve için, elemeleri aşmak gerek" diyerek dikkat çeken Rabbânî, hayatın ancak elem, musibet ve hastalıkla bir anlamı olacağını ifade etmiştir. Bu gibi olumsuz durumlar sayesinde dünyanın karanlığının bir nebze olsun aydınlandığını belirten Rabbânî'ye göre belaların acılığı da tıpkı hastalıklara iyi gelen faydalı ilaçların acılığı gibidir (Rabbânî, 2013: I/305). Rabbânî gibi Zünnûn da "Acı, müminin tuzudur. Tuz olmadı mı mümin çürür gider" diyerek manevî gelişim için acının kaçınılmaz olduğunu belirtmiştir (Schimmel, 2012: 62-63; Özmen, t.y.: 77).

ARAŞTIRMANIN KONUSU, AMACI VE HİPOTEZLERİ

Literatür incelendiğinde Türkiye'de acının dönüştürücü gücü ve dindarlık arasındaki ilişkilere yönelik yapılan çalışmaların genellikle spesifik olaylar bağlamında ele alındığı görülmektedir. Akyüz'ün

"*Meme Kanseri Tanılı Hastalarda, Dindarlık Düzeyi ile Psikolojik Dayanıklılık ve Travma Sonrası Büyüme Arasındaki İlişkinin Araştırılması*" (Akyüz, 2017) adlı çalışması ile Şimşir ve arkadaşlarının "*Omurluk Felci Geçiren Bireylerin Yaşamında Din ve Maneviyat: Travma ile Başa Çıkılmadan Travma Sonrası Manevî Gelişime Yolculuk*" (Şimşir ve ark., 2017) adlı çalışmaları, acının dönüştürücü etkisi ve dindarlık bağlamında yapılmış olan çalışmalardır. Konu ile ilgili olarak yapılmış olan bir diğer çalışma ise Doğan'a aittir. Araştırmacı şehit yakınları ve gazilerin yaşadıkları travma ve travma sonrası gelişimlerinde dinin fonksiyonunu incelemiş olduğu çalışmayı "*Acıdan Erdeme Yolculuk-Travma Sonrası Gelişim Psikolojisi ve Din*" (Doğan, 2019) adıyla yayınlamıştır. Köse ve Küçükcan ise Marmara Depremi ile ilgili olarak yapmış oldukları, "*Deprem ve Din: Marmara Depremi Üzerine Psiko-Sosyolojik Bir İnceleme*" (Köse ve Küçükcan, 2006) adlı çalışmalarında travma sonrası dinî dönüşümden ziyade, yaşanan travmanın din ve dindarlıkla ilişkilerini irdelenmişlerdir.

Hiç kuşku yok ki zikredilmiş olan çalışmalar çok kıymetlidir. Ancak olumsuz yaşam olaylarının öyle ya da böyle hemen hemen tüm insanların acı çekmesine neden olduğu bir gerçektir. Bu nedenle çok geniş bir çerçevede acının dönüştürücü gücü ile dindarlık arasındaki ilişkilerin ampirik olarak incelenmesinin konunun anlaşılmasına katkı sunacağı düşünülmektedir. Böyle bir düşüncenin ürünü olan bu *araştırmanın konusu*, dindarlık ile acının dönüştürücü gücü arasındaki ilişkilerdir. *Araştırmanın amacı* ise dindarlık ve dindarlığın alt boyutları ile acının dönüştürücü gücü arasındaki ilişkilerin yanı sıra, dindarlık ve dindarlığın ilgili boyutlarının acının dönüştürücülüğündeki yordama gücünü incelemektir. Buradan hareketle *araştırmanın hipotezleri*, "Acının dönüştürücü gücü ile dindarlık arasında pozitif bir ilişki olduğu; dindarlık değişkeninin acının dönüştürücü gücünü yordadığı" şeklindedir.

YÖNTEM

Araştırmanın Etik İzni

Araştırma verilerinin toplanması amacıyla düzenlenen anketin uygulanabilmesi için Erzincan Binali Yıldırım Üniversitesi İnsan Araştırmaları Etik Kurulu'ndan izin alınmıştır. 30.04.2020 tarih ve 04/11 protokol numarasıyla ilgili izin alındıktan sonra elektronik ortamda örneklem grubuna gönderilen anketler gönüllülük esasına göre uygulanmıştır.

Araştırmanın Modeli

Araştırma tarama modeline uygun olan betimsel bir çalışmadır. Bu bağlamda çalışmada, örneklem grubunun acının dönüştürücü gücü düzeylerinin dindarlık değişkenlerine göre açıklanması amaçlanmaktadır.

Evren ve Örneklem

Araştırmanın evreni Ardahan, Bayburt, Erzincan, Erzurum, Gaziantep, Giresun, İstanbul, Kayseri, Osmaniye, Trabzon, Tokat, Samsun, Sakarya ve Van'da ikamet eden değişik yaş ve meslek gruplarındaki bireylerden oluşmaktadır. Araştırma evreninin bu kadar geniş bir alanı kapsamasının temel nedeni, verilerin elde edilecek olduğu örneklem grubunun heterojenliğini sağlamaktır. Zira örneklemin heterojenliği, elde edilecek olan verilerin güvenilirliği ve geçerliliği üzerinde önemli ölçüde etkilidir.

Araştırmanın örneklem grubu ise ifade edilen illerde ikamet eden bireyler arasından basit tesadüfî örnekleme yoluyla seçilen yaşları

16 ile 65 arasında değişen toplam 632 kişiden oluşmaktadır. Örneklem demografik özellikleri Tablo 1’de verilmiştir.

Tablo 1: Demografik Değişkenler ve Özellikleri

Değişkenler	Özellikler	N	%
Cinsiyet	Kadın	434	68.7
	Erkek	198	31.3
	Toplam	632	100.0
Medenî Durum	Evli	259	41.0
	Bekâr	373	59.0
	Toplam	632	100.0
Yaş Grupları	16-22 Yaş	190	30.1
	23-39 Yaş	339	53.6
	40-64 Yaş	103	16.3
	Toplam	632	100.0
Sosyo-Ekonomik Düzey	Düşük	39	6.2
	Ortananın Altı	53	8.4
	Orta	443	70.1
	Ortananın Üstü	97	15.3
	Toplam	632	100.0

Veri Toplama Araçları

1) Kişisel Bilgi Formu

Araştırmaya katılan örneklem grubunun demografik özelliklerini belirleyebilmek amacıyla Kişisel Bilgi Formu kullanılmıştır. Bu bağlamda formda örneklem cinsiyet, medenî durum, yaş ve sosyo-ekonomik düzey değişkenlerine dair dört adet soru bulunmaktadır.

2) Ok-Dinî Tutum Ölçeği

Ok tarafından geliştirilmiş olan ölçek *ilişki, bilişsel, duygu ve davranış* olmak üzere dört alt boyuttan oluşmaktadır. Ok-Dinî Tutum Ölçeği’nin madde-toplam puan korelasyon katsayıları ($r=.52$ ile $r=.76$) arasında değişmektedir. Bununla birlikte ölçek, toplam varyansın %86’sını açıklamaktadır (Ok, 2011: 541).

Dört boyutlu ve her boyutu 2’şer maddeden oluşan ölçeğin 8 maddesinin her biri için “Kesinlikle Katılmıyorum, Katılmıyorum, Kararsızım, Katılıyorum ve Tamamen Katılıyorum” seçenekleri bulunmaktadır. Likert Tipi Derecelendirme şeklinde düzenlenmiş olan ölçeğin her bir maddesi 1’den 5’e kadar değişen parametrelerde puanlanmıştır. Ancak ölçeğin bilişsel boyutundaki 2 soru analiz yapılırken (1=5, 2=4, 3=3, 4=2 ve 5=1) şeklinde ters çevrilmiştir. Ölçekten alınabilecek en düşük toplam puan 8 iken, en yüksek puan ise 40’tır.

3) Acının Dönüştürücü Gücü Ölçeği

Joshanloo (2014) tarafından geliştirilmiş olan ölçek, acı çekmenin olumlu psikolojik gelişmeye ve olgunlaşmaya hizmet edip etmediğiyle ilgili inançları geliştirmek amacıyla geliştirilmiştir. Dinçer ve arkadaşları tarafından Türkçeye uyarlanmış olan ölçek, 7’li Likert Tipi (1=Kesinlikle Katılmıyorum’dan 7=Kesinlikle

Katılıyorum’a doğru puanlanan) bir ölçektir. Ölçekteki maddelerin düzeltilmiş madde toplam puan korelasyonları ($r=.73$ ile $r=.83$) arasında değişmektedir. Bununla birlikte ölçeğin iç tutarlılık katsayısı ($r=.84$), test-tekrar test korelasyon katsayısı ise ($r=.75$) olarak hesaplanmıştır (Dinçer ve ark.,2015: 413, 415-417). 5 maddeden oluşan Acının Dönüştürücü Gücü Ölçeği’nden alınabilecek en düşük puan 5 iken, en yüksek puan ise 35’tir.

Verilerin Analizi

Araştırmanın amaç ve problemlerine uygun olarak hazırlanmış olan 17 maddelik anket formu Nisan 2020-Mayıs 2020 tarihleri arasında uygulanmıştır. Araştırma için elektronik ortamda anket formu hazırlanarak verilerin güvenilirliğini ve geçerliliğini azamî düzeyde sağlayabilmek için araştırmanın evreninde ikamet eden bazı kişilerle irtibata geçilmiş ve onlara araştırma hakkında bilgiler verilmiştir. Ardından elektronik anket formunun linki kendilerine ulaştırılmış ve onlar aracılığı ile 683 kişinin formu doldurmaları sağlanmıştır. Gerekli istatistiksel analizler yapıldıktan sonra 51 anket formu, gerek demografik değişkenlerde olmayan meslek gruplarını içerdiği için gerekse de gerekli olan istatistiksel parametreleri sağlayamadığı için veri setinden çıkarılmıştır. Değerlendirmeye alınmış olan 632 anket formu istatistiksel analize tabi tutulmuştur.

Araştırmada elde edilen veriler SPSS for Windows 22.0 istatistik paket programıyla analiz edilmiştir. Verilerin analizi ve hipotezlerini test etmek amacıyla Pearson Momentler Çarpım Korelasyon, t-testi, Basit ve Çoklu Doğrusal Regresyon Analizi yapılmıştır.

BULGU VE YORUMLAR

Acının Dönüştürücü Gücü ve Dindarlık İlişkisine Dair

Bulgular

Tablo 2: Acının Dönüştürücü Gücü ile Dindarlık Düzeyi Arasındaki Korelasyonlar

Boyutlar	ADG
1	İlişki .267*
2	Biliş .132*
3	Duygu .352*
4	Davranış .240*
5	Dindarlık .331*

*p<.01

Tablo 2’de görüldüğü gibi Pearson Momentler Çarpım Korelasyon analiz sonuçlarına göre *acının dönüştürücü gücü* ile *dindarlığın ilişki* boyutu arasında ($r=.267$; $p<.01$); *biliş* boyutu arasında ($r=.132$; $p<.01$); *duygu* boyutu arasında ($r=.352$; $p<.01$) ve *davranış* boyutu arasında ($r=.240$; $p<.01$) düzeyinde pozitif yönde anlamlı bir ilişki vardır. Aynı şekilde bulgulara göre *acının dönüştürücü gücü* ile *dindarlık* arasında ise ($r=.331$; $p<.01$) düzeyinde pozitif yönde anlamlı bir ilişki vardır. Bu sonucun “*Acının dönüştürücü gücü ile dindarlık arasında pozitif bir ilişki vardır*” şeklindeki araştırma hipotezini doğruladığı söylenebilir. Yapılan t-testi analizi bu ilişkiyi daha açık bir şekilde ortaya koymuştur.

Tablo 3: Acının Dönüştürücü Gücü ile Dindarlık Arasındaki İlişkiler

Dindarlık	Acının Dönüştürücü Gücü		
	N	\bar{X}	Ss
Düşük	99	24.8	5.4
Yüksek	233	29.4	4.8
*p<.01		$t = -7.515$	

Tablo 3'teki analiz sonuçlarına göre dindarlık açısından "düşük"² düzeyde puan alan bireylerin acının dönüştürücü gücü puanı düşük ($\bar{X}=24.8$), dindarlık açısından "yüksek" düzeyde bulunan bireylerin acının dönüştürücü gücü puanı ise yüksektir ($\bar{X}=29.4$).

Dindarlık ile acının dönüştürücü gücü arasındaki pozitif ilişki hareketle, basit doğrusal regresyon analizi yapılmış ve dindarlığın acının dönüştürücü gücünün anlamlı bir yordayıcısı olduğu görülmüştür.

Tablo 4: Acının Dönüştürücü Gücünün Dindarlık ile Yordanmasına İlişkisi Basit Doğrusal Regresyon Analizi

Yordayan Değişkenler	B	Standart Hata B	β	t	p
Sabit	9.444	2.022	-	4.671	.000
Dindarlık	.496	.056	.331	8.802	.000
R= .331	R ² = .110				
F (1,630)= 77.476	p= .000				

Tablo 4'te görüldüğü üzere dindarlık ile acının dönüştürücü gücü arasında pozitif bir ilişki ve etkileşim söz konusudur (R²= .110, β =.331, p= .000). Ayrıca dindarlık değişkeninin acının dönüştürücü gücündeki toplam varyansın %11'ini açıkladığı anlaşılmaktadır. Bu sonucun "Dindarlığın acının dönüştürücü gücünü yordadığı" şeklindeki araştırma hipotezini doğruladığı söylenebilir.

Tablo 5: Acının Dönüştürücü Gücünün Dindarlığın Boyutları ile Yordanmasına İlişkisi Çoklu Doğrusal Regresyon Analizi

Yordayan Değişkenler	B	Standart Hata B	β	t	p
Sabit	11.211	2.081	-	5.387	.000
İlişki	.456	.240	.090	1.897	.058
Biliş	.005	.172	.001	.028	.978
Duygu	1.147	.202	.276	5.675	.000
Davranış	.216	.208	.048	1.04	.299
R= .364	R ² =				
F (4,627)= 23.999	.133				
	p= .000				

Bulgulara göre dindarlığın acının dönüştürücü gücünün önemli bir yordayıcısı olmasından hareketle dindarlığın ilişki, bilgi, duygu ve davranış boyutlarının bu yordayıcılıktaki rolünün tespit edilmesinin aradaki ilişkinin anlaşılmasına katkı sağlayabileceği düşünülmektedir. Bu nedenle ilgili boyutların acının dönüştürücü gücüyle etkileşimlerinin belirlenebilmesi amacıyla çoklu doğrusal regresyon analizi yapılmıştır.

Tablo 5'teki regresyon analizine göre dindarlığın dört alt boyutu ile acının dönüştürücü gücü arasındaki etkileşimin pozitif yönde olduğu belirlenmiştir. Ancak bulgulara bakıldığında acının dönüştürücü gücü ile dindarlığın ilişki (β =.090, p= .058), biliş (β =.001, p= .978) ve davranış boyutları (β =.048, p= .299) arasında pozitif düzeyde ancak anlamlı olmayan bir ilişki olduğu görülmektedir. Diğer taraftan dindarlığın duygu boyutuyla acının dönüştürücü gücü arasında ise (β =.276, p=.000) düzeyde pozitif yönde anlamlı bir ilişki bulunmaktadır.

TARTIŞMA VE SONUÇ

Esasen din, insanın yaşadığı olumsuz yaşam olaylarından kaynaklanan acının varlığını inkâr etmez. Bilakis yaşanan acının varlığını kabul eden din, kendi varoluşuna bir tehdit oluşturmaması kaydıyla bireyin yaşadığı acıyı dile getirmesinde herhangi bir

² Örneklemin Ok-Dindarlık Ölçeği'nden aldıkları puanların ortalaması "35.7" olduğundan, ölçekten "15-32 puan" alanlar "düşük", "38-40 puan" alanlar ise "yüksek" düzey grupları olarak kabul edilmiştir. Bu grüplamaya göre 300 kişi değerlendirme dışı kalmıştır.

sakinca görmez. Hayat karşısında bizzat kendisi bir anlam ifade eden din (Exline ve Rose, 2013: 70), bireyin yaşadığı acıyı manevî dönüşüm ve gelişim sürecinin bir parçası olarak görür. Tablo 2'deki bulguların, dinin bu fonksiyonunu desteklediği söylenebilir. Bununla birlikte dindarlık ve acının dönüştürücü gücü arasında (r =.331; p <.01) düzeyinde bir ilişki olması, bu iki olgu arasındaki etkileşimin ne derece güçlü olduğunu göstermektedir. Kandemir'in yapmış olduğu çalışmada dindarlık ile psikolojik acı arasında negatif yönde anlamlı bir ilişkinin olması (r =-.164; p <.01), (Kandemir, 2020a: 164) dindarlık ile acının dönüştürücü gücü arasındaki ilişkilere dair bulguları daha da anlamlı kılmaktadır. Zira dindarlığın psikolojik acıyı hafifletici fonksiyonu sayesinde birey, acıyı kendi gelişimi için bir motivasyon kaynağı olarak görebilir. Nitekim Batan ve Ayten'in yapmış oldukları çalışmada olumlu dinî başa çıkma ile psikolojik dayanıklılık arasında (r =.340, p =.000) düzeyinde güçlü bir ilişkinin tespit edilmesinin (Batan ve Ayten, 2015: 82) ifade edilen durumu desteklediği söylenebilir. Dua etme, ibadetlere yönelme, tevbe etme, af dileme, sabır gösterme, tevekkül, sadaka dağıtma, camiye gitme, Kur'an okuma gibi dinî başa çıkma etkinlikleri olarak kabul edilen pek çok unsurun dindarlığın da unsurları olması (Ayten, 2012: 109) böyle bir yorum yapılmasını olanaklı kılmaktadır. Ayrıca Yüce Varlık'la kurulan ruhsal ilişkinin kişinin bilişsel, duygusal ve davranışsal dünyasına olumlu yansımaların kişinin acının altında ezilmesini engelleyen bir süreci aktive edebileceği ifade edilebilir. Zira olumsuz durumlar karşısında Yaratıcı bir gücün işbaşında olduğunu düşünen bireyin, bu olaylardan kaynaklanan acı ve ıstırapla mücadele etmesi oldukça kolaylaşır. Olumsuz yaşam olayları ile başa çıkmaya çalışan bireylerin sıklıkla "Allah sabır vermeseydi dayanamazdım. Allah dayanma gücü verdi. Elimden geleni yapıp gerisini Allah'a havale ettim" gibi ifadeler kullanmaları (Doğan, 2019: 230), dinin ifade edilen acı ve ıstırapla mücadele fonksiyonunun bir göstergesidir.

Dindarlığın boyutlarını oluşturan inanç, ibadet ve ritüellerin, acının dönüştürücü gücü üzerindeki etkisi birçok açıdan önemlidir. Köse ve Küçükcan'ın yapmış oldukları çalışmada bu yönde bulgulara ulaşılmıştır. Araştırmacılara göre toplumsal dayanışma ve kitlesel paylaşımın yanında dinî inanç, ibadet ve ritüeller de olumsuz yaşam olayları karşısında bir güç ve teselli kaynağı olmaktadır. Yani dinî inanç, ibadet ve ritüeller travmatik olaylardan kaynaklanan stres ve gerilimlerle başa çıkmada insanlara dayanma ve tahammül gücü verir. Bu noktada dinin en etkin fonksiyonlarından birisi anlam arayışı bağlamında insanı belirsizlik duygusundan kurtararak ona tekrar özgüven kazandırmasıdır (Köse ve Küçükcan, 2006: 139-140). Böylece acı ve ıstırapa neden olan olumsuz yaşam olaylarını anlamlandırma konusunda insana yardımcı olan din, belirsizliğin doğuracağı boşluktan onu kurtarma potansiyeline sahiptir. Dindarlığın olumsuz durumları anlamlandırmanın ötesinde bu gibi durumların neden olduğu acılara göğüs germe sürecinde de önemli katılar sunduğu bilinmektedir. Bu noktada din, özellikle Allah ve ahiret inancı aracılığı ile acının hafifletilmesini sağlayarak (Köse ve Küçükcan, 2006: 140) "acının göbeğinde yaşayan" (Frankl, 2014: 73) insana yeni ufuklar açabilmektedir.

Acının bazı durumlarda insanı bu dünyadaki yaşamın sınırlarını aşarak ilahî olana yaklaştırma potansiyeli vardır (Toledo, 2004: 62). Acının bu gibi geliştirip dönüştürücü fonksiyonunda kişinin sahip olduğu dinî inancın oldukça etkili olduğu düşünülmektedir. Çünkü hayatın felaket ve acılarla dolu olduğu çok açıktır. Bu nedenle insan bu gibi olumsuz durumlarla mücadele ettiği ve nihayet onları yenebildiği ölçüde hayata tekrar sarılır (Köse ve Küçükcan, 2006: 17). Bu noktada din, insana hayatın getirdiği problemlerin çözülmesi açısından oldukça önemli olan anlama, bilgi sahibi olma ve farkındalık gibi yetileri kazandırır (Kula, 2006: 87). Bu durum acı ve ıstırap çeken insanın özgüven duygusunu güçlendirir.

Özgüven duygusu ise kişinin kendini değerli hissetmesine yardımcı olur. Aksi durumda kendini belli ölçüde değerli bulmayan insan, acının altında ezilebilir. En tehlikelisi de bu durumun kendisinin değersiz kederi olduğu algısıdır. Bu nedenle psikolojik yaşamın temel bileşenlerinden olan özgüven insan için bir gerekliliktir (McKay ve Fanning, 2005: 1). Din ise özgüveni destekleyerek acı içinde kıvranan insanın kendisini geliştirmesine katkıda bulunur. Tablo 3'teki bulguların dinin bu fonksiyonunu desteklediği ifade edilebilir. İlgili bulgular dikkate alındığında dindarlık açısından "yüksek" grupta olan bireylerin acının dönüştürücü gücü puanlarının ($\bar{X}=29.4$), dindarlık bakımından "düşük" grupta olanlardan ($\bar{X}=24.8$) daha yüksek olması, acının dönüştürücü gücü ve dindarlık arasındaki olumlu etkileşimi göstermesi açısından oldukça önemlidir. Doğan'ın şehit yakınları ve gazilerde travma sonrası gelişim, travma sonrası gelişimin dinî başa çıkma ve içsel dinî motivasyonla ilişkisi üzerine yapmış olduğu çalışmada elde edilen bulguların, bu araştırmanın ulaştığı sonucu desteklediği söylenebilir. İfade edilen çalışmada, katılımcıların büyük oranının (% 90) travma ile başa çıkma sürecinde "kader, sabır, rıza, şükür, Allah'a sığınma, Allah'a el açma, ibadet, hac ve şükür" gibi olumlu dinî başa çıkma araçlarını kullandıklarının tespit edilmesi (Doğan, 2019: 16, 230) acının dönüştürücü gücü üzerinde dinin etkisini göstermesi açısından bir hayli önemlidir.

Acının dönüştürücü gücünde bireyin yaşadığı olumsuz durumların anlamlandırılmasının da etkili olduğu söylenebilir. Bu noktada dinin bu sürece yaklaşımı oldukça önemlidir. Zira din, acıya rağmen anlama ulaşmaya ve acının bir şekilde değerlendirilmesi gerektiğine dikkat çeker, ancak kişiyi acı çekmeye teşvik etmez. Bilakis din, kaçınılmaz olarak ortaya çıkan acılar karşısında olumlu bir tutum sergilenmesi gerektiğini ifade eder (Özdoğan, 2012: 44). Böylece din, bir taraftan acıdan anlam üretirken diğer taraftan ise üretilen anlam sayesinde bireyi "acının eseri" olmaktan kurtararak onun "acının erdemli çocuğu" olarak her defasında kendisini yeniden üretmek geliştirmesine yardımcı olur. Öyle ki din, rehabilite edici ve rahatlatıcı fonksiyonlarıyla zor ve sıkıntılı süreçlerde kader ve ahiret inancı çerçevesinde bireyi rahatlatan düşünce formları sunarak (Tokur, 2020: 18) bireyin "Acıdan erdeme yolculuk" sürecinde ona eşlik eder. Zira din, insana sıkıntılına katlanma gücü vermesinin yanında, kaçınılmaz olan acıyı anlama ve ona karşı insanca bir tavır geliştirme konusunda rehberlik eder (Gürses, 2010: 46). Böylece din, bir taraftan çekilen acı ve ıstırapın bir gün biteceğine dair bireye güven temelinde umut verirken, diğer taraftan ise çekilmiş olan acının karşılıksız kalmayacağına dair güvence vererek ondan sabretmesini ister (Kandemir, 2020b: 212). Bu nedenledir ki din, Unamuno'nun "İstirap yaşamın özüdür ve kişiliğin köküdür. Çünkü bizleri, insan yapan ıstıraptır. İstirap da evrenseldir. Canlı varlıklar olarak bizleri birleştiren ıstıraptır" (Toledo, 2004: 47) şeklinde vurguladığı gibi benliğin inşa sürecinde bireyin acıdan yararlanmasını kolaylaştırıcı bir fonksiyon üstlenir. Tablo 4'te görüleceği üzere araştırmaya katılan bireylerin dindarlık düzeyleri ile acının dönüştürücü gücü arasındaki basit doğrusal regresyona dair bulgular böyle bir yorum yapılmasını olanaklı kılmaktadır ($R^2=.110$, $\beta=.331$, $p=.000$). Zira dindarlığın ilişki, bilgi, duygu ve davranış boyutlarından her biri olumsuz yaşam olaylarının doğurduğu acının insanın manevî dünyasında neden olabilecek olan tahribatı minimum düzeye indirmek için organize olur. Böylece insan, acının karşısında bir burukluk yaşasa bile inancından almış

olduğu güçle birlikte kendisini gerek duygusal, gerek bilişsel gerekse de davranışsal olarak toparlama imkânına sahip olur. Özellikle bazı insanlar doğaları gereği yaşamlarını daha çok bilişsel özellikleri üzerinde temellendirirlerken; bazıları ise duygusal özellikleri üzerine temellendirirler. Bu nedenle insanın dinsel yaşayışı da ya bilişsel süreçler ya da duygusal süreçlerle canlanır. Bu durum dindarlığın iki psikolojik boyutunu oluşturur (Kayıklık, 2006: 495). Ancak dindarlık yaşantısında duygu boyutunun bilişsel boyuttan daha baskın olduğu ifade edilebilir. Bu nedenledir ki inanç olgusunda bilişsel sorgulamalar esnasında oluşabilecek boşluklar duygusal unsurlarla doldurulur (Karaca, 2011: 117). Zira duygusal süreç, kişiyi meydana gelen olayın sebebi ve belki de amaçladığı şey hakkında harekete geçirir (Paloutzian, 2013: 107). Bu durum, bireyin acı karşısında inancına sığınması ile sonuçlanabilir. Tablo 5'teki çoklu doğrusal regresyon analizine göre dindarlığın ilişki, biliş, duygu ve davranış boyutlarından sadece *duygu* boyutunun acının dönüştürücü gücünü yordaması ($\beta=.276$, $p=.000$) ifade edilen durumu desteklemektedir. Zira dindarlığın duygusal boyutu imanı besleyerek insanın dayanma gücünü artırır. Carrel bu duruma, "İman sahibi fertlerin acıya dayanma güçleri inkâr edenlerden fazladır. Yaraları daha çabuk kapanır, daha çabuk sağlıklarına kavuşurlar" (Alper, 2013: 105) şeklinde dikkat çekmiştir.

Araştırma bulgularına genel olarak bakıldığında, dindarlığın acının dönüştürücü gücü üzerinde anlamlı bir etkisinin olduğu söylenebilir. Zira din hayatın kaçınılmaz bir gerçeği olan acı karşısında insana acıyı onurlandırma, ona yeni gözlerle bakma (Macy ve Johnstone, 2013: 49) ve onu anlamlandırma gibi pozitif yeniden yorumlama konusunda rehberlik eder. Esasen *acı ve anlamın* din olgusunun *iki gizil gücü* olduğu ifade edilebilir. Bu nedenledir ki Kierkegaard'a göre acı ve anlamdan yoksun bir inanç "Sürekli olarak kanama durumundaki açık bir yara gibidir" (Glowacka, 2003: 107). Zira acının olduğu durumlar, insanın inançlarının da teste tabi tutulduğu anlardır. Bu gibi durumlar aynı zamanda dinlerin varoluşlarını da tehdit ettiği için, dinler bir şekilde olumsuz durumlardan kaynaklanan bu acıyı yönetmek zorundadır (Kandemir, 2020a: 113). Bu nedenledir ki Yancy "Acının olduğu yer Tanrı'nın olduğu yerdir" (Pargament, 2003: 217) diyerek dinin acıyı yönetme zorunluluğuna göndermede bulunmuştur. Bu noktada din, acıyı yönetme işine "*Gerçekten, güçlkle beraber bir kolaylık vardır*" (İnşirâh, 94/6) şeklinde başlar. Böylece din, insanın yaşadığı acıya saplanıp kalmasını engelleyerek "*Öyleyse, bir işi bitirince diğerine koyul*" (İnşirâh, 94/7) diyerek de daha sonraki eylemleri için onun motivasyonu artırır.

Acının dönüştürücü gücü ve dindarlık arasındaki ilişkinin ele alındığı bu çalışmada, dindarlığın ilişki, biliş, duygu ve davranış boyutları ile acının dönüştürücü gücü arasında anlamlı bir ilişkinin olduğu tespit edilmiştir. Bu ilişkinin doğal bir sonucu olarak dindarlığın bireyleri yaşadığı acı ve ıstırapa teslim olmaktan kurtardığı ve onları gelecek eylemleri için motive ettiği ifade edilebilir. Bulgulara göre dindarlık değişkeninin acının dönüştürücü gücünün önemli bir yordayıcısı olması, belirtilen durumun desteklediği şeklinde yorumlanabilir. Bununla birlikte farklı örneklem grupları ile yapılacak olan daha kapsamlı çalışmaların acının dönüştürücü ile dindarlık arasındaki ilişkilerin anlaşılmasına katkı sağlayacağı düşünülmektedir.

KAYNAKÇA

- Akyüz, M. (2017). *Meme Kanseri Tanılı Hastalarda, Dindarlık Düzeyi ile Psikolojik Dayanıklılık ve Travma Sonrası Büyüme Arasındaki İlişkinin Araştırılması*. Yayınlanmamış Uzmanlık Tezi. İnönü Üniversitesi.
- Akyüz, T. (2019). Fahreddin er-Râzi'ye Göre Aklın Tarifi ve Temel İşlevleri. *Ortaçağ Araştırmaları Dergisi* 2/1, 23-35.
- Alper, H. (2013). *İmanın Psikolojik Yapısı*. İstanbul: Rağbet Yayınları.
- Ayten, A. (2012). *Tanrı'ya Sığınmak*. İstanbul: İz Yayıncılık.
- Bahadır, A. (2011). *İnsanın Anlam Arayışı ve Din*. İstanbul: İnsan Yayınları.
- Batan, S. N., Ayten, A. (2015). Dinî Başa Çıkma, Psikolojik Dayanıklılık ve Yaşam Doyumu İlişkisi Üzerine Bir Araştırma. *Dinbilimleri Akademik Araştırma Dergisi* 15/3, 67-92.
- Baymur, F. B. (2004). *Genel Psikoloji*. İstanbul: İnkılap Kitabevi.
- Dinçer, D., Ekşi, H., Demirci, İ. ve Kardeş, S. (2015). Acının Dönüştürücü Gücü Ölçeği: Geçerlik ve Güvenirlik Çalışması. *The Journal of Academic Social Science Studies* 39, 409-421.
- Doğan, M. (2019). *Acıdan Erdeme Yolculuk*. Bursa: Emin Yayınları.
- Doğanay, S. (2019). *Psikolojik Açıda Hayatın Zorlukları Karşısında Dinî İnanç ve Sabır: Nitel Bir Çalışma*. Yayınlanmamış Doktora Tezi. Çukurova Üniversitesi.
- Erol, S. (2019). *Ülker Fırtınası*. İstanbul: Kubbealtı Yayınları.
- Exline, J. ve Rose, E. (2013). Dinî ve Manevî Uğraşlar. Ed. Raymond F. Paloutzian, Crystal L. Park. Çev. Merve Altınlı Macic. Çev. Ed. İhsan Çapcıoğlu, Ali Ayten. *Din ve Maneviyat Psikolojisi: Yeni Yaklaşımlar ve Uygulama Alanları*. (67-96). Ankara: Phoenix Yayınevi.
- Frankl, V. E. (2014). *Hayatın Anlamı ve Psikoterapi*. Çev. Veysel Atayman. İstanbul: Say Yayınları.
- Frankl, V. E. (2012). *İnsanın Anlam Arayışı*. Çev. Selçuk Budak. İstanbul: Okyanus Yayınları. Fromm, F. (2011). *Özgürlükten Kaçış*. Çev. Şemsa Yeğin. İstanbul: Payel Yayınevi.
- Gençtan, E. (2012). *Psikanaliz ve Sonrası*. İstanbul: Metis Yayınları.
- Glowacka, D. (2003). Metni Kurban Etmek: Moriya Dağı'ndaki Felsefeci Şair. *Kierkegaard ve Din*, (ss.101-118). Ed. Ahmet Demirhan. İstanbul: Gelenek Yayıncılık.
- Gürses, İ. (2010). *Dindarlık ve Kişilik*. Bursa: Emin Yayınları.
- Hirsch, S. R. (1962). *Horeb: A Philosophy of Jewish Laws and Observances*. Trans. Dayan Dr. I. Grunfeld. London: Sencino Press.
- İmâm-ı Rabbânî. (2013). *Mektûbât-ı Rabbânî*. Cilt: I. Çev. Talha Hakan Alp, Ömer Faruk Tokat, Ahmet Hamdi Yıldırım. İstanbul: Semerkand.
- Kandemir, F. (2020a). *İlâhî Yardım Çılgılığı: Rabbim Bana Yardım Et!*. Ankara: İlahiyat Yayınları.
- Kandemir, F. (2020b). *Dindarlık, Umud ve İyimserlik İlişkisi*. Ankara: İlahiyat Yayınları.
- Karaca, F. (2011). *Din Psikolojisi*. Trabzon: Eser Ofset Matbaacılık.
- Kayıklık, H. (2006). Bireysel Dindarlığın Boyutları ve İnanç-Davranış Etkileşimi. *İslâmî Araştırmalar Dergisi* 19/3, 491-499.
- Köse, A., Küçükcan, T. (2006). *Deprem ve Din*. İstanbul: Emre Yayınları.
- Kula, N. (2006). İstenmedik ve Beklenmedik Olaylarla Karşılaşan Bireylere Yönelik Moral ve Manevî Desteğin Önemi (Deprem ve Bedensel Engellilik Örneği). *Dinbilimleri Akademik Araştırma Dergisi*, 6/2, 73-94.
- Kutsal Kitap: Tevrat, Zebur, İncil*. (2011). İstanbul: Kitabı Mukaddes Şirketi-Yeni Yaşam Yayınları.
- Kur'an-ı Kerim Meali*. (2007). Çev. Halil Altuntaş, Muzaffer Şahin. Ankara: Diyanet İşleri Başkanlığı Yayınları.
- Kübler-Ross, E. (1986). *Death: The Final Stage of Growth*. New York: A Touchstone Book Published By Simon&Schuster.
- Maslow, A. (2001). *İnsan Olmanın Psikolojisi*. Çev. Okhan Gündüz. İstanbul: Kuraldışı Yayıncılık.
- McKay, M., Fanning, P. (2005). *Özgüven*. Çev. Fatoş Gaye Atay. Ankara: Arkadaş Yayınevi.
- Macy, J., Johnstone, C. (2013). *Aktif Umud: İçinde Bulduğumuz Karmaşaya Çıldırmadan Nasıl Göğüs Gerebiliriz?*. Çev. Nuray Önoğlu. İstanbul: Okyanus Yayınları.
- Seligman, M. E. P. (2007). *Gerçek Mutluluk*. Çev. Semra Kunt Akbaş. Ankara: HYB Yayıncılık.
- Sayar, K. (2015). *Kalbin Direnişi*. İstanbul: Timaş Yayınları.
- Schimmel, A. (2012). *İslamın Mistik Boyutları*. Çev. Ergun Kocabıyık. İstanbul: Kabalıcı Yayınevi.
- Sungur, M. S. (2013). *İlim ve İrfanın Işığında İnsanı Yücelten Değerler*. İstanbul: Ensar Neşriyat.
- Şimşir, Z., Boynueğri, S. T., Dilmaç, B. (2017). Religion and Spirituality in the Life of Individuals with Paraplegia: Spirituality Journey from Trauma to Spiritual Development. *Spiritual Psychology and Counseling* 2/1, 89-110.
- Tokur, B. (2020). *İmtihan Psikolojisi*. Ankara: Fecr Yayınları.
- Toledo, H. G. (2004). *Antonio Buero Vallejo'da Yaşamın Trajik Duygusu*. Ankara: Ürün Yayınları.
- Ok, Ü. (2011). Dini Tutum Ölçeği: Ölçek Geliştirme ve Geçerlik Çalışması. *Uluslararası İnsan Bilimleri Dergisi* 8/2, 528-549.
- Önal, R. (2019). Hz. Osman'ın Şehadetinden Sorumlu Tutulan Sahabiler ve Bu Olaydan Sonra Akıbetleri. *e-Şarkiyat İlmî Araştırmalar Dergisi* 3/25, 1300-1317.
- Özdoğan, Ö. (2012). Palyatif Bakımda Manevî Yaklaşım. *I. Ulusal Din Psikolojisi ve Manevî Bakım Çalıştayı, Çalıştay Tebliğ Kitabı*. (39-49). Ankara: 24 Mayıs 2012.
- Özsel, M. M. (2007). *Kalbe Yolculuk*. Çev. Seda Çiftçi. İstanbul: Kaknüs Yayınları.
- Özmen, İ. (t.y.). *Tasavvuf: Dinsel ve Bilimsel Açıklaması*. İstanbul: Urzeni Yayınevi.
- Paloutzian, R. F. (2013). Din Değiştirme ve Manevî Dönüşüm: Bir Sistem ve Anlam Analizi. Ed. Raymond F. Paloutzian, Crystal L. Park. Çev. Celal Çayır. Çev. Ed. İhsan Çapcıoğlu, Ali Ayten. *Din ve Maneviyat Psikolojisi: Yeni Yaklaşımlar ve Uygulama Alanları*. (97-125). Ankara: Phoenix Yayınevi.
- Pargament, K. I. (2003). Tanrım Bana Yardım Et: Din Psikolojisi Açısından Başa Çıkmanın Teorik Çatısına Doğru. Çev. Ahmet Albayrak. *Tabula Rasa, Felsefe-Teoloji* 3/9, 207-233.
- Park, C. L. (2013). Din ve Anlam. Editörler: Raymond F. Paloutzian, Crystal L. Park. Çev.: İlker Yenen. Çev. Ed. İhsan Çapcıoğlu, Ali Ayten., *Din ve Maneviyat Psikolojisi: Yeni Yaklaşımlar ve Uygulama Alanları*. (29-66). Ankara: Phoenix Yayınevi.
- Yalom, I. D. (2013). *Nietzsche Ağladığında*. Çev. Aysun Babacan. İstanbul: Ayrıntı Yayınları.

EXTENDED ABSTRACT

The adventure of mankind on earth begins with pain. Therefore, the history of humanity is also the history of pain (Kandemir, 2020a: 13). Because The freedom of choice of Adam and Eve in Paradise (Fromm, 2011: 42) put people in the arms of a life kneaded with pain and suffering. Thus, pain, like death, became the common destiny of human beings (Kandemir, 2020a: 13). For this reason, it is not possible for any person to escape from pain. "Whatever we do, pain and suffering inevitably succeed in infiltrating our lives," said Kashdan. (Doğanay, 2016: 138) Human's trial of pain begins at this point. Because the pain infiltrated into life gains meaning according to the way of interpreting it and determines its orientation towards life.

There is no doubt that the phenomenon of pain is one of the most important facts that religions emphasize. Because religions have to manage the pain experienced in order to survive. For this reason, Yancy said that "Where the pain is where God is" (Pargament, 2003: 2017) refers to the obligation of religion to rule the pain. At this point, religion starts its job of managing the pain as "Really, there is a convenience with difficulty" (İnşirâh, 94/6). Thus, religion prevents him from being stuck in the pain he has experienced and says, "Then, when you finish one job, put it in another" (İnşirâh, 94/7), increasing his motivation power for his later actions.

Religions use many coping mechanisms, such as prayer, hope, and trust, to deal with the pain experienced. However, one of the most coping mechanisms used by religions in the face of the pain and suffering caused by negative life events is undoubtedly positive reinterpretation. Positive reinterpretation as expressed by Exline and Rose contributes to the productive self by allowing the individual to focus on the positive aspects of the pain he/she experiences. For this reason, as Aldwin stated, many religious traditions draw attention to the necessity of the suffering experienced and the possible positive consequences of these suffering (Park, 2013: 51).

In the literature in Turkey and the transformative power of the suffering of the work done to address the relationship between religion it is often seen as discussed in the context of specific events. Şimşir et al.'s work titled "Religion and Spirituality in the Life of Individuals with Paraplegia: Spirituality Journey from Trauma to Spiritual Development" (Şimşir et al., 2017) is one of the studies conducted in the context of the transformative effect of pain and religiosity. Another study on the subject belongs to Doğan. The researcher published the study, which examined the function of religion in the traumatic and post-traumatic developments experienced by martyrs' relatives and veterans, under the name "Journey from Pain to Virtue-Post Traumatic Developmental Psychology and Religion" (Doğan, 2019).

There is no doubt that the mentioned works are very valuable. However, it is a fact that negative life events cause almost all people to suffer in one way or another. Therefore, it is thought that the empirical study of the relationship between the transformative power of pain and religiousness in a very broad framework will contribute to the understanding of the subject. The subject of this research, which is the product of such a thought, is the relationship between piety and the transformative power of pain. The aim of the research is to examine the relationship between religiosity and sub-dimensions of religiosity and the transformative power of pain, as well as the predictive power of religiosity and relevance in the transformation of pain. Hence, the hypotheses of the research are as follows: "There is a positive relationship between the transformative power of pain and religiousness; The religiousness variable predicts the transformative power of pain."

The research is a descriptive study suitable for the screening model. The universe of the research consists of individuals of different ages and professions residing in Ardahan, Bayburt, Erzincan, Erzurum, Gaziantep, Giresun, Istanbul, Kayseri, Osmaniye, Trabzon, Tokat, Samsun, Sakarya and Van.

The sample group of the study consists of 632 people. However, 31.3% (n=198) of the sample are male and 68.7% (n= 434) are female. In terms of the mental state variable, 41.0% (n=259) of the sample is married and 59.0% (n=373) are single. While 30.1% (n =190) of the sample are in the age group "16-22", 53.6% (339) are in the age group "23-39" and 16.3% (n=103) are "40-64". are in the age group. While 6.2% (n=39) of the sample is in the "Low" socio-economic level group, 8.4% (n=53) is "Below the Middle", 70.1% (n=443) is "Medium" and 15.3% (n=97) is in the "Above the Middle" socio-economic level group.

According to Pearson Moments Product Correlation analysis results, between the transformative power of pain and the relationship dimension of religiosity ($r=.267$; $p<.01$); between cognition size ($r=.132$; $p<.01$); There is a positive relationship between emotional dimension ($r=.352$; $p<.01$) and behavior dimension ($r=.240$; $p<.01$). Similarly, according to the findings, there is a positive relationship between religiosity and the transformative power of pain ($r=.331$; $p<.01$). It can be said that this result confirmed the research hypothesis that "there is a positive relationship between the transformative power of pain and religiosity."

Based on the positive relationship between piety and the transformative power of pain, simple linear regression analysis was conducted and it was seen that piety was a significant predictor of the transformative power of pain. According to the findings, there is a positive relationship and interaction between religiosity and the transformative power of pain ($R^2=.110$, $\beta=.331$, $p=.000$). It is also understood that the variable of religiosity explains 11% of the total variance in the transformative power of pain. It can be said that this result confirmed the research hypothesis that "Religiosity predicts the transformative power of pain".