

HAYATIN SORGULAYICILIĞI KARŞISINDA İNSAN ve ÜRETKENLİK

Dr. Abdülkerim BAHADIR*

İnsan biyolojik, psikolojik ve sosyal imkanlar açısından diğer canlılara oranla eşsiz bir donanıma sahiptir. Ancak, bu ayrıcalığına rağmen o, çevresini kuşatan sınır ve sınırlılıklar dahilinde davranışta bulunabilmektedir. Bu anlamda sınırsız bir özgürlükten söz etmek mümkün değildir. İnsan, daha doğarken tabii sınırlılıklarla kuşatılmış durumdadır. Ancak zamanla ortaya çıkan iç ve dış değişimler bağlamında kendini gerçekleştirebilecek bir olgunluk düzeyine ulaşabilir.

Öteden beri insan-hayat ilişkisini ele alan sosyal disiplinler, konu ile ilgili kendine özel açıklama tarzları geliştirmişlerdir. Bu makalede 20. Yüzyıl psikoterapik yaklaşımlarından biri olarak Varoluşanalizi'nin insan-hayat ilişkisine yaklaşımı irdelenmekte ve bu bağlamda üretkenliğin "anlamı" üzerinde durulmaktadır.

Varoluşanalizi (Existentialanalyse), Üçüncü Viyana Ekolü olarak ünlenen Logoterapi'nin kurucusu Viktor Frankl'ın teorisinin antropolojik yönüne işaret etmek üzere kullandığı bir kavramdır.⁽¹⁾ Metodik olarak her ne kadar Varoluşanalizi insanın kişisel hak ve özgürlüğüne; biricikliğine ve eşsizliğine her zaman vurgu yapmakta ise de, yaşadığı hayat karşısında onu, daha çok belirlenici konumda görür. Başka bir ifade ile bu ilişkide asıl eksen, hayatın kendisine aittir. İnsan, ancak bu eksen etrafında nasıl ve hangi amaçla dönebileceğine karar verebilir.

* Selçuk Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Din Psikolojisi Ana Bilim Dalı Araştırma Görevlisi.

** Çalışmamızda "anlam" kavramı, zihinsel süreçlerden ziyade, varoluşsal bir alana işaret etmektedir.(Geniş bilgi için bkz.BILLER, Karlheinz "Der Sinn-Begriff als zentrales Theorem der Logotherapie", Kompendium der Logotherapie und Existenzanalyse, Hrsg. W.Kurz-F.Sedlak, Lebenskunz Verl., Tübingen 1995. 101-108). Böyle bir nitelendirme konusu olarak anlam, insanın hayat ile yüzleştiği kişisel gelişim sürecinde, ruh sağlığının belirtisi ve sonucu olabilecek tüm olumlu gelişmeleri kuşatan karakteristik bir mahiyet taşır.

(1) Logoterapi ile ilgili geniş bilgi için bkz. BAHADIR, Abdülkerim; Hayatın Anlam kazanmasında Psiko-Sosyal Faktörler ve Din, Yayınlanmamış Doktora Tezi, U.Ü. Sos. Bil. Enst., Bursa 1999,11 vd.

Frankl, insanın daha doğarken potansiyel olarak sorumlu doğduğuna dikkat çeker. Çünkü birey daha anne karnında iken bile onunla ilgili -en azından- yakın çevresinin bir takım beklentileri vardır.⁽²⁾ Çocuğunu karnında hisseden anne aynı zamanda onun geleceği hakkında da fikir yürütür. Babası, doğacak çocuğunun ailesine ve çevresine faydalı, uyumlu ve başarılı bir fert olacağı umut ve beklentisi içerisindedir. Büyük kardeş veya kardeşler, gelecek kardeş ile kuracakları ilişkilerle ilgili çeşitli senaryolar üretirler. Hiçbir anne veya baba doğacak çocuğunu, yaşayacağı hayat karşısında sorumsuz, olumsuz ve yıkıcı bir kişilik yetiştireceği tarzında bir ön fikir ile beklemez.

Varoluşanalizi'nin insan görüşüne göre, hayatını sürdürmeye kararlı her birey, yaşadığı hayatın ve dünyanın koşulları, imkan ve sınırlılıkları çerçevesinde davranmak zorundadır. Onun, hayatı sorgulama hakkı yoktur. Çünkü hayat, onun bireysel varoluşundan çok daha önce mevcuttu ve kendi kurallarını koymuştu. Frankl, insanın hayat ve dünya karşısındaki konumunu kopernik-vâri bir üslupla ifadeye döker. *"Hayatın bizzat kendisidir insana soru yönelten. İnsanın hayata soracağı pek bir şey yoktur. Hayat tarafından asıl sorgulanan ve hayatın sorularına cevap vermek zorunda olan odur. İnsandır hayata karşı sorumlu olan ..."*⁽³⁾ *"Hayat demek, sorgulanmak demektir. Bizim varlığımız, yapıp ettiklerimiz, hayata karşı verdiğimiz cevaplardan başka bir şey değildir. Yaşadığımız her an, hayatın bize yönelttiği soruları cevapladığımız andır."*⁽⁴⁾

Hayatın problemleri karşısında insanı çözümleyici bir kabiliyette gördüğü için Varoluşanalizi onu, hayatın önünde "sorgulanan" (Befragter) olarak takdim eder. Böyle bir anlayışa göre insan, yaratılışı gereği cevaplayıcı bir karaktere sahiptir ve bu pozisyonuyla o, hayatın yönelttiği soruları cevaplarken seçmeci veya ayıklamacı davranamaz. Ancak vereceği cevaplar konusunda hürdür, kendi tercihini kullanabilir.⁽⁵⁾ Tabiatıyla tercihlerinin sonuçlarına katlanmak

(2) LÄNGLE, , Alfried; *"Was ist Existenzanalyse und Logotherapie"*, in Entscheidung zum Sein, A.Längle, Piper, Verl., München , 10.

(3) Bkz. FRANKL, Viktor; *Ärztliche Seelsorge, Grundlagen der Logotherapie und Existenzanalyse*, Fischer Taschenbuch Verl., Farnkfurt am Mein 1995, 96; RÖHLING, Karl-Heinz *"Die Seelsorge vor der Frage nach dem Sinn"* in Längle, A. Entscheidung zum Sein. A.,Längle, Piper Verl., München 1988, 159; LÄNGLE, agm, 10.

(4) FRANKL,Viktor; *Zeiten der Entscheidung*, 2. Auflage, Hrsg. Elizabeth Lukas, Herder Verl., Freiburg 1996, 22; Aynca bkz. BÖSCHEMEYER, *"Existenzanalytische Beratung bei unabänderlichem Schicksal"*, Kompendium der Logotherapie und Existenzanalyse, Hrsg... W. Kurz - F. Sedlak, Lebenskunst Verl., Tübingen 1995, 348.

(5) LUKAS, Elizabeth; *Weisheit als Medizin*, Quel Verl., Stuttgart 1997, 21-22.

zorundadır. Zira tercih hürriyeti, doğacak netice ile ilgili kişisel sorumluluğu, beraberinde getirir.

İnsan, hayatın sorularına sözleriyle, duygularıyla ya da salt düşünceleriyle değil, hayatı bizzat yaşayarak; insanlık onuruna uygun düşen tutum ve davranışlar sergileyerek cevap verebilir. Zira hayat kendini insana, çeşitli durum ve olaylarla, yani somut görünüşüyle sunar.⁽⁶⁾ Anlamli bir yaşantıya ulaşabilmesi için birey, hayatın kendisine sunduklarıyla somut ve canlı bir ilişkiye girmelidir. Böyle davranmakla o, mevcut koşulların zorlayıcılığına karşı direnç kazandığı gibi, hayatı kendisi ve başkaları için zenginleştirebilir ve böylece yaşanır hale getirebilir.

Hayatın sorgulayıcılığı karşısında insanın somut olarak verebileceği cevapları Varoluşanalizi üç temel yöneliş imkanı altında toplar. Kendini aşmanın ve dolayısıyla hayatı anlamlandırmanın üç ana yolu olarak da tasvir edilen bu imkanlarından birisi, bir ödeve, işe veya sorumluluğa adanmak; diğeri, bir şeye veya birine sevgi ile bağlanmak; üçüncü imkan ise, yüz yüze gelinen her türlü sıkıntı ve acıları anlamlandırmaktır.⁽⁷⁾

Hayata anlam kazandırma yolları olarak da tanımlanabilen bu üç insanı yöneliş, üç farklı tecrübeye yol açar. Anlam kazanma sürecinde insan, birinci yol aracılığıyla, (kendini bir işe vermekle, mesleğine sarılmakla ya da bir eser ortaya koymakla, kısaca verimli olmakla) üretkenlik tecrübesine ulaşır. İkinci yol aracılığıyla (kendini bir inanç, fikir veya ideoloji uğruna adayarak ona hizmet ederek; ya da bir insanı, eşsizliği ve biricikliği içerisinde kabul ederek, onun varlığıyla sevgi bağlamında bütünleşerek) güçlü bir sevgi tecrübesi yaşar. Üçüncü yolla da, (kaderin soğuk yüzü karşısında içinde bulunduğu sıkıntılı ve dramatik çevre şartlarına rağmen arayıp bulabileceği) "anlam kırıntıları"na sarılır. Böylece yaşadığı trajediyi zafere dönüştürecek onurlu bir tecrübeye ulaşır.⁽⁸⁾ Bu üç tecrübe şekli, olumlu bir yaklaşımın doğal sonuçları olarak kabul edilmelidir.

(6) Bkz. FRANKL, Viktor; *"Der Mensch auf der Suche nach Sinn"*, Der Mensch vor der Frage nach dem Sinn, 8. Auflage, Piper Verl., München 1996, 101-102, 233; ayrıca krş. LUKAS, Elizabeth; Auch de in Leben hat Sinn, logotherapeutische Wege zur Gesundung, 3. Auflage, Herder Verl., Freiburg 1991, 13 vd.

(7) FRANKL, Viktor: Die Sinnfrage in der Psychotherapie, 5. Auflage, Piper Verl., München 1994, 90-91; FRANKL, Viktor; İnsanın Anlam Arayışı; (Çev. Selçuk Budak) 2. Baskı, Öteki Yay., Ankara 1992 126; FRANKL, Viktor; Das Leiden am sinnlosen Leben, Psychotherapie für Heute, 5. Auflage, Herder Verl., Freiburg-Basel-Wien 1991, 31; FRANKL, Viktor; *"Des Wille zum Sinn"*, in Der Mensch vor der Frage nach dem Sinn, V. Frankl. 8. Auflage, Piper Verl., München-Zürich 1996, 29; ALBRECHT, Giosch; *"Schwerkranke und sterbenden Menschen nahe sein"*, Logotherapie und Existenzanalyse, Zeitschrift der D.G.L.E. 5. Jahrgang, ang. Heft 1, Bremen 1996, 117.

Bunların her biri, tamamen subjektif bir tabiattir. Oluşumu, şiddeti ve sonuçları kişiden kişiye değişebilir. İnsanların çoğu bu tecrübe yollarından sadece birini veya ikisini yaşayabilmektedir. En zor olanı, kuşkusuz üçüncü tecrübe şeklidir.

İmkanları ve etkileri açısından en köklü tecrübe biçimi kuşkusuz üretkenliktir. Canlılığın sürdüğü her yerde doğal olarak üretkenlik ve ürün yani eser de tabii olarak vardır. Zira canlılık, içeriği ve konusu değişmekle birlikte bizzat üretkenliktir. İçgüdüsellüğün dışında insan, bilinçli üretkenliği ile diğer tüm canlılardan ayrılır. Bu yönüyle o, üretkenlik noktasında hem kendini, hem de kendisi dışında gücü yettiği canlı-cansız her şeyi devreye sokabilecek eşsiz bir ayrıcalığa sahiptir.⁸

İnsan, tabiatı gereği üretkendir. Bu anlamda yaşadığı sürece, onun için mutlak bir pasiflikten söz edilemez. Her şeyden önce pasiflik eğilimi, ruhsal bir komplikasyona işaret eder. Araştırmalara göre üretkenlik, yaratıcılık ya da herhangi bir uğraşa sahip olmak ile ruh sağlığı arasında doğru orantılı bir ilişki vardır.⁽⁹⁾

Geliştirdiği "Beeper" yöntemi ile geniş incelemelerde bulunan mutluluk araştırmacısı Mihaly Csikszentmihalyi bir araştırmasında "boş zamanlarda mı, iş zamanlarında mı daha mutlusunuz" şeklinde bir soru yöneltir. Gelen cevapların çoğunun "boş zamanlarda" seçeneği üzerinde yoğunlaştığını gören araştırmacı incelemelerini sürdürür ve neticede verilen cevapların gerçeği yansıtmadığını tespit eder. Değerlendirmesinde Mihaly, insanların iş zamanlarında daha mutlu olmalarına karşın boş zamanlarında daha stresli olduklarını vurgular.⁽¹⁰⁾ Araştırmaya katılanların iş zamanı ile huzursuzluk arasında kurdukları olumsuz ilişki, balık-su analogunu akla getirmektedir. Genel

(8) Bkz. FRANKL, Viktor; "Das Leiden am sinnlosen Leben", in Der Wille zum Sinn, 6. Auflage. Piper Verl., München 1996, 241-242; FRANKL Viktor-KREUZER Franz; Im Anfang war der Sinn. (von der Psychoanalyse zur Logotherapie ein Gespräch), 3. Auflage, Piper Verlag, München-Zürich 1994, 90-91.

* İnsanın biyo-psiko-sosyal bütün eğilimlerinin belirli-belirsiz amaçlara yönelik olması açısından üretkenlikle açıklanması mümkündür. Ancak burada biz üretkenliği olumlu anlamda ve daha çok belirli bir amaca bağlı, iş, meslek ve eser bağlamında ele alıyoruz.

(9) Bkz. KURZ, Wolfram; "Die Bedeutung religiöser Erziehung für die Entwicklung psychischer Gesundheit unter besonderer Berücksichtigung logotherapeutischer Aspekte", in Kompendium der Logotherapie und Existenzanalyse, Hrsg. W.Kurz-F. Sedlak, Lebenskunst Verl., Tübingen 1995, 550; BÖCKMANN, Walter "Logotherapie und Sinn-Theorie. Überlegungen zum therapeutischen wie aussertherapeutischen Umgang mit dem Franklischen Sinn-Begriff und seiner erweiterten Definition im Rahmen einer Sinn-Theorie". Journal des Viktor-Frankl Institut, Vol. 5, Nr.2, Wien 1997, 113-115.

(10) ERNST, Heiko, "Glück ist keine Glücksache", Psychologie Heute, 24. Jahrgang, Heft 3, Belz Zentralauslieferung, Weinheim 1997, 23.

bir eğilim olarak insan, sahip olduklarından ziyade, arzuladıklarına yöneliktir. Bu anlamda o çoğu zaman mesleğinin değerini takdir etmez. Bu tarz eğilim aslında, insanların hayatlarını anlamlandıran ve kolaylaştıran imkanların değerini bilmek yerine kolay olana, rahatlığa ve ikincil isteklere sarılmalarından doğan bir yanılgıya işaret eder. Yaşanan bir gerçeklik olarak insanın sahip olduğu tüm varlığı, büyük ölçüde daha önce arzuladıklarından oluşur. Ancak tabiatı itibariyle o, gerçekleşen arzusunu unutarak yeni bir arzuyla güdülenir. Başa dönecek olursak; yaşamını sürdürebilecek bir işe veya mesleğe sahip olmaksızın insanın mutluluğunu garanti edebilecek pek bir şey yoktur. Böyle bir durumda boş zaman, sıkıntı ve stres yüklemekten başka bir fonksiyon icra edemez. *Boş vakit sendromu*, böyle bir yönelişin psikopatolojik yansıması olarak görülebilir.

Üretkenlik bireye, hem başkalarına yardımcı olmaktan ötürü sağladığı haz bakımından; hem de bizzat üretken olduğunun bir ifadesi olarak kendine güvene ve kendini gerçekleştirmeye yardımcı olması bakımından, en önemli tatmin ve anlam kaynaklarından birini teşkil eder.

Meşguliyet içermesi yönüyle bireyin ruh sağlığını olumlu yönde etkilemesi, üretkenliğin önemli diğer bir fonksiyonudur. Boş kaldığı yerde insan, "kendini dinleme"ye başlar. Kendini dinleme, bilinç alanının sorunlarla kuşatılmasına yol açan olumsuz bir kendine yoğunlaşma sürecidir. Üretken birey, işinin başında iken kendi gelip-geçici ya da hayati anlamda önemsiz sayılan sorunları üzerinde yoğunlaşacak boş zaman bulamaz. Bernard Shaw'ın "*Bedbaht olmanın sırrı, huzurlu muyum, değil miyim sorusunu kendine yöneltecek kadar vakit bulmaktan ibarettir*"⁽¹¹⁾ sözü, burada zikredilmeye değer görünmektedir.

Bir işi başarmaya veya bir mesleği icra etmeye yönelik çabalar, anlam arayışı sürecinde insanı hayata bağlar; yaşadığı hayatın değerli olduğuna dair köklü bir duygu geliştirmesine yol açar.⁽¹²⁾ Yaratıcılığını ve üretkenliğini tüm kapasitesi ile ortaya koymaya çalışanlar, örneğin yoksullukları veya başarısızlıkları nedeniyle kolayca düş kırıklığına uğramazlar. Zira onları yönlendiren güç salt başarıya endekli olmadığı için kaybolmaz, canlılığını korur. Böyle şahsiyetler başarısızlıklarını anlamlandırarak sahip oldukları yaratıcı güçle iç dünyalarında yeniden yapılanmaya giderler ve kendilerine yeni hedefler tayin ederler.⁽¹³⁾

(11) BENAZUS, Hanri; *Mutluluk Çıkmazı*, Site Ofset Matb., İzmir, 1985, 37, ayrıca bkz. KURZ "agm", 550.

(12) Geniş bilgi için bkz. BÖCKMANN, "agm", 113-115.

(13) HOFFER, Eric; *Kesin İnançlılar*, (Çev. Günnur Erkil), 4. Baskı, Akran Yay., İstanbul 1988, 55.

Diğer taraftan bunlar, işlerini veya mesleklerini icra etmenin mutluluğunu, ihtiyaçlarını giderecek bir ürüne ya da ücrete kavuşmaya bağlamaktan çok, üretici olmak ve bir işe yaramaktan doğan tatmin duygusuna bağlarlar.⁽¹⁴⁾ Kalıcı eser bırakmış tarihi şahsiyetlerin önemli bir kısmının yoksul olmalarına karşın anlamlı bir hayat geçirdikleri gerçeği, üretkenliğin anlamla doğrudan ilişkili olduğunu gösterir.⁽¹⁵⁾

Ne kadar zor ve sıkıcı olursa olsun insanın işi veya mesleği, onun beklentilerine, amaç ve hedeflerine cevap verdiği sürece, hayatını anlamlandırma fonksiyonunu kaybetmez. Buna karşılık ne kadar kolay ve sürükleyici olursa olsun bir iş veya meslek, beklentilere cevap veremez hale geldiği andan itibaren anlamlandırma fonksiyonunu da kaybeder.

Almanya'da yapılan bir araştırmaya göre, belirli bir mesleğe sahip olanların yaklaşık % 30'u, zamanla başka bir mesleğe yönelmektedir. Bunlardan bir kısmı hastalık, ağır koşullar vb. gibi zorunlu nedenlerle işlerini değiştirirken, diğer önemli bir kısmı mesleklerinde anlam ve tatmin bulamadıkları için iş değişikliğine gitmektedirler. Anlam noktasında asıl ilgi çeken husus, ikinci grupta yer alanların başkaları için üretmeye yönelik kültürel, sosyal ve çevresel meslekler seçmeleridir.⁽¹⁶⁾ Hamburg Üniversitesinden Richter'in 213 yetişkin üzerinde 1993'te gerçekleştirdiği bir araştırmaya göre anlamlı bir iş veya meslek tecrübesine sahip olanlar, çevreleri ile daha uyumlu, düzenli ve daha çok sıcak ilişkiler geliştirmektedirler.⁽¹⁷⁾

Ölümsüzlük veya başka bir ifade ile ebedilik arzusu, organik olarak gerçekleşme ihtimali bulunmamakla birlikte insanda en güçlü arzulardan biridir. İnsan bu arzusunu telafi etmek amacıyla çoğu zaman kendini hatırlatacak eserler bırakmaya çalışır.⁽¹⁸⁾ Böylece o, bıraktığı eserler aracılığıyla ebedileştiğini hisseder ve bir anlamda hayatını değerli kılar. Geçmişten günümüze intikal eden ve çağdaş teknolojik imkanlarımızın karşısında, hayret ve hayranlık uyandıran sayısız eserler müşahade ediyoruz. Bu gelişmelere imza atanların, sadece ücret ve popülerite kaygısıyla hareket ettikleri düşünülemez.

(14) FROMM, Erich: Hayatı Sevmek, (Çev. A.Köse), Arıtan Yay., İstanbul 1996, 47-48.

(15) RUSSEL Bertrand; Mutluluk Yolu, (Çev. Nurettin Özyürek), 4.Baskı, Varlık Yay., İstanbul 1976, 196.

(16) GROM, Bernhard-SCHMİDT Josef; Auf der Suche nach dem Sinn des Lebens ,4. Auflage, Herderbücherei, Freiburg-Basel-Wien 1979, 96.

(17) TAUSCH, Reinhard; "Sinnerfahrungen", Bedeutung für unser Leben und Möglichkeiten der Förderung-empirische Aspekte, in Kompendium der Logotherapie und Existenzanalyse, Hrsg. W. Kurz-F. Sedlak, Lebenskunst Verl., Tübingen 1995, 758.

Varoluşanalizi, hayatı anlamlandırma sürecinde eserin önemine özel bir vurgu yapar. Bu anlayışa göre meslek ve eser, hem hayatın sorgulayıcılığı karşısında insanın sunabileceği en güçlü cevaplardan biri⁽¹⁹⁾; hem yaratıcı değerlerin gerçeklik kazandığı pötansiyellerden biri⁽²⁰⁾; hem de kendini aşkınlamayı gerçekleştirebilecek önemli imkanlardan biridir.⁽²¹⁾

Sosyo-kültürel ve çevresel hemen her alanda yaratıcılık, üretkenlik ve bunların tabii bir sonucu olarak faydalı bir eser ortaya koyma amacı, geleneksel toplumların aksine egosantrik eğilimlerin belirleyici olduğu günümüz modern toplumlarında, "anlam" merkezinden gittikçe uzaklaşmaktadır. Elbette bu olumsuz gelişmede sanayi devriminin getirdiği bütünlük ve çok yönlülükten uzak yeniliklerin etkisi büyük olmuştur. Örneğin günümüzdeki teknolojik üretim, geçmişin aksine rutin ve lokaldır. Basit bir aracın veya nesnenin tümünü üretmek yerine, tek başına hiç bir anlamı olmayan bir-iki parçasını yıllarca üretmeye mahkum edilen insanların çoğu, mesleklerini bir yük olarak algılamaktadır.⁽²²⁾

Üretkenliğin hayata anlam kazandıracak nitelikte olabilmesi, bazı şartların gerçekleşmesine bağlıdır. Bunların başta gelenlerini şu şekilde sıralayabiliriz:

- a) Terk edilmiş iş veya mesleğin, ilgi alanında bulunması; yeteneklere hitap edebilmesi ve gerçekleştirilebilir olması;
- b) Başarabilmenin imkanına ve yapının doğruluğuna inanmak;

-
- (18) ADLER, Alfred: Hayatın Manâsı (Çev. H. Özgü), Özgü Basımevi İstanbul, 1964, 97; ADLER, Alfred: Der Sinn des Lebens, Fischer Taschenbuch Verlag, GmbH, Frankfurt am Mein 1996, 165. FRANKL, "Der Wille zum Sinn", In Der Wille zum Sinn, 32.
 - (19) Bkz. FRANKL, Das Leiden am sinnlosen Leben, 31; FRANKL, Die Sinnfrage in der Psychotherapie, 90-91. FRANKL, İnsanın Anlam Arayışı, 126; FRANKL, agm, 26; ALBRECHT, Giosch: "Schwerkranken und sterbenden Menschen nahe sein"; Logotherapie und Existenzanalyse, Z.D.G.L.E., 5. Jahrgang, Heft 1, Bremen 1996 117.
 - (20) FRANK, Ärztliche Seelsorge, 81; KOLBE, Christoph; Heilung oder Hindernis, Religion bei Freud Adler Fromm Jung und Frankl, Kreuz Verl., Stuttgart 1986, 230; KLEIN, Ferdinand: "Die Bedeutung der Existenzanalyse und Logotherapie für Menschen (sogeanter) geistiger Behinderung", Journal des Viktor Frankl-Institut, Volume 5, Nummer 2, Wien 1997, 71.
 - (21) FRANKL, Viktor: Duyulmayan Anlam Çığığı, (Çev. Selçuk Budak), Öteki Yay., Ankara 1994, 29; FRANKL, Viktor: "Kritik der reinen Begengnung", in Der Wille zum Sinn, 6. Auflage, Piper Verl., München 1996, 220, LÄNGLE, Was ist Existenzanalyse und Logotherapie, 15.
 - (22) CEMİLE, Meryem, Batı Uygurlağı ve İnsan, (Çev. İ.E. Bilgin), Kültür Basın Yayın Birliği, İstanbul 1986, 26-27; ayrıca bkz. ADLER, Alfred; Wozu leben wir, Fischer Taschenbuch Verlag, Frankfurt 1994, 19.

c) Çalışmanın öngörülen amaç doğrultusunda olması ve hedefe ulaşma yolunda gereken azamî disiplinin sağlanması;

d) İş veya meslekle duygusal bir bağ kurmak ve böylece çalışmaktan zevk duymak.⁽²³⁾

Üretkenliğin kalitesinde, mesleğin dürüstçe, iyi niyet ve diğergâm bir atmosferde icra edilmesinde dinî-ahlakî değerlerin güçlü etkileri söz konusudur. Her dinî öğretisi, bağlılarını bir taraftan çalışmaya; insanlar için faydalı şeyler üretmeye teşvik ederken, diğer taraftan da her girişimde mutedil ve doğru olmaya çağırır. Hemen her peygamberin elçilik görevine ilave olarak aynı zamanda belirli bir meslek dalında üretici bir kimlikle gelmesi; ayrıca dinî metinlerin bizzat çalışmaya ve üretime özel vurgularda bulunması⁽²⁴⁾, din-üretkenlik ilişkisinin güçlülüğüne işaret eder.

BİBLİOGRAFYA

KİTAPLAR

ADLER, Alfred; **Hayatın Manâsı**, (Çev. Halis Özgü), Özgü Basımevi, İstanbul 1964

-----; **Wozu leben wir**, Fischer Taschenbuch Verlag, Frankfurt 1994 (1979 Basısının aynısı)

-----; **Der Sinn des Lebens**, Fischer Taschenbuch Verlag ,GmbH, Frankfurt am Mein 1996

BENAZIUS, Hanri; **Mutluluk Çıkmazı**, Site Ofset Matb., İzmir. 1985

BUHARİ, Ebu Abdillah b.Muhammed b. İsmail; **El-Camius's-Sahih**, Çağrı Yay. (ofset baskı), İstanbul 1413/1992 C. I-VIII

DARİMİ, Ebu Muhammed Abdullah b. Abdirrahman (v. 255/868), **es-Sunen**, Çağrı Yay. (ofset baskı), İstanbul 1413/1992 C. I-II

FRANKL, Viktor E; **Das Leiden am sinnlosen Leben**, Psychotherapie für Heute, 5. Auflage, Herder Verl., Freiburg-Basel-Wien 1991

-----; **İnsanın Anlam Arayışı**, (Çev. Selçuk Budak) 2. Baskı, Öteki Yay., Ankara 1992

-----; **Duyulmayan Anlam Çılgılığı**, (Çev. Selçuk Budak), Öteki Yay., Ankara 1994

(23) Geniş bilgi için bkz. MAUROIS, Andre, Yaşama Sanatı, (Çev. K.N.Özburun), Kaknüs Yay. Ankara 1997, 83-90.

(24) Ayetler için bkz. Kasas 28/77; Necm 53/39; Cuma 62/10; Mülk 67/15. Hadisler için bkz. Buhari, Buyu' 15; Tirmizi, Buyu' 4; Nesai, Buyu' 1; İbn Mace, Ticaret 1; Darimi, Buyu' 8.

FRANKL, Viktor- KREUZER Franz; **Im Anfang war der Sinn** (von der Psychoanalyse zur Logotherapie ein Gespräch), 3. Auflage, Piper Verlag, München-Zürich 1994

-----; **Die Sinnfrage in der Psychotherapie**, 5. Auflage, Piper Verl., München 1994

-----; **Ärztliche Seelsorge**, Grundlagen der Logotherapie und Existenzanalyse, Fischer Taschenbuch Verl., Farnkfurt am Mein 1995

-----; **Der Wille zum Sinn**, 3. Auflage, Piper Verlag, München-Zürich 1996

-----; **Zeiten der Entscheidung**, 2. Auflage, Hrsg. Elizabeth Lukas, Herder Verl., Freiburg 1996

FROMM Erich; **Hayatı Sevmek**, (Çev. Ali Köse), Arıtan Yay., İstanbul 1996

GROM Bernhard-SCHMİDT Josef; **Auf der Suche nach dem Sinn des Lebens**, 4. Auflage, Herderbücherei, Freiburg-Basel-Wien 1979

KOLBE, Christoph; **Heilung oder Hindernis**, Religion bei Freud Adler Fromm Jung und Frankl, Kreuz Verl., Stuttgart 1986

LUKAS, Elisabeth; **Auch dein Leben hat Sinn**, logotherapeutische Wege zur Gesundheit, 3. Auflage, Herder Verl., Freiburg 1991

-----; **Weisheit als Medizin**, Quel Verl., Stuttgart 1997

NESAİ, Ebu Abdirrahman Ahmed b. Ahmed (v. 710/1310), **Medariku't-Tenzil ve Hakaiku't -Te'vil**, Çağrı Yay. (ofset baskı), İstanbul 1413/1992, C. I-VIII

RUSSELL, Bertrand; **Mutluluk Yolu**, (Çev. Nurettin Özyürek), 4.Baskı, Varlık Yay., İstanbul 1976

TİRMİZİ, Ebu İsa Muhammed b. İsa b. Serve (v. 279/892), **el-Camius's-Sahih**, Çağrı Yay. (ofset baskı), İstanbul 1413/1992, C. I-V

MAKALELER

ALBRECHT, Giosch; **"Schwerkranken und sterbenden Menschen nahe Sein"**, Logotherapie und Existenzanalyse, Z.D.G.L.E., 5. Jahrgang, Heft 1, Bremen 1996, (112-117)

BİLLER, Karlheinz; **"Der Sinn-Begriff als zentrales Theorem der Logotherapie"**, in Kompendium der Logotherapie und Existenzanalyse, Hrsg., W.Kurz-F.Sedlak, Lebenskunst Verl., Tübingen 1995, (99-116)

BÖCKMAN, Walter **"Logotherapie und Sinn-Theorie. Überlegungen zum therapeutischen wie aussertherapeutischen Umgang mit**

- dem Franklischen Sinn-Begriff und seiner erweiterten Definition im Rahmen einer Sinn-Theorie**", Journal des Viktor-Frankl Institut, Vol. 5, Nr.2, Wien 1997, (106-123)
- BÖSCHEMEVER, Uwe; **"Existenzanalytische Gesprächsführung"**, in Kompendium der Logotherapie und Existenzanalyse, Hrsg., W.Kurz-F.Sedlak, Lebenskunst Verl., Tübingen 1995, (339-346)
- ERNST, Heiko, **"Glück ist keine Glücksache"**, Psychologie Heute, 24. Jahrgang, Heft 3, Belz Zentralauslieferung, Weinheim 1997, (20-27)
- FRANKL, Viktor E.; **"Das Leiden am sinnlosen Leben"**, in Der Wille zum Sinn, 6. Auflage, Piper Verl., München 1996, (236-244)
- ; **"Der Mensch auf der Suche nach Sinn"**, In Der Mensch vor der Frage nach dem Sinn, V. Frankl, 8. Auflage, Piper Verl., München-Zürich 1996 (100-102)
- ; **"Der Wille zum Sinn"**, in Der Mensch vor der Frage nach dem Sinn, V. Frankl, 8. Auflage, Piper Verl., München-Zürich 1996, (323-332)
- ; **"Der Wille Zum Sinn"**, in Der Wille zum Sinn, 6. Auflage, Piper Verl., München 1996, (9-36)
- ; **"Kritik der reinen Begegnung"**, in Der Wille zum Sinn, 6. Auflage, Piper Verl., München 1996, (217-233)
- İBN MACE, Ebu Abdillah Muhammed b. Yezid el-Kazvinî (v. 273/886), **es-Sünen**, Çağrı Yay. (ofset baskı), İstanbul 1413/1992 C. I-II
- KLEIN, Ferdinand; **"Die Bedeutung der Existenzanalyse und Logotherapie für Menschen mit (sogeanter) geistiger Behinderung"**, Journal des Viktor Frankl-Institut, Volume 5, Nummer 2, Wien 1997, (66-80)
- KURZ, Wolfram; **"Die Bedeutung religiöser Erziehung für die Entwicklung psychischer Gesundheit unter besonderer Berücksichtigung logotherapeutischer Aspekte"**, in Kompendium der Logotherapie und Existenzanalyse, Hrsg. W.Kurz-F. Sedlak, Lebenskunst Verl., Tübingen 1995 (528-553)
- LÄNGLE, Alfried; **"Was ist Existenzanalyse und Logotherapie"**, in Entscheidung zum Sein, A.Längle, Piper, Verl., München 1988, (9-21)

DİNDARLIĞIN ETKİLERİ (I)

"Bireysel Düzey"

Yazan : Benjamin Beit HALLAHMI ve Michael ARGYLE

Çev. : Dr. Adem ŞAHİN*

Bu bölümde dindarlık, bireysel ve toplumsal hayat üzerinde etkisi olan bir bağımsız değişken olarak ele alınacaktır. Konuyla ilgili olarak, dinin insanın mutluluğunu artıracığı ve diğer taraftan ihtimal olmamakla birlikte daha uzun yaşamasına vesile olacağı yönünde bir takım hipotezler öne sürülmüştür. Bu hipotezler doğrultusunda biz de burada, dindar insanların daha mutlu, fiziksel ve ruh sağlığı açısından daha iyi durumda olup olmadığını ve şayet daha mutlu ve daha sağlıklı iseler bunun altında yatan psikolojik süreçleri araştıracağız.

Mutluluk ve Hayatın Kalitesi

Birçok sosyal araştırma, dinî cemaat üyelerinin karşılaştırıldıkları üye olmayan diğer insanlara göre, genel olarak hayatlarından daha memnun olduklarını bulmuştur. Ondört Avrupa ülkesinden 160.000 kişiyi örneklem alan bir anket çalışmasında, haftada bir veya daha fazla kiliseye giden grubun (%85), hiç gitmediğini belirtenlere (%77) göre daha mutlu oldukları tesbit edilmiştir. (Inglehart, 1990).

Bazen, en yüksek ve en düşük dindarlıkla çok mutlu olma ve az mutlu olma arasında eğrisel bir çizgi ilişkisi bulunmuştur (Shaver et al. 1980). Fakat hem din ve hem de mutluluk, yaş, sosyal statü ve diğer değişkenlere göre farklılık gösterirler ve aralarındaki gerçek ilişkilerin tesbit edilmesi için sürekli olarak incelenmeleri gerekir.

Compbell ve arkadaşları (1967) bunu gerçekleştirmişlerdir. Hadaway (1978) tarafından yapılan tekrar analiz neticesinde, dinî değişkenlerin hepsinin mutlulukla ilişkisi tesbit edilmiştir. Mesela, kiliseye devam etmenin iç huzuru ile korelasyon katsayısı 0.17'dir.

* B.B. HALLAHMI ve M. ARGYLE'in, *The Psychology of Religious Behavior, Belief and Experience* (London and New York, 1997) isimli kitaplarının 185-207 sayfaları arasında bulunan, "The Effects of Religiosity, "Individual level" başlıklı bölümün ilk oniki sayfasının tercümesidir.

* Selçuk Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Din Psikolojisi Ana Bilim Dalı Araştırma Görevlisi.

Moberg ve Taves (1965), Minnesota'da, 1.343 yaşlı kişiden oluşturulan örneklem grubunda iç huzurunun kapsamlı bir ölçümünü yapmışlar ve neticede kiliselere (çeşitli dinî cemaatlara.) bağlı olmanın, tablo 10.1'de de görüldüğü üzere yüksek düzeyde huzurlu olma ile ilişkisinin olduğunu bulmuşlardır.

Yine Witter ve ark. (1985), din ve mutluluk arasındaki ilişki üzerine yapılan 56 araştırmanın bir meta analizini yapmışlar, bu araştırmalar arasında 0.16 oranında standart sapma gösteren pozitif bir ilişkinin olduğu ve tesbit edilen bu etkinin, yaşlı denekler ve dinî faaliyetler üzerinde dindarlıktan daha güçlü olduğu görülmüştür. Daha önce etkilendiği görülen mutluluk, hayattan zevk alma, moral, hayatın niteliği (kalitesi), evlilik ilişkileri ve iş hayatından memnun olmayı da içine alan kendini iyi hissetmenin bütün şekilleri yine etkilenmiştir. (Willits and Crider, 1988). Dinin özellikle hayatın anlam ve amacına sahip olma duygusu üzerinde güçlü bir etkisi vardır. (Chamberlain ve Zıka, 1988).

Tablo 10.1 Bir Araştırma ve Kilise Üyeliği İndeksinin Skorları

	Kilise Liderleri	Diğer Kilise Üyeleri	Kilise Üyesi Olmayanlar
Evli	15	15	12
Boşanmış	15	11	7
Bekar	12	8	5
65-70	18	14	10
71-79	15	12	7
80+	13	8	6
Tam gün işi olan	18	18	17
Yarım gün işi olan	16	16	13
Tam emekli olan	15	12	7
Sağlık (kendine göre)			
Mükemmel	17	14	13
Güzel	15	14	11
Fena değil	17	6	8
Dini organizasyonlarda ellili yaşlardakinden daha aktif	16	13	9
Daha az aktif	14	11	17

Tablo 10.1'deki bulgular, yaşlılarda sıklıkla olduğu gibi, sosyal hayattan

izole olmuş kimselere sosyal destek sağlayan dîni bağıllığın faydalarının basit bir açıklamasını sunmaktadır. Cutler (1976), cemaatin, yaşlıların kendilerini iyi hissetmelerine yol açan 17 değişik gruptan sadece birisi olduğunu ve gelir, meslek ve kontrollü bir sağlıkla ilgisi olduğunu bulmuştur.

Yine, bir İngiltere örneğinde, kilise müdavimlerinin % 37'sinin, kilise arkadaşlıklarını diğerlerinden daha candan kabul ettikleri ve bunun sonucunda kilisenin sanki güçlü bir sosyal destek sağlıyormuş gibi görüldüğü tesbit edilmiştir. Bu, ibadetin ortaklaşa paylaşılan duyguları geliştirmesi, dîni topluluğun içinde şüphe olmayan bir kabul ve sevgiyi sunması veya önemli inançları paylaşmanın özel gücü sebebiyle olabilir (Argyle, 1996). Burada etkili olan süreçlerden biri, sosyal bağıllık ve bölgesel dîni cemaat tarafından sağlanan sosyal destektir. Sosyal destek mutluluklara, akıl sağlığının artmasına ve intihar riskinin azalmasına yol açmaktadır. Tesbit edilen bu etki, cemaat hayatının sadece sosyal yönüyle ilgili olabilir. Sonuçta bir çok yakın arkadaşlıklar, ibadet grubunun diğer üyelerini de kapsar. Avustralya'da Kaldor (1994) tarafından 310.000 kilise müdavimi örneklem alınarak gerçekleştirilen bir araştırmada, örneklemin % 24'ünün en yakın arkadaşlarının, % 46'sının ise bazı yakın arkadaşlarının kendi kilisesinden olduğu tesbit edilmiştir.

Eldeki veriler, en yakın arkadaşlıklarının kendi gruplarından kişiler olduğunu bildirenlerin en yüksek oranda Pente Costalistler* (%33) ile Hz. İsa'nın dünyaya ikinci defa gelişinin yakın olduğuna inananlar (Seventh Day Adventists, % 38) ve Dört öykü (foursquare Gospel, % 38) gibi bazı küçük protestan gruplarının arasında olduğunu göstermektedir. Bu bulgu, sadece Hıristiyanlıkla sınırlı değildir. Benzer sonuçlar, İngiltere'deki işsiz müslüman erkekler örneğinde de tesbit edilmiştir. Cami cemaati olma ve bunun sağladığı sosyal destek, stres altındaki bireylere içinde buldukları sıkıntının üstesinden gelmelerini sağlamaktadır (Shams and Jackson 1993).

Son zamanlarda yapılan araştırmalar, dinin sosyal destekten başka yollarla da bireyin mutluluğunu etkileyebildiğini göstermiştir. Bu sonuca, dinin farklı yönlerinin ayrı ayrı etkilerini ortaya çıkarmak için uygulanan çoklu regresyon analizleriyle ulaşılmıştır. Pollner (1989), deneklerce ifade edilen "Allah'a yakın olmanın (0.16), kiliseye devamdan bağımsız olarak ve demografik değişkenler sabit tutulduğunda, mutluluk ve memnuniyetle ilişkisinin olduğunu tesbit etmiştir. İbadet, dîni tecrübe ve diğer özel dindarlık şekillerinin, insana sosyal destek

* Kutsal ruhun vaftizi denilen bir aydınlanma ile kazanılan ihtidaya önem veren grup. (çev.)

sağlamada benzer faydaları sağlayan bir tür sosyal ilişki olarak tecrübe edildiği öne sürülmüştür (Kirkpatrick, 1992). Nitekim beşinci bölümde, dinî tecrübenin, onu yaşadığını ifade edenlerin mutluluğunu artırdığını ve bu çalışmaların tasarımlarının (design) nedensel bir yorum yapmaya imkan sağladığını görmüştük.

İnançların da bireyin kendisini iyi hissetmesini sağlayan üçüncü bir bağımsız kaynak olduğu öne sürülmüştür. Ellison (1991), Amerika'da uygulanan bir ulusal anketten alınan datayı kullanarak, özellikle yaşlı ve tahsil seviyesi düşük bireylerde varoluşsal gerçeklikler ile ilgili kesin inançlar ve hayattan memnun olma arasında kiliseye devamlılık ve bireysel bağlılıktan bağımsız bir ilişki bulmuştur. Çoklu regresyon sonuçları, kiliseye devam etme ve özel bağlılıkların bireyin kendini iyi hissetmesine yol açacak olan inançların ortaya çıkmasına sebep olduğu şeklindeki nedensel modeli desteklemiştir. Başka bir araştırmada (Ellison ve diğ. 1989), her üç dinî değişkenin, hayattan memnun olmayı etkilediğini, ve Amerikan Baprist kiliselerine devam edenlerin, ki bunların çoğu fundamentalisttir, diğer kiliselerin bağlılarından daha mutlu oldukları bulundu. Bu durum, Shaver ve arkadaşlarının (1980), "daha az dindâr olanların varlıklarından daha az emin olmaları sebebiyle daha mutsuz oldukları" şeklindeki bulgularıyla açıklanabilir.

Burada inancın içeriği de önemlidir. Steinitz (1980), yaşlılarda mutluluğun en güçlü dinî göstergesinin ahiret inancı olduğunu bulmuştur. Dinin, yalnızlık duygusunu azalttığı; ancak bunun, cezalandırıcı bir Tanrıya inananlarda değil, kullarını destekleyici, bakıp gözetleyen ve yardım eden bir Tanrı inancına sahip olanlarda gerçekleştiği tesbit edilmiştir (Schwab and Peteren, 1990). Fanel ve Young (1988), Tibetli Budistlerin, hayatın kalitesi konusunda Hindulardan daha olumlu ifadelerde bulduklarını, bu durumun muhtemelen daha az kaderci olmaları ve arkadaşlık ve aile değerlerinin maddi şeylerden daha öteye geliştirilebileceğine olan inançları sebebiyle olduğunu bulmuşlardır. Dinî inançlar ve ibadetler, kişiyi mutluluğa götürecektir olan kontrol hissi ve iyimserliği artırabilir (Dull and Skokon, 1995).

Yaşlıların dinden faydalanmalarının neden bu kadar fazla olduğunu, onların hayattan izole olma eğilimine girmelerine ve ölüm hakkındaki kaygılarına referansta bulunarak açıklamıştık. Bununla birlikte, bahsi geçen çalışmaların çoğu, aynı varsayım ile hareket etmesine rağmen, pek azı din ile kişinin kendini iyi hissetmesi arasındaki sebep-sonuç ilişkisini göstermiştir. Meselâ, nedenselliğin ters yönünden hareketle, stres altında olmayan kimselerin daha çok ibadet

edeceklerini bekleyebiliriz. Lowenthal (1993), dîni buyrukları katıksız olarak yerine getirmenin bazı bireyler için stresten uzaklaşmanın bir kaynağı olabileceğini ortaya koymuştur. Bu, muhtemelen bu bölümde bahsedilen diğer faydalarca dengelenmektedir.

SAĞLIK

Dindarlıkla, bireyin kendini sağlıklı kabul etmesi arasında pozitif bir ilişki vardır. Levin ve Vanderpool (1987) benzer konuları araştıran 28 araştırmayı analiz etmişler ve kontrol edilen diğer değişkenlerle, küçük olmakla birlikte tutarlı ilişkiler tesbit etmişlerdir. Kimi zaman, fiziksel kapasite bir kontrol aracı olarak ileri sürüldüğünde, sadece iyi durumda olanların kiliseye gidebilmeleri sebebiyle, ilişki ortaya çıkmaz.

Bununla birlikte, Broyles ve Drenovsky (1992) tarafından vücutça sağlam olan ihtiyarlarda, kiliseye devam etme ile subjektif sağlık arasında 0.09 düzeyinde bir korelasyon tesbit edilmiştir. Fakat başka araştırmalardan biliyoruz ki, subjektif sağlık, gerçek fiziksel sağlık için kesin bir gösterge değildir. O, özellikle kişinin kendi kendine var saydığı bir iyi olma durumudur. Meselâ insanlar, çoğu zaman yüksek tansiyon ve kolesterol seviyelerinin farkında değildirler. Bu durumda biz, dînin sağlık üzerindeki objektif olarak ölçülebilen etkisine dönmek durumundayız.

Comstock ve Partridge (1972), Tablo 10.2'de gösterildiği üzere kilise müdavimi ve diğerlerinden oluşan büyük bir örneklemin ölüm tarihlerini tesbit etti. Bunlar incelendiğinde, haftada bir veya daha fazla kiliseye gidenlerde kalp krizi ve diğer bir çok sebepten ölenlerin oranlarının diğerlerinden daha düşük olduğu görüldü. Daha önce yapılan, "fiziksel yetersizliğin ulaşılan sonuçları destekleyebileceği" şeklindeki değerlendirme, bu araştırmanın kısaca anlaşılmasını sağlamaktadır. Bu, yaşlıların küçük bir yüzdesi için geçerli bir işaret olabilir. Ancak, bir çok araştırma bu itiraza açık değildir. Frankel ve Hewitt (1994), kiliseye içten bağlanan ve sıklıkla devam eden Kanadalı öğrencilerin, doktora daha az oranda gittiklerini tesbit etti. Din ve sağlıksız olma arasındaki ilişkiyi inceleyen birçok araştırma yapılmış ve dînin kalp rahatsızlığı, felç, kanserin bir çok türü ve kalın barsak iltihaplanması (colitis, enteritis) gibi bütün genel rahatsızlıklara etkisi bulunmuştur (Levin 1994). Dwyer ve arkadaşları (1990), 3060 Amerikan yerleşim bölgesinde, kilise müdavimlerinin oranlarını karşılaştırmışlar ve kilise müdavimlerinin çok olduğu bölgelerde kanser oranlarının, özellikle sindirim ve solunum yolu kanserlerinde, daha düşük olduğunu bulmuşlardır.

Şayet din sağlığı etkiliyorsa, din adamlarının en azından cemaatlerinden daha sağlıklı olmaları beklenebilir. Dördüncü bölümde, değişik inançlardan din adamlarının diğerlerinden daha sağlıklı ve daha uzun ömürlü oldukları ifade edilmişti. Bu etki bugün geçmişte olduğundan daha zayıftır ve Roma Katolik kilisesi din adamları için daha belirginsizdir (Jarvis ve Northcott, 1987; Levin 1994). Dinin sağlık üzerindeki daha çarpıcı etkileri, mezheplerin hayattan beklentileri arasındaki farklılıklarda bulunabilir. Amerikan Seventh Day Adventist erkeklerinin diğer cemaatlerin ortalamasından dört yıl, kadınlarının ise iki yıl fazla yaşadıkları ve benzer etkilerin Mormonlar, Ortodoks Yahudiler ve Amishler'de de olduğu gözlenmiştir (Jarvis ve Northcott, 1987; Levin, 194).

Tablo 10.2 Düzenli kilise müdavimleri ve diğerlerinin ölüm oranları (her 1000 kişiden 3, 4 ve 5 yıl üstü)

Ölüm Sebebi	Haftada bir	Haftada bir defa
	veya daha fazla	veya daha az
Kalp hastalığı (5 sene)	38	89
Solunum yetmezliği (3 sene)	18	52
Siroz (3 sene)	5	25
Barsak kanseri (5 sene)	13	17
İntihar (6 sene)	11	29

Müntesipleri uzun ömürlü olan bu mezheplerin içki, sigara, seks ve diyet konusunda katı kuralları vardır. Hatta bazıları bunların yanısıra egzersiz yapmayı bile emretmektedirler. Diğer taraftan, ana hıristiyan mezhepleri içinde tutucu olanların mensuplarının sağlıklarının diğerlerinden daha kötü olduğu da tesbit edilmiştir (Ferrara ve Albrecht, 1991).

Şurası açıkça ortaya çıkmıştır ki, objektif sağlık ve uzun ömürlülüğü de içine alacak şekilde dinin sağlık üzerinde bazı etkileri vardır. Acaba, bu etki hangi sebeplerle oluşmaktadır? En açık faktör, farklı dinî grupların, diyet, alkol ve nikotinden sakınma, düzenli seks ve egzersiz gibi sağlığa yönelik davranışlarıdır. Comstock ve Partridgenin (1972) dinî cemaatler üzerine yaptıkları bir araştırmanın sonucuna göre, dinî cemaat üyelerinde karaciğer sirozu (alkol sebebiyle), akciğer şişkinliği (emphysema, sigara sebebiyle), rahim kanseri (özellikle çok fazla kişiyle seks hayatı yaşama sebebiyle) ve kalp rahatsızlığı (özellikle sigara ve yiyecekler sebebiyle) gibi hastalıklardan ölüm oranları diğerlerine göre daha düşüktür. Bununla birlikte Kune ve arkadaşlarının (1993),

Avustralya'da yaptıkları bir diğer araştırmada, yeme alışkanlığı ve içki çok dikkatli bir şekilde sabit tutulduğunda kişinin kendini dindar kabul etmesinin (self-reported religiosity) kalın barsak ve düz barsak (rectum) kanserleri için koruyucu bir faktör olduğunu bulmuşlardır.

Bu konuda ikinci ve gerçekleşmesi en muhtemel açıklama, daha önce mutluluklar için çok önemli olduğunu gördüğümüz "dîni cemaatin sağladığı sosyal destek" hususundadır. Yapılan çalışmalardan bilindiği üzere, sosyal desteğin sağlığa faydası vardır ve cemaat üyeliği çoğu zaman sosyal destek şekillerinden birisi olarak düşünülmüştür (Berkman ve Syme, 1979; Ellison ve George, 1994). Sosyal destek, özel bazı şekillerde sağlığı etkiler ve daha iyi sağlık davranışlarını doğurur. Mesela, aile üyelerinin daha az içki içmesi, daha iyi beslenme alışkanlıklarının olması ve birbirini gözetmesi gibi davranışlar, kilise üyelerinin kendi aralarında da gerçekleşebilir. Daha önce gördüğümüz üzere, yaşlı insanlar için cemaat, grup desteğinin en güçlü şeklidir.

Diğer taraftan dinin etkileri, sosyal destek kontrol edildiğinde de tesbit edilmiş ve bazı araştırmalarda özel dîni bağlılık ve zahidliğin, sağlığın bağımsız göstergeleri olduğu bulunmuştur (Frankel ve Hewitt, 1994). Kass ve arkadaşları (1991) yaptıkları uzun süreli bir araştırmada, Tanrı inancı içermeyen ruhsal tecrübelerin yaşanma oranının, tıbbî rahatsızlıkların sayısının düştüğünü gösteren bir işaret olduğunu bulmuşlardır.

Bir diğer muhtemel açıklama ise, inançların özellikle kriz zamanlarında kişinin sağlığına faydası olacak bir ruh huzurunu doğurduğudur (Idler, 1994). Bölümün başlarında gördüğümüz üzere bu durum, kişinin kendini iyi hissetmesinde bir faktördür. Yates ve ark. (1981), yaptıkları bir araştırmada dindar kanser hastalarının diğerlerinden daha az düzeylerde ağrı hissettiklerini bulmuşlardır. Dua ve ibadetin de hafifleme (relaxation), ümit, bağışlanma ve kendini güçlü hissetme gibi pozitif duygusal tecrübelerin doğmasına yol açtığı söylenmektedir. (Mc Fadden and Levin, 1996). Bu etkiler, bağımsızlığını harekete geçirmesiyle görülebilir. Bunun yakın arkadaşlıklar, pozitif ruh hali ve hafifleme ile meydana geldiği bulunmuştur. Meselâ Rahibe Teresa hakkındaki bir filmi izlerken yaşanan bir tecrübe, immunoglobulin salgısında önemli bir artış doğururken, Hitler hakkındaki bir filmde böyle bir şey yaşanmadığı görülmektedir (Mc Clelland ve Kirshnit, 1982).

Diğer taraftan dinin sağlık üzerinde gerçekten yıkıcı etkisinin olduğu durumları da değerlendirmek zorundayız. Bu, fiziksel cezalandırmanın savunulduğu ve yapıldığı, şiddet içeren cin kovma ile uğraşıldığı ve inançlar

sebebiyle hastaya ilacın verilmediği zamanlarda gerçekleşmektedir. Tıbbî tedaviyi yasaklama konusunda en iyi bilinen grup, hastalıkların iman yoluyla iyileştirilebileceğine inanan Christian Science mezhebidir. Ayrıca, sonuçların gerçekten trajik olduğu daha küçük gruplar da vardır. Meselâ İsa'nın Dünya kilisesi iman meclisinde, 1963'de kurulan ve 1976'dan beri tıbbî yasaklama sonucu çocukları ve üyeleri arasında en azından 100 ölüm olayının rapor edildiği bir grup vardı. (Beit-Hallahmi, 1993 b).

AKIL SAĞLIĞI

Dindar insanlar akıl sağlığı bakımından daha mı iyi, ya da kötü durumdadırlar? Konuyu işlerken önce öğrenci veya halk örneklemelerinin akıl sağlığı ölçümlerine, daha sonra akıl hastalarının ölçümlerine bakacağız. Batson ve arkadaşları (1993), bu türden 115 çalışmanın bulgularını analize tabi tuttular. Ancak ulaştıkları sonuçlar ilk anda aydınlatıcı değildi. Bulgularına göre bunlardan 37'si akıl sağlığı ile pozitif, 47'si negatif ilişki gösterirken 31'i hiçbir ilişki göstermiyordu. Daha sonra değişik inanç yönelişleri, iç güdümlü-dış güdümlü dindarlık ve dinî şüphe ölçümlerini ayrı ayrı analiz ettiler. Bu analizlerin sonuçları tablo 10.3'de verilmiştir.

Tablo 10.3: Akıl Sağlığı ve Dindarlığın üç şekli arasındaki ilişki

Ölçekler	Pozitif	Şüpheli	Negatif
İçe dönük	49	30	14
Dışa dönük	1	31	48
Şüphe	8	12	4

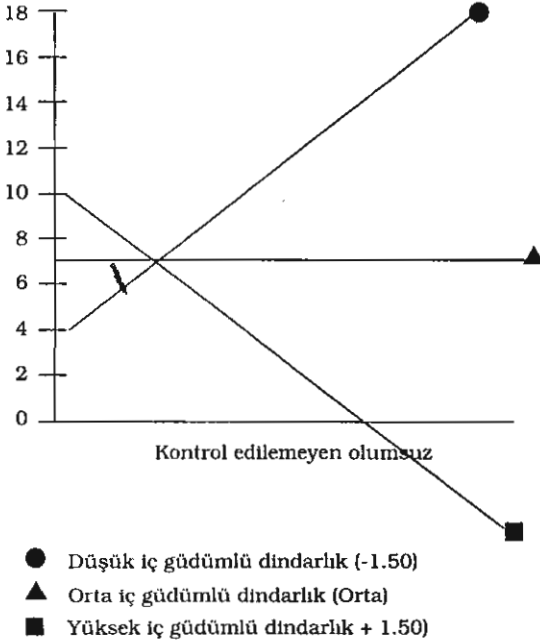
Kaynak: Batson ve Diğ. (1993).

Bulgular iç güdümlü dindarlarda akıl sağlığı açısından daha iyi olma yönünde, dış güdümlü dindarlık gösterenlerde ise bunun tam tersi bir eğilim olduğunu, şüphecilerde ise açık bir ilişkinin olmadığını göstermektedir. Bununla birlikte, mutluluklar konusunda olduğu gibi, ibadetlere devam etme sıklığının da burada bütünüyle tutarlı bir ilişkisinin olmaması dikkat çekicidir.

New Haven'da 2811 yaşlı denek örneklem alınarak gerçekleştirilen bir çalışmada Idler (1987), kiliseye devam eden erkek ve kadınlarda depresyonun azaldığını, aynı sonucun özel ibadetler yapan ihtiyarlarda da gözleendiğini bu durumun sağlık davranışını da içeren bir çok değişkenin kontrol edilmesinden sonra da aynı şekilde çıktığını bulmuştur. Amerika'da yapılan diğer çalışmalarda

da dindar olmayanların akıl sağlığı konusunda daha zayıf oldukları bulunmuştur (Schumaker, 1991).

Diğer taraftan dinin stresli hayat tecrübelerini yaşayanlarda tampon etkisine sahip olduğu bulunmuştur. Park ve Arkadaşları (1990), dindarlığın protestanlar arasında kontrol dışı gelişen hayat tecrübelerinin doğurduğu depresyon ve kaygı durumlarına bir tampon görevi yaptığını (Şekil 10.1), diğer taraftan hem protestan ve hem de katoliklerin yaşadıkları kontrol edilebilir olaylarda ise daha zayıf bir etkisinin olduğunu tesbit ettiler. Araştırmacılar, bu etkinin yavaş işlediğini ve sadece uzun süreli (longitudinal) ve geciktirilmiş bir araştırma dışında diğerlerinin analizinde direk bir tesirinin olmadığını buldular.



Kaynak: Park ve diğ. (1990)

Meksika menşeli Amerikalılar arasındaki Psikopatoloji farklılıklarını açıklamak için, küçük cemaatlerde görülen ve diğerlerine göre daha büyük olan sosyal desteğe vurguda bulunulmuştur (Meadow ve Bronson, 1969). Williams ve arkadaşları, 750 denekten oluşan bir örneklem üzerinde yaptıkları araştırmada, ibadetlere devam etmenin, akıl sağlığı üzerinde tesiri olan stresin etkilerini engellediğini bulmuşlardır. Yine daha küçük bir örneklem grubunda Maton (1989), deneklerin manevi destek ve Allah'la iletişim içinde olma gibi konulardaki durumlarına dair ifadelerinden, dinin çocuk ölümü, depresyon,

uyum sağlama ve kendilik değeri gibi genel sarsıntılara tampon görevi yaptığını, bununla birlikte stres altındaki bireylere ibadetlere devam etme ve inançlara sadık olmanın bir faydasının olmadığını bulmuştur (cf. Mc Intosh ve diğ. 1993; Pruda ve diğ. 1984). Bu, problemlerle başa çıkmanın dînî formlarıyla başarılabilir.

Genel hayat olayları ile ilgili olarak 60 evli çiftin katıldığı 21 günlük bir stresle başa çıkma programı uygulamalarında, dinin en az kullanıldığı ve olayların sadece % 7'sinde söz edildiği tesbit edilmiştir (Porter ve Stone, 1996). Ancak, problemlerin üstesinden dînî motiflerle başa çıkmanın, gerçek sıkıntının yaşandığı olaylarda daha belirginleştiği ve dinin bu durumlarda daha çok yardımcı olduğu anlaşılmaktadır. Pargament ve arkadaşları (1988), dînî başa çıkmada üç faktör belirlemişlerdir. Bunlar, birliktelik (ortak sorumlulukla Allah'ı bir eş, ortak olarak kabul etme), erteleme (bekleme, Allahın kararına bırakmak), ve bireysel sorumluluktur (Allah kişiye bireysel sorumluluğu üstlenmek üzere hürriyet vermektedir).

Pargament ve arkadaşları, yaptıkları bu çalışmada Allah'la işbirliği yaparak stresin üstesinden gelme ve ertelemenin daha zayıf düzeylerini, iç güdümlü dindarlık ve ibadette devamlılık ile ilişkili iken, bireysel sorumluluğun her ikisiyle negatif ilişkisinin olduğunu buldular. Daha sonra yaptıkları diğer bir çalışmada sadece Allah'la işbirliği içinde problemlerin üstesinden gelmenin, akıl sağlığına pozitif etkisinin olduğunu buldular. Dindar bireylerin zihin sağlığına olumlu katkıda bulunan diğer bir süreç ise, onların olumsuz olayları olumlu şekilde yorumlayabilmeleridir. (Pargament ve Park, 1995). Dua (veya ibadet), insanların kendilerini daha kontrollü hissetmelerini, geleceğe daha iyimser bakmalarını, daha güçlü bir kendilik saygısı, güven ve amaç duygusuna sahip olmalarını sağlar (Dull ve Skokan, 1995).

Acaba dindarlığın hangi şekli akıl sağlığı için daha iyidir? Gördüğümüz kadarıyla iç güdümlü dindarlık en iyi işarettir. Diğer bağlılık ölçekleri de bu konuda işe yaramaktadır. Ryan ve ark (1993), inançları içselleştirme (internalization) ölçeğinin düşük depresyon, kaygı ve GHQ değerleri ile korelasyonunu bulmuşlardır. Tesbit edilen bu ilişki, inançların onaylanmak zorunda olduğu yüzeysel içselleştirme zıt etkiye sahip iken gerçekleşmekte ve dış güdümlü dindarlığın negatif etkisine benzemektedir. Ross (1990), en az stressiz olanların ya tam dindarlar ya da tam dinsizler arasında olduğunu bulmuştur.

PSİKİYATRİK RAHATSIZLIKLARDA DİNİ DÜŞÜNCELER

Bu kısımdan önce bahsi geçen denekler, hastanede tedavi gören ve uygulanan anketleri dolduracak kapasitede olmayan şizofreni hastaları olmayıp, bütünüyle öğrenciler veya toplumun diğer kesiminden kişilerden oluşmaktaydı. Psikotik hastalarda, dîni fikir ve iddiaların olduğu sık sık dile getirilmektedir. Bu konuda değişik zamanlarda, değişik hastalar üzerinde gerçekleştirilen bir çok araştırma vardır ve bunların hepsinde, hastalıkta dînî bir duruş benimsemek, yoğun dînî tecrübe yaşamak, meşhur bir dînî kişilik olduğunu iddia etmek gibi açık dînî mühtevalar bulunmuştur. Psikotik hastalar üzerinde yapılan araştırmalar, psikolojik rahatsızlıklarda rahatsızlığın muhtevasının inandıkları dinlerin doğmalarından alındığını; ama rahatsızlığın biçimlenmesi üzerinde bireysel vetoplumsal durumların etkili olduğunu göstermiştir.

Dînî muhtevanın, saplantı (obsessive-compulsive), aşırı korku (phobic), duygusal çöküntü (depressive) ve paranoid gibi psikotik ve nörotik rahatsızlıkların hepsinde bulunduğu tesbit edilmiştir. (Mailloux ve Ancona, 1960). Amerika'da psikiyatriyi geliştirme grubunun (1968) tesbit ettiğine göre din, paranoid şizofreni ve ileri düzeydeki psikolojik rahatsızlıklarda önemli rol oynamaktadır. Geçen iki yüzyıl boyunca görülen şizofrenik fikirleri karşılaştırdıktan sonra Klat ve Hamilton (1961), psikolojik rahatsızlıklarda dînî içeriğin kültürel faktörlerin bir sonucu olduğu savını destekleyen inandırıcı bir delil önesürmüşlerdir. Ondokuzuncu yüzyıl ortalarında, dinin sosyal bir güç olarak daha etkili olması sebebiyle, hastalar daha çok dînî içerikli kaygılar ifade etmekteydiler. Bugün dînî yanılıklar genellikle orta sınıfın formal dindarlığına karşılık fundamentalist inanç ve duyarlı dindarlığın yaygın şekilde paylaşıldığı düşük sosyal sınıf üyeleri arasında daha yaygındır.

Tarihin daha önceki dönemlerinde, yeniden canlanma hareketlerine katılan kayda değer sayıda insan, heyecan veya coşkudan acı çeken kişiler olarak sınıflandırılmıştır. Stone (1943) New England'da İkinci Zuhur Hareketinin (Second Adventist Movement) en aktif olduğu dönem boyunca New Hampshire Devlet Hastanesine 1942-43 yıllarının üç ayında yapılan hasta kabullerini incelemiştir. İncelediği kayıtlarda hastaneye müracat edenlerin %24'ünün, Millerin toplantılarına devam etmelerinin bir sonucu olarak dînî heyecan'a kapıldıklarına karar verilmişti. Bunlardan onsekizi diagnosed manic (bir tür delilik), üçü depresif ve ikisi catatonic (vucudu kapkatı kesilmesi) idi. Kriz anlarında ortaya çıkan dînî yönelişler, büyük psikopatolojilerle ilgilendirilebilir.

Burton ve Bradley'e (1982) göre Okyanusya'da ortaya çıkan bazı dîni hareketleri, liderler tarafından ortaya konulan grup paranoyası karakterize etmektedir.

Evangelist din adamlarının Papua Yeni Gine'deki faaliyetle-rinde, ileri derecede katı ve psikotik davranışlar içerisinde değerlen-dirilen uyanış histerisi (revival hysterio) nin olduğu rapor edilmiştir. (Robin 1981). Yine Mc Danial (1989), Bengal'deki dört uyanış grubunda dîni coşkunluğu inceleyerek, kutsallık atfedilen delice davranışların bu kültürdeki normal delilik davranışlarıyla çok benzer olduğunu ortaya koymuştur.

Bir takım tarikat türü hareketlerin üyeleri arasında ciddi psikopatoloji vakıalarının oldukça yaygın olduğu hakkında bazı araştırma raporları vardır. Mentague (1977), Yehova Şahitleri arasında görülen yüksek orandaki rahatsızlıklara, grup doktrinlerinden daha çok ileri seviyedeki yaş ve sosyo-ekonomik statünün katkısının olduğunu öne sürmüştür.

Bir takım dîni inançlar, bazen ruh hastalığı olan kişiler tarafından benimsenir. Şeytana inanan dîni bir toplulukta yaşayan, şeytan tarafından yönetildiğine inanan ve sonuçta korkunç suçlar işleyen çıldırmış kişilerin karıştığı trajik vakıalar vardır. İngilteredeki Seventh Day Adventist Kilisesi üyeleri içinde yer alan birisi, kötü ruhlar tarafından ele geçirildiğine inandıktan sonra üç çocuğunu ve kendisini öldürmüştü (Mullin, 1995). Burada diğer olaylarla olduğu gibi herhangi bir dîni doktrinden ziyade, kişisel psikopatoloji sorumlu gözükmektedir.

Yukarda aktarılan olaylar, psikiyatrik rahatsızlıklarda dîni fikirlerin rolünü belirlerken, sırf dîni olanlara ilave olarak başka değerlendirme faktörlerine de ihtiyaç olduğunu göstermektedir. Bireysel saplantıda dîni fikirlerin olması, bireyin sosyal öğrenme esnasında dîni fikirlerin etkisine maruz kalmasıyla açıklanabilir. Aynı şekilde, bu durum, kültürdeki diğer inançlara göre dinin önemiyle de irtibatlandırılabilir. Bireysel psikodinamikler, belirtilerin (symptoms) ortaya çıkmasını belirler. Bununla birlikte onların belirli şekilleri, bu arkaplan (background) faktörlerin etkisiyle ortaya çıkabilir. Bunlardan birisi de dindir.

Bazı dîni liderlerde, az ya da çok ciddi psikolojik rahatsızlıklar tesbit edilmiştir. Sekiz İngiliz mesihin biyografik analizleri neticesinde, üçünün paranoid şizofreni, birinin paranoya diğerlerinin ise histeri ve mania olduğu sonucuna ulaşılmıştır (Matthews, 1936). Bu tür analizler, bireysel kişilikleri anlamada büyük yararlar sağlamakla birlikte, bahsi geçen ruh hastası kişiler tarafınan başlatılan dîni hareketlerin açıklanmasında daha az önem taşırlar. Çünkü bu

liderler, ruh hastalarından daha etkiliydiler ve fikirleri geniş bir uygulama alanına sahipti. Şayet geniş bir değerlendirme yapılacaksa onların müritlerinin ruh hallerinin de incelenmesi gerekmektedir (Ct. Gordon, 1987).

ÖLÜM KORKUSU

İnsanlığın en universal ve en negatif yönü olan ölüm, bütün dinlerde merkezi bir yer işgal eder. İnsanlarda ölümle ilgili olarak dünyada sahip olunan güzel şeylerin ve kişiliğin kaybedileceği, şayet inanılıyorsa cehenneme gitme ihtimalinin olması ve işlerin nasıl gideceğine dair açık belirsizlik, kaygı ve huzursuzluklara yol açabilir. Dinlerin çok belirgin olmamakla birlikte, gelecekte olacıklara dair açıklamaları vardır. Ölümle ilgili genellikle iki sürecin olduğu varsayılır: Ölüm korkusu, kişiyi ölümden sonraki hayata dair dinî inançları kabul etmeye sevkeder ve buna bağlı olarak kaygı ve huzursuzluğu azaltır. Burada biz, dinin ölüm konusundaki kaygı ve huzursuzluğu düşürmede başarılı olup olmadığını ve ölüm korkusunun dinî inançları artırıp artırmayacağını tartışacağız.

Ölüm korkusunu ölçmenin değişik yolları vardır. Spilka ve arkadaşlarınınca (1977) geliştirilen Tablo 4'deki ölçek gibi, ölüm konusundaki farklı faktörleri ölçen ayrıntılı ölçekler vardır. Ölüm korkusu konusunda yapılan çoğu araştırma, ölümlü reddetme ve ölümden kaçınmayı ölçen ölçekleri kullanmışlardır (Nelsen ve Cantrell, 1980). Diğer araştırmacılar ise ölümle ilgili kelimelere gösterilen psikolojik reaksiyonları veya dinî ve dinî olmayan kavramlara uygulanan renk testi ve kelime grubu testlerine (Feifel, 1974) tepkilerin oranını kaydetmek suretiyle, bilinçdışı ölüm korkusunun ölçümlerini yapmışlardır (Williams and Cole, 1968).

Amerika'da birkaç bin denek üzerinde yapılan araştırmaların sonuçlarından, toplumu oluşturan bireylerin bilinç düzeyinde çok az ölüm korkusunun olduğu, çoğunun "korkulacak bir şey yok, ölüm kaçınılmaz" dedikleri, fakat nötr ve ölümle ilgili kelimelere verilen cevaplar karşılaştırıldığında (Bkz. Tablo 10.4) bilinçdışı düzeyde daha çok kaygı ve huzursuzluğun olduğu anlaşılmaktadır (Feifel, 1974).

Tablo 10.4: Ölüm anlayışları ile Ölümün Üstesinden Gelme Şekilleri ve İçer Dönük-Dışa Dönük Dindarlıklar Arasındaki Korelasyonlar

	Dinî Şekil	Mistik Şekil	Biososyal Şekil	Yaratıcı Şekil	Tabii Şekil	İçer Dönük	Dışa Dönük
Yalnızlık ve acı olarak ölüm	-0.31b	0.06	0.19	0.34b	-0.02	-0.11	0.32b
Ahirette mükâfat olarak ölüm	0.60b	0.08	0.24a	-0.14	-0.06	0.51b	0.03
Ölüme karşı ilgisizlik	-0.38b	-0.15	0.13	0.34b	-0.04	-0.33b	0.12
Bilinmeyen olarak ölüm	-0.20a	-0.12	0.000	0.23a	0.23a	-0.35b	-0.35b
Günahlarla birlikte bu dünyayı terketme olarak ölüm	-0.17	0.03	0.47b	0.40b	-0.03	0.08	0.34b
Korkusuzluk olarak ölüm	0.34b	0.17	0.34b	0.29b	0.09	0.15	0.26b
Başarısızlık olarak ölüm	-0.32b	-0.02	0.30b	0.45b	-0.14	-0.17	0.28
Tabii bir son olarak ölüm	0.18	-0.34b	0.00	-0.11	0.43b	-0.08	0.17

Not

(a) $P < 0.05$ (iki yönlü)

(b) $P < 0.01$ (iki yönlü)

$N=105$

Kaynak: Spilka ve Diğ. (1977)

Ölüm dinî hayatta merkezi bir rol oynar. İngiltere'de yapılan araştırmada, deneklere hangi durumların kendilerine Allah'ı düşündürdüğü sorulmuş ve % 64'ü ölümün % 2'si sevginin ve % 2'si de tatillerin Allah'ı düşünmeye sevkettiğini söylemişlerdir. Deneklerin % 44'ü şayet ölümden korkarlarsa, bir papaz ya da din adamına müracaat edeceklerini bildirirlerken, % 15'i eşine, % 8'i doktora danışacağını söylemiştir. Din adamına danışılacağını bildirilmesi burada ana problemi teşil etmektedir (ITA, 1970), Gustafsson (1972), serbest çağrışım ve anlamsal farklılık oranlarını kullanarak, mezarlığın korku, üzüntü ve diğer tefekkür anlarında ilham kaynağı olan, oldukça geniş duygusal anlam yüklenen bir sembol olduğunu ve inananlardan daha çok, inanmayanlar tarafından sık sık bir meditasyon mekanı olarak kullanıldığını bulmuştur.

Bir çok çalışma, daha dindar bireylerin daha düşük ölüm korkusuna sahip olacağı hipotezini test etmek üzere ölüm korkusu ile dindarlık arasındaki

ilişkileri incelemiştir. Bunların çoğu, çok büyük olmamakla birlikte çeşitli dindarlık dereceleriyle ölüm korkusu dereceleri arasında negatif bir ilişki bulmuşlardır. Bulgulara bakıldığında, ölüm korkusunun iç güdümlü -0.4 veya - 0.5 gibi oldukça yüksek düzeyde negatif ilişkisi olduğunda, dış güdümlü dindarlıkla düşük fakat pozitif bir korelasyonunun olduğu görülmektedir (Batson ve diğ. 1993). Hood ve Morrisin (1983), Tablo 10.5'de bulguları verilen çalışmasında olduğu gibi, pozitif ve negatif ölüm algıları için de aynı sonuçlar bulunmuştur. Bununla birlikte bu bulgu, sadece Hıristiyanlar için uygulanabilir; mesela Budistler için işe yaramaz (Patrick, 1979). Nelson ve Cantrell'in (1980), Orta Amerika ülkelerinden seçilen 1279 örneklem ve Levy ve arkadaşlarının (1985) Qubec'ten seçilen 856 örneklem ile gerçekleştirdikleri araştırmalarında, en düşük ölüm korkusuyla endüyük ve en yüksek dindarlık düzeyleri arasında eğrilerden oluşan bir ilişki tesbit ettiler.

Şimdi biz, ölüm korkusunun bir şekilde ortaya çıktığı olayları inceleyeceğiz. Amacımız, bu sonuçların ahirete daha güçlü bir şekilde inanmakla ortaya çıkıp çıkmadığını ve dindar insanların diğerlerinden daha az huzursuz olup olmadıklarını görmektir. 18. ve 19. yüzyıl boyunca ve bazen bu yüzyılda, dinî canlanma önderleri dinleyicilerini kendi görüşlerini benimsetmek için cehennem korkutucu imajını kullandılar. Burada ölüm korkusunun uyandırılması muhtemelen ikna etme sürecinin bir sonucu olarak görülmektedir. Fakat biz daha kontrollü bulgular için bazı dikkat çekici tecrübelerle döneceğiz. Osarchuk ve Tate (1973), dinî inançlar yönünden hem yüksek ve hem de düşük seviyedeki kimselerle ağıt türü müzik, 42 kadavra ile diğer ölümle ilgili sahneleri yansıtan slaytlar eşliğinde hastalıklardan ve kazalardan doğan ölüm tehlikeleri hakkında konuşarak onlarda ölüm korkusu uyandırdılar. Bu oldukça güçlü manipulasyon, ölümden sonraki hayata inançta esaslı artışlar doğurdu; ölüm korkusu düştü ve şayet daha önce inanıyor idiyse ölümünden sonraki hayat hakkında daha olumlu düşünmeye başladılar. Ancak daha sonra bu tür çalışmaların arkası gelmedi. Meselâ Ochsman'ı (1984) böyle güçlü bir ölüm korkusuna sokma ve onun kullandığı metotları kullanmayı, etik değerlendirmeler engelledi ve 15-20 dakikalık bir ölüm korkusu anketi de beklenen sonuçları ortaya çıkarmadı. Laboratuvar bulgularından, teorinin sadece güçlü ölüm korkusu uyaranlar ve güçlü inançlara sahip olanlarda çalıştığı görülmektedir.

Günlük hayatta, çok güçlü ölüm korkusunun yaşandığı bazı olaylar vardır, şimdi bunları ele alacağız. Feifel (1974), dikkatli bir şekilde eşleştirilmiş sağlıklı ve ölümcül hastalıklı kimseleri örneklem aldığı çalışmasında, din karşıtı olanlarla

karşılaştırılan (% 70) dindarların çoğunluğunun (% 81), korkmadıklarını ifade etmelerine rağmen, şuurlu ya da şuurdışı düzeyde, dinin ölüm korkuları üzerinde az miktarda etkisinin olduğunu ve bu bağlamda ölümcül hastalarla diğerleri arasında farklılık olmadığını tesbit etti. Croog ve Levine (1972) de yakın zamanda kalp krizi geçirmiş olan 324 erkeği örneklem olarak gerçekleştirdiği çalışmasında bu olayın onların dinî hayatlarına etkisinin olmadığını buldu. Yine Feifel ve Jones (1968)'in örneklem aldığı 371 denekten 92'si ölümcül hasta, geri kalanlar ise konudan kendisini uzak tutmakta veya reddetmekteydi ve hepsi de ölümü kavramlaştırılmamaktaydı. Diğer bir çok araştırma da ne ciddi şekilde hasta olanlar ve ne de doktorların, ki bunlar ölümle birçok kez doğrudan ilgi kurmuşlardır, problemle ilgili dinî bir çözümü çoğu zaman benimsemediklerini bulmuştur.

Gerçek hayatta ölüm korkusunun diğer bir kaynağı savaş tecrübesidir. İkinci dünya savaşı esnasında Amerikan ordusunda uygulanan anketler neticesinde, birçok askerin işler kötüye gittiğinde, özellikle savaşta yakın arkadaşlarının öldürüldüğünü görmek gibi aşırı strese maruz kaldıklarında, duanın kendilerine yardım ettiğini kabul ettikleri tesbit edilmiştir. Duanın yardım ettiğini kabul edenlerin oranı çok sayıda savaşa katılanlarda % 72 iken; daha az savaşa katılanlarda % 42 idi (Stouffer ve diğ. 1949). Bununla birlikte, yaşanan bu olayların savaştan sonra devam eden genel bir etkisi yoktu. Savaştan sonra öğrenciliğe dönen eski askerlere uygulanan anketlerde, bazılarının daha dindar, bazılarının daha az dindar olmaya başladıkları, çoğunluğun ise herhangi bir değişiklik yaşamadığı tesbit edildi (Allport ve diğ. 1948). Savaştan önce benimsenen dindarlıkla savaş ortamına girmenin ölüm korkusundan uzaklaşmaya büyük oranda yardım ettiği görülmüştür. Florian ve Mikulincer (1993), İsrail askerlerinden halihazırdaki savaşa katılmış olmalarına dikkat ederek, dindar olanlarla olmayanları karşılaştırmış ve neticede dindar askerlerin savaş tecrübesinden sonra da diğerlerinden daha düşük düzeyde ölüm korkusu gösterdiğini ve dinî inançların ölüm korusuna karşılık bir savunma görevi yaptığını saptamıştır.

Ölüm korkusunun muhtemel kaynaklarından birisi de yaşlılıktır. Yaşlı insanların ölümden sonraki hayata gençlerden daha çok inandığını görmekteyiz; bu, yaşla birlikte dindarlıkta görülen ana değişikliklerden birisidir. Yapılan bir araştırmada, doksan yaşın üzerindeki bütün yaşlıların ahiret inancına sahip oldukları tespit edilmiştir. Yaşlılıkta, mutluluğun en güçlü işaretlerinden (predictor) birisinin ahirete inanmak olduğunu görmekteyiz. Bu durumda teorinin

yaşlılarda işlediği görülmektedir. Swenson (1961), 60 yaşın üzerinden 210 kişiyi örneklem aldığı araştırmasında, hem ibadetlere katılımın ve hem de fundamentalizmin, olumsuz veya kaçamaklı tutumların tam tersine, ölümü olumlu şekilde sabırsızlıkla bekleme ile pozitif ilişkisinin olduğunu buldu. Dindar kişi, büyük olasılıkla "ölüm harika olacak" veya "ölümü dört gözle bekliyorum" demekte ve onu "çok eğlenceli bir mutluluk anı" ile bir tutmaktaydı. Ayrıca, sağlığı kötü olanlar ölümü daha çok istemekteydi ve ölüm korkusu huzur evinde veya ailesiyle birlikte yaşayanlarda diğerlerine göre daha düşük, buna karşılık yalnız yaşayanlarda daha yüksekti.

İnsanlar, dinin yardımıyla ölüm korkularının üstesinden geldiklerinde bunu nasıl gerçekleştirmektedirler? Hood ve Morris (1983), insanların ölüm korkusunun üstesinden gelmesini sağlayacak bir çok düşünme şekillerinin olduğunu öne sürdüler. Bunlar,

- 1- Dînî; ölümsüzlükle ilgili dinî fikirleri benimsemek,
- 2- Biososyal; benliği aile ve çocukların parçası olarak görmek,
- 3- Yaratıcı; birisinin devam eden işi ve projesi içinde yaşamak,
- 4- Tabii; tabii süreçlerle özdeşleşme,
- 5- Mistik; ölümün ötesine geçmenin direk olarak tecrübe edildiği, zihinsel olmayan bir yoldur.

Tablo 10.5, bu düşünüş şekilleri ile ölüm korkusu ve diğer değişkenler arasındaki ilişkileri göstermektedir.

Tablo 10.5: Ölüme Bakış Açısı Ölçekleri

Ölçek 1: Yalnızlık ve acı olarak ölüm

Ölüm

- 1-Büyük bir acı anı
- 2- Bir izolasyon anı için sonuç
- 3- Son acı,
- 4- Yılgınlığın sonu
- 5- Zihinsel ve bedensel acıda zirve
- 6- Ölüm anında tek başına yaşama olarak

Ölçek 2: Bir ahiret ödülü olarak ölüm

Ölüm...

- 1- Sonsuz mutluluğun yaşanacağı bir yere giriş.

- 2- Kendi kendine bir temizlenme ve yeniden doğuşa neden olma
- 3- Birisinin yeniden yaratılış ve mükafatlandırılışına sebep olma
- 4- Allah ve ebedî saadetle birleşme
- 5- Daha iyi bir hayat için bu hayatı terketme
- 6- Cennet ve sonsuz mutluluklar için bir kapı aralığı

Ölçek 3: Ölüme karşı umursamazlık

Ölüm...

- 1- Şeylerin düzeni içinde önemsiz
- 2- Sonun küçük başlangıcı olarak ölüm
- 3- Önemsiz, kolay ve aldırılmaması gereken bir şey gözüyle bakmak
- 4- Ne korkulacak ne de memnuniyetle karşılanacak bir şey
- 5- Şu ya da bu şekilde hiçbir farklılık yapmamak

Ölçek 4: Bilinmeyen olarak ölüm

Ölüm...

- 1- Tamamıyla en büyük belirsizlik.
- 2- En büyük muamma.
- 3- Bilinenin sonu bilinmeyenin başlangıcı
- 4- Kişinin hakkında bilmiyorum demesi gereken şey
- 5- Bir soru işareti
- 6- Hayatın belirsizliklerinin en anlaşılmaz alanı olarak

Ölçek 5: Günahlarla birlikte yakınları terkedip gitme

Ölüm...

1- Birisinin, yakınlarını hayatın sıkıntıları karşısında savunmasız bir şekilde bırakıp gitmesi,

2- Birisi öldüğünde sevenlerini bırakıp gitmesi,

3- Birisinin, ailesinin gelecekteki ihtiyaçlarını yeterince sağlayamamasından doğan suçluluk hissini sebebi

4- Suçlu hissetmek için bir sebep

5- Aileyi kendi başının çaresine bakacak şekilde terketme

Ölçek 6: Cesaret olarak ölüm

Ölüm...

1- Kişinin hayat boyunca bir şey için ayakta durduğunu göstermesi için bir şans

2- Kişinin hayatın bu son imtihanıyla nasıl karşılaşabileceğini göstereceği bir durum.

3- Kişi için gerçeğin en büyük bir anı.

4- Büyük başarı için bir fırsat.

5- Alçak gönüllük veya yenilgiyi reddetme zamanı

6- Birisinin hayat değerlerine bağlılığının testi

Ölçek 7: Başarısızlık olarak ölüm

Ölüm...

1- Kişinin potansiyellerini gerçekleştirmesini engelleyen bir olay

2- Kişinin ümitlerinin sonu

3- Kişinin anlam arayışın son başarısız girişimi

4- Kişinin kendi kendini en üst düzeyde gerçekleştirme yönündeki bir şansın yok olması

5- Başarı için çabalarırken mağlup olma olarak ölüm

Ölçek 8: Tabii bir son

Ölüm

1- Hayatın normal bir geçiş anı olarak her birimizin yaşayacağı bir tecrübe

2. Varlıkla ahenk içindeki son fiil

3- Hayatın tabii bir yönü

4- Hayat çemberinin parçası olarak ölüm

Burada ölüm korkusuyla en yüksek korelasyonun, dinî düşünme şekliyle ve büyük olasılıkla diğerlerinden çok daha başarılı olduğu görülebilir. O, tam anlamı ve mecazî olmayan şekliyle, geleneksel öğretilerin kabul edilmesiyle gerçekleştirilir. Nitekim daha önce, bazı ölümcül hastaların öteki dünyayı nasıl güçlü bir şekilde arzuladıklarını görmüştük. Orbach ve Florian (1992) 10 yaş gibi oldukça genç yaşta benimsenen dinî öğretiler dolayısıyla dindar ve dindar olmayan bireylerin ölüme karşı tutumlarında ortaya çıkan farklılığı tesbit etti. Bununla birlikte, ölümden sonraki hayata inanmak için ikinci ve oldukça farklı

bir yol vardır. Mistik şeklin, ölüm korkusunu düşürmede etkisiz olduğu açık olmakla birlikte, çok düşünen ve uyarıcı ilaçlar (psychedelic drugs) alanlarda hem şuurlu ve hem de şuuraltı düzeyde ölüm korkusunun düştüğünü gösteren bazı deliller vardır (Gorfield,1975).

Geleneksel olarak din, yakınları ölenlere yardım etmede bir rol oynar. Eşlerden birisinin, çocuk veya anne babadan birisinin ölümü oldukça üzücüdür ve uzun süren duygusal rahatsızlık doğurur. Ölü için yapılan dinî tören, büyük olasılıkla, dinî seramoniler, aile toplantısı ve matem için vesile olur. Yakını ölen kişiye, dünyada kalanların sevdiği yakınlarıyla tekrar kavuşacağına inandırılmak suretiyle yardım edilir. Bu spritualistlerde oldukça yaygın şekilde paylaşılan bir inançtır.

Bu bölümün başında gördüğümüz gibi, bir çok insan tarafından din öncelikle, bir ölümün üstesinden gelme aracı olarak görülmektedir. Bütün dinler, ahiretle ilgili tasvirler (descriptions) ve ibadetler yoluyla ölümü ele alırken oldukça geniş değer atfederler ve bu çabaların bireysel ve toplumsal planda bazı meyveler verdiği görülür.

BİBLİYOGRAFYA

- Allport, G.W., Gillespie, J.M., and Young, J. (1948). The religion of the post-war college student. *Journal of Psychology* 25, 3-33.
- Argyle, M. (1996). *The Social Psychology of Leisure*. Harmondsworth: Penguin.
- Batson, C.D., Schoenrade, P., and Ventis, W.L. (1993). *Religion and the Individual*. New York: Oxford University Press.
- Beit-Hallahmi, B. (1993b). *The Annotated Dictionary of Modern New Religions*. Danbury, CT: Grolier.
- Berkman, L.F., and Syme, S.L. (1979). Social networks, host resistance, and mortality: A nine year follow up of Alameda country residents. *American Journal of Epidemiology*, 109, 186-204.
- Broyles, P.A., and Drenovsky, C.K. (1992). Religious attendance and the subjective health of the elderly. *Review of Religious Research*, 34, 152-160.
- Burton-Bradley, B.G. (1982). Cargo cult syndromes. In C.T.H. Friedman and R.A. Faugot (eds) *Extraordinary Disorders of Human Behavior*. New York: Plenum Press.
- Campbell, T.C., and Fukuyama, Y. (1970). *The Fragmented Layman*, Philadelphia, PA: Pilgrim Press.

- Chamberlain, K., and Zika, S. (1988). Religiosity, life meaning and well-being: Some relationships in a sample of women. *Journal for the Scientific Study of Religion*, 27, 411-420.
- Comstock, G.W., and Partridge, K.B. (1972). Church attendance and health. *Journal of Chronic Diseases*, 25, 665-672.
- Croog, S.H., and Levine, S. (1972). Religious identity and response to serious illness: A report on heart patients. *Social Science and Medicine*, 6, 17-32.
- Cutler, N.E. (1976). Membership in different kinds of voluntary association and psychological well-being. *Gerontologist*, 16, 335-339.
- Dull, V.T., and Skokan, L.A. (1995). A cognitive model of religion's influence on health. *Journal of Social Issues*, 51, 49-64.
- Ellison, C.G., and George, L.K. (1994). Religious involvement, social ties, and social support in a Southeastern community. *Journal for the Scientific Study of Religion*, 33, 46-61.
- Ellison, C.G., Gay, D.A., and Glass, T.A. (1989). Does religious commitment contribute to individual life satisfaction? *Social Forces*, 68, 100-123.
- Fazel, M.K., and Young, D.M. (1988). Life quality of Tibetans and Hindus: A function of religion. *Journal for the Scientific Study of Religion*, 27, 229-242.
- Feifel, H. (1974). Religious conviction and fear of death among the healthy and the terminally ill. *Journal for the Scientific Study of Religion*, 13, 353-360.
- Feifel, H., and Jones, R.B. (1968). Perception of death as related to nearness of death. *Proceedings of American Psychological Association*, 545-546.
- Ferraro, K.F., and Albrecht, J.C.N. (1991). Does religion influence adult health? *Journal for the Scientific Study of Religion*, 30, 193-202.
- Florian, V., and Mikulincer, M. (1993). The impact of death-risk experiences and religiosity on the fear of personal death: The case of Israeli soldiers in Lebanon. *Omega*, 26, 101-111.
- Frankel, B.G., and Hewitt, W.E. (1994). Religion and well-being among Canadian university students. *Journal for the Scientific Study of Religion*, 33, 62-73.
- Garfield, C.A. (1975). Consciousness alteration and fear of death. *Journal of Transpersonal Psychology*, 7, 147-175.
- Gordon, J.S. (1987). *The Golden Guru: The Strange Journey of Bhawan Shree Raineesh*. Lexington, M.A.: Stephen Green Press.

- Gustafsson, B. (1972). The cemetery as a place for meditation. *Lumen Vitae*, 27, 85-138.
- Hadaway, C.K. (1978). Life satisfaction and religion: A reanalysis. *Social Forces*, 57, 636-643.
- Hoge, D.R., and Petrillo, G.H. (1982). Transmission of religious and social values from parents to teenage children. *Journal of Marriage and the Family*, 44, 569-580.
- Hood, R.W., Jr., and Morris, R.J. (1983). Toward a theory of death transcendence. *Journal for the Scientific Study of Religion*, 22, 353-365.
- Idler, E.L. (1994). *Cohesiveness and Coherence: Religion and the Health of the Elderly*. New York: Garland.
- Inglehart, R. (1990). *Culture Shift in Advanced Industrial Society*. Princeton, NJ: Princeton University Press.
- ITA (1970). *Religion in Britain and Northern Ireland*. London: Independent Television Authority.
- Jarvis, G.K., and Northcott, H.C. (1987). Religion and differences in morbidity and mortality. *Social Science and Medicine*, 25, 813-824.
- Kaldor, P. (1994). *Winds of Change*. Homebush West, NSW: Anzea.
- Kass, J.D., Friedman, R., Leserman, J., Zuttermeister, P.C., and Benson, H. (1991).
- Kirkpatrick, L.A. (1992). An attachment-theory approach to the psychology of religion. *International Journal for the Psychology of Religion*, 2, 3-28.
- Klaf, F.C., and Hamilton, J.G. (1961). Schizophrenia: A hundred years ago and today. *Journal of Mental Science*, 107, 819-827.
- Kune, G.A., Kune, S., and Watson, L.F. (1993). Perceived religiousness is protective for colorectal cancer: Data from the Melbourne colorectal cancer study. *Journal of the Royal Society of Medicine*, 86, 645-647.
- Levin, J.S. (1994). Religion and health: Is there an association, is it valid, and is it causal? *Social Science and Medicine*, 38, 1475-1482.
- Levin, J.S., and Vanderpool, H.Y. (1987). Is frequent religious attendance really conducive to better health? *Social Science and Medicine*, 24, 589-600.
- Levy, J.J., Dupras, A., and Samson, J.M. (1985). Religion, death and sexuality in Quebec: A research note. *Cahiers de Recherches en Science et de la Religion*, 6, 25-34.
- Lowenthal K.M. (1993): Religion, stress, and distress. *Religion Today*, 8,

14-16.

- McClelland, D.C., and Kirshnit, C. (1982). Effect of motivational arousal on immune function. Cited by McClelland, D.C., *Human Motivation*, Cambridge: Cambridge University Press.
- McDaniel, J. (1989). *The Madness of the Saints: Ecstatic Religion in Bengal*. Chicago, IL: University of Chicago Press.
- McFadden, S.H., and Levin, J.S. (1996). Religion, emotions and health. In C. Magai and S.H. McFadden (eds) *Handbook of Emotion, Adult Development and Aging*. San Diego, CA: Academic Press.
- McIntosh, D.N., Silver, R.C., and Wortman, C.B. (1993). Religion's role in adjusting to a negative life event: Coping with the loss of a child. *Journal of Personality and Social Psychology*, 65, 812-821.
- Mailloux, N. and Ancona, L. (1960). A clinical study of religious attitudes and a new approach to psychopathology. In H.P. David and J.C. Brengelmann (eds) *Perspectives in Personality Research*. London: International Union of Scientific Psychology.
- 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.
- Matthews, R. (1936). *English Messiahs*. London: Methuen.
- Meadow, A., and Bronson, L. (1969). Religious affiliation and psychopathology in a Mexican-American population. *Journal of Abnormal Psychology*, 74, 177-180.
- Moberg, D.O., and Taves, M.J. (1965). Church participation and adjustment in old age. In A.M. Rose and W.A. Peterson (eds) *Older People and Their Social World*. Philadelphia, PA: F.A. Davis.
- Montague, H. (1977). The pessimistic sect's influence on the mental health of its members: The case of Jehovah's Witnesses. *Social Compass*, 24, 135-147.
- Mulling, J. (1995). Fear of 'demon forces' drove mother to kill children, *Guardian* (London), 12 May, p. 2.
- Nelsen, H.M., Yokley, R.L., and Madron, T.W. (1971). Rural-urban differences in religiosity. *Rural Sociology*, 36, 389-396.
- Nelson, L.D., and Cantrell, C.H. (1980). Religiosity and death anxiety: A multidimensional analysis. *Review of Religious Research*, 21, 148-157.
- Ochsmann, R. (1984). Belief in afterlife as a moderator of fear of death?

- European Journal of Social Psychology, 14, 53-67.
- Orbach, I., and Florian, V. (1992). Attitudes toward life and death, religiosity, and gender in Israeli children. *Omega*, 24, 139-149.
- Osarchuk, M., and Tate, S.J. (1973). Effect of induced fear of death on belief in afterlife. *Journal of Personality and Social Psychology*, 27, 256-260.
- Pargament, K.I., and Park, C.L. (1995). Merely a defense? The variety of religious means and ends. *Journal of Social Issues*, 51, 13-32.
- Pargament, K.I., Kennell, J., Hathaway, W., Grevengoed, N., Newman, J., and Jones, W. (1988). Religion and the problem-solving process: Three styles of coping. *Journal for the Scientific Study of Religion*, 27, 90-194.
- Park, C., Cohen, L.M., and Herb, L. (1990). Intrinsic religiousness and religious coping as life stress moderators for Catholics versus Protestants. *Journal of Personality and Social Psychology*, 59, 562-574.
- Pollner, M. (1989). Divine relations, social relations, and well-being. *Journal of Health and Social Behavior*, 30, 92-104.
- Porter, L.S., and Stone, A.A. (1996). An approach to assessing daily coping. In M. Zeidner and N.S. Endler (eds) *Handbook of Coping: Theory, Research, Applications*. New York: Wiley.
- Prudo, R., Harris, T., and Brown, G. (1984). Psychiatric disorder in an urban and in a rural population: 3. Social integration and the morphology of affective disorder. *Psychological Medicine*, 14, 327-345.
- Robin, R.W. (1981). Revival movement hysteria in the Southern Highlands of Papua New Guinea. *Journal for the Scientific Study of Religion*, 20, 150-163.
- Ross, C.E. (1990). Religion and psychological distress. *Journal for the Scientific Study of Religion*, 29, 236-245.
- Ryan, R.M., Rigby, S., and 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.
- Schumaker, J.F. (1991). The adaptive value of suggestibility and dissociation. In J.F. Schumaker (ed.) *Human Suggestibility*. New York: Routledge.
- Schwab, R., and Petersen, K.U. (1990). Religiousness: Its relation to loneliness, neuroticism and subjective well-being. *Journal for the Scientific Study of Religion*, 29, 335-345.
- Shams, M., and Jackson, P.R. (1993). Religiosity as a predictor of well-being and moderator of the psychological impact of unemployment. *British Journal of Medical Psychology*, 66, 341-352.

- Shaver, P., Lenauer, M., and Sadd, S. (1980). Religiousness, conversion, and subjective well-being: The 'healthy-minded' religion of modern American women. *American Journal of Psychiatry*, 137, 1563-1568.
- Spilka, B., Stout, L., Minton, B., and Sizemore, D. (1977). Death and personal faith: A psychometric investigation. *Journal for the Scientific Study of Religion*, 16, 169-178.
- Steinitz, L.Y. (1980). Religiosity, well-being and Weltanschauung among the elderly. *Journal for the Scientific Study of Religion*, 19, 60-67.
- Stone, S. (1934). The Miller delusion: A comparative study in mass psychology. *American Journal of Psychiatry*, 91, 593-623.
- Stouffer, S.A., Suchman, E.A., DeViney, L.C., Star, S.A., and Williams, R.M. (1949). *The American Soldier. 2: Combat and its Aftermath*. Princeton, NJ: Princeton University Press.
- Swenson, W.M. (1961). Attitudes towards death in an aged population. *Journal of Gerontology*, 16, 49-52.
- Williams, D.R., Larson, D.B., and Buckler, R.E. (1991). Religion and psychological distress in a community sample. *Social Science and Medicine*, 32, 1257-1262.
- Williams, R.L., and Cole, S. (1968). Religiosity, generalized anxiety, and apprehension concerning death. *Journal of Social Psychology*, 75, 111-117.
- Willits, F.K., and Crider, D.M. (1988). Religion and well-being: Men and women in the middle years. *Review of Religious Research*, 29, 281-294.
- Witter, R.A., Stock, W.A., Okun, M.A., and Haring, M.J. (1985). Religion and subjective well-being in adulthood: A quantitative synthesis. *Review of Religious Research*, 26, 332-342.
- Yates, J.W., Chalmer, B.J., St James, P., Follansbee, M., and McKegney, F.P. (1981). Religion in patients with advanced cancer. *Medical and Pediatric Oncology*, 9, 121-18.